



Covid-Impfungen, Freiheit unter Maximaldruck?

Schlagzeilen-Getöse — Zweierlei Recht und andere Spaltkräfte — Impfen lassen, für sich oder andere? — Gesundheitliche Selbstbestimmung und die liebe Freiheit — Natürliche Immunkompetenzen fördern — „Homöopathisch impfen?“ — Vom guten Eigen-Sinn

Lange wollte ich mich zum Thema überhaupt nicht öffentlich äußern. Zu vergiftet war mir die Corona-Impf-Diskussion. Selektive Wahrnehmung überall. Zum Schreiben bewogen mich die Pläne, Kinder zu impfen, eine Rhetorik mit zunehmendem Druck auf Ungeimpfte und öftere Fragen. Vorwarnung: Ich mache es keiner Seite recht. Aber genau darum geht es mir im Kern: Reibungen aushalten, neugierig bleiben und selbst entscheiden. Und gesund bleiben.

Schlagzeilen-Getöse

Unablässig trommeln die Schlagzeilen: „Was gegen Impfmüdigkeit hilft“. „Ökonomin schlägt 500 Euro Prämie vor“, andere nennen 100 Euro oder Dollar. „Ministerpräsident sagt Einschränkungen für Ungeimpfte voraus“. „Bundesregierung plant Ende kostenloser Corona-Tests“. „Israel startet Drittimpfung“. „Maximaler Druck ist nötig“. Dass die letzte Überschrift einen Kommentar ausgerechnet der sonst so freien „taz“ (vom 25.7.21) ziert, den gleichen Text übernahm die FAZ am Sonntag, überrascht inzwischen auch nicht mehr. „Länder erhöhen den Druck auf Ungeimpfte“, so ist's beschlossen. Medien und Politik treiben einander, Lobbyisten und deren Agenturen machen Hintergrundarbeit, die Gesundheitsminister von Bund und Ländern sind wie schon bei der Masern-Impfpflicht klüger bzw. voreiliger als RKI und ständige Impfkommision, Impfangebote für 12 - 17-Jährige sind beschlossene Sache.



Zweierlei Recht und andere Spaltkräfte

Um es vorweg zu nehmen: ich bin kein Impfgegner. Ich bin dafür, Medizin-Technologien intelligent, ausgewählt und selbstbestimmt zu nutzen und bin froh, dass es einige davon gibt. Was alles wir mit einseitiger Technologie-Gläubigkeit versäumen, steht auf einem anderen Blatt. Darüber hinaus hat das „Wie“ unserer Entscheidungen nicht minder tiefgreifende Wirkungen, wenngleich nicht immer auf gleicher Ebene wie das „Wofür“. Tatsache ist: Covid-19 ist für viele Menschen gefährlich, „Delta“ ist kräftig am Kommen und Delta wird nicht die letzte Welle sein. Mehr als die Pandemie alarmiert mich allerdings der Riss, der Graben, der hier mitten durch die Gesellschaft geht und selbst Freundschaften und Familien zerreißt. Gerade so, als ob jene Kräfte, die vor allem spalten wollen, falls es solche gibt, die medizinischen und gesundheitspolitischen Fragen lediglich zum Anlass nehmen und längst auf beiden Seiten aktiv sind. Die Vermengung substantiell begründeter Kritik an gesundheitspolitischen Maßnahmen mit schlichten Falschbehauptungen, Ignoranz und in einigen Fällen eigenen politischen Agenden entsetzt mich und erschwert jeden sachgemäßen Diskurs. Aber genauso stört mich die quasireligiöse Erhebung einer Medizintechnologie zur Heilserwartung gesellschaftlicher Freiheit. Zweierlei Recht, für Geimpfte und Ungeimpfte, vertieft und zementiert diesen Keil. Das soziale Klima leidet unter Verschwörungshysterien, die es nicht verdienen als Theorie bezeichnet zu werden, ebenso wie unter der Brandmarkung Ungeimpfter als „Impfverweigerer“ oder wenigstens doch Sozialschweine, die andere gefährden, zum Ausbrüten von Mutanten beitragen und vor allem die lange ersehnten Öffnungen des gesellschaftlichen Lebens bedrohen. Ein Vegetarier ist kein Fleischverweigerer und wer keine homöopathische Behandlung möchte, ist kein Homöopathie-Verweigerer. Und drittens gibt es auch Menschen, die aus besonderen (schul-)medizinischen Gründen nicht geimpft werden sollten.

Impfen lassen – für sich oder für andere?

Die Frage des vorgeblichen „kleinen Picks“, möglichst 100% der Bevölkerung, als Impf-Nadelöhr zur erhofften großen Freiheit für Alle bleibt dennoch sachgemäß zu beantworten. Im hier möglichen Rahmen kann ich dies nicht wissenschaftlich tun und auch nicht das persönliche Gespräch mit einem Arzt oder Heilpraktiker ersetzen. Ich möchte einen Überblick geben, wie ich die wissenschaftliche Diskussion und Datenlage zusammen mit den realen Entwicklungen in verschiedenen Ländern und Kontinenten verstehe.



1. Kinder und Jugendliche nicht zu ihrem eigenen Schutz sondern mit eher mäßigem Schutzeffekt für andere zu impfen, wirft aus meiner Sicht nicht geringe ethische Probleme auf¹. Auch „Long Covid“ ist keine vorzugsweise bei jungen Menschen, sondern bei bekannten Risikofaktoren häufiger beobachtete Krankheitsfolge².
2. Wer das allgemein Empfohlene nicht tut, tut gut daran, umso konsequenter auf andere Weise für seine Gesundheit und damit auch für die anderer zu sorgen. Das geht ohne teure Wundermittel. Bedeutende Risikofaktoren, die meisten sind lifestyle-bedingt, können schon durch regelmäßige intensive Bewegung (Herz-Kreislauf-Training)³ sowie gesündere Ernährung⁴ erheblich reduziert werden. Für den Infektionsverlauf ist dies nachgewiesen. Wer sich nicht mehr so leicht ansteckt, diesen Effekt kennen wir ja schon von banalen Erkältungen, wird auch weniger leicht zum Überträger.
3. Andere werden sich für gesünderes Leben UND Impfungen entscheiden. Schlagt euch nicht die Köpfe deswegen ein. Ein gesundheitlicher Faktor neben anderen ist auch, mit welchen Entscheidungen man sich persönlich wohl fühlt. Wenn uns die gesundheitliche Selbstbestimmung in einigen Bereichen genommen wird, bis hin zur Fremdverfügung über den eigenen Körper, ist das auch nicht gerade förderlich für das Immunsystem.
4. Gegen die Risiken schwerer Verläufe wirken die derzeitigen Impfungen offenbar auch bei den derzeitigen Virusvarianten recht gut. Vor allem für ältere Menschen und solche mit relevanten Vorerkrankungen (Diabetes, Bluthochdruck, Adipositas, Arterienverkalkung, bestimmte Herz- oder Lungenerkrankungen, Schädigungen der Nieren usw.) kann dies ein guter Grund sein, sich für Impfungen zu entscheiden. Das sollten aber Einzelfall-Entscheidungen bleiben dürfen.
5. Leichte und unbemerkte Infektionen mit Virusvarianten werden durch die Impfungen vergleichsweise mäßig reduziert. Geimpfte können daher noch relativ leicht zu Überträgern werden. Warum sonst werden geimpfte Reiserückkehrer getestet. Zudem wird die erste, aber ansteckendste Infektionsphase — am ansteckendsten auch dadurch, dass der/die Infizierte noch nichts merkt — durch eine Impfung nur wenig modifiziert. Denn Impfungen wirken auf die humorale Abwehr, also dann, wenn der Erreger im Blut ist. In den Schleimhäuten sind hingegen andere Teile des Immunsystems aktiv, auf welche die derzeitigen Impfungen wenig Einfluss haben. Die gemeinschaftliche Immunität („Herdens-

¹ Kleinere Kinder sind als Pandemietreiber eher unbedeutend. Ansonsten fehlen trotz einiger Studien bis heute belastbare Zahlen. Warum impfen wir Jugendliche, solange die Mehrzahl der Erwachsenen nicht bereit oder fähig sind, lifestyle-induzierte Risiken — dies ist der Löwenanteil der Prädispositionen für schwere Verläufe — zu reduzieren.
<https://www.zeit.de/2021/23/corona-kinder-infektionsgeschehen-studie-schule-kita-spielplaetze>

² Naturemedicine (2021): Attributes and predictors of long COVID
<https://www.nature.com/articles/s41591-021-01292-y>

³ Lungenärzte im Netz (2021): Warum Sport vor schweren Verläufen von Covid-19 schützen kann
<https://www.lungenaerzte-im-netz.de/news-archiv/meldung/article/warum-sport-vor-schweren-verlaeufen-von-covid-19-schuetzen-kann/>

⁴ Längst nicht alle Vegetarier ernähren sich „gesund“. Dennoch zeigt diese britische Meta-Analyse sehr deutliche Effekte. British Medical Journal (2021:) Plant based Diets and Covid-19 Severity
<https://nutrition.bmj.com/content/early/2021/05/18/bmjnph-2021-000272>

Immunität“ ist eines der Unwörter) durch Impfungen⁵ scheint aus diesem Grund und auch vor dem Hintergrund von Daten u.a. aus Israel⁶, England und Gibraltar⁷ eher schwächlich. Trotz so genannter Impf-Durchbrüche besteht ein Schutz sehr viel mehr für den Geimpften als für andere⁸.



6. Wir alle wünschen Öffnungen des gesellschaftlichen Lebens. Zielführender als eine trügerische Gemeinschafts-Immunität ist ein guter Schutz „vulnerabler Gruppen“ respektive Menschen — durch Hygiene aller und durch Gesundheitsfürsorge. Wo gewünscht, inklusive Impfung Betroffener.
7. Mutationen entstehen einerseits natürlicherweise und zweitens beschleunigt im Zuge einzelner verlängerter Infektionsverläufe. Dies geschieht vorzugsweise bei hohen Inzidenzen unter prekären sozialen und hygienischen Bedingungen. Größte gesundheitspolitische Wirkung hätte eine Sozial- und Wirtschaftspolitik, die prekäre Verhältnisse (Flüchtlingslager, enge Wohngebiete, Industriezweige mit Leiharbeitern usw.) gar nicht erst aufkommen ließe. Im eigenen Lande wie auch weltweit. Wir leben nicht auf einer Insel. Aber auch die eigene Gesunderhaltung macht es unwahrscheinlicher, zur Brutstätte von Mutanten zu werden. Mutationen sind also kein Killer-Argument „pro Impfung“.
8. Impf-Nebenwirkungen gibt es. Von meinen Beobachtungen in der Praxis ausgehend vermute ich bei verzögert auftretenden unerwünschten Wirkungen ein erhebliches „Under-Reporting“, nicht anders als bei lange schon bekannten Impfungen. Dennoch scheint das Risikoprofil der Erkrankung jenes der Impfung deutlich zu übertreffen. Ausgenommen bei gesunden, jungen Menschen!
9. Das Infektionsgeschehen hat darüber hinaus Eigendynamiken, die mit unseren Maßnahmen manchmal nicht ganz so viel zu tun haben, wie wir dies gerne hätten. Dies beobachten wir individuell ebenso wie gesellschaftlich. Da ist der kerngesunde junge Bergsteiger, der schwerst erkrankt, und da ist die alte, rauchende Diabetikerin mit leichtem Verlauf. Infektionskurven und Maßnahmen korrelieren nicht immer wie vorgestellt. Politiker signalisieren mit starken Sprüchen und Vorgaben, sie hätten alles im Griff. Schön für Wahlergebnisse. Die Natur, noch weniger eine missbrauchte, ausgebeutete und nun auch genetisch manipulierte Natur, hatten wir noch nie „im Griff“.

Gesundheitliche Selbstbestimmung und die liebe Freiheit

Wir alle sehnen uns nach unbefangenen Miteinander. Wir möchten gute Freunde umarmen, gemeinsam essen drinnen wie draußen, ganze Gesichter sehen, feiern, singen oder tanzen. Wir wünschen vernünftige Wege durch Pandemien, ohne Gefährdung Dritter und ohne als Herde behandelt zu werden, also mit Respekt vor gesundheitlichen Eigenbefugnissen. Invasive Maßnahmen wie Impfungen sehe ich allerdings in einer grundsätzlich anderen Kategorie als staatliche Vorgaben zur Hygiene. Impfungen betreffen zuerst meinen eigenen Organismus, selbst wenn man hygienische Nebeneffekte erhofft, wohingegen Hygiene sich

⁵ Gemeinschaftliche Immunität ist keine fixe Größe einer bestimmten Durchseuchungs- oder Impfquote. Sie unterliegt vielen Faktoren, von der genetischen Variabilität des Erregers über soziale Verhältnisse und Verhaltensweisen, bis hin zum Gesundheitsstatus der betreffenden Menschen. Antikörpertiter sind messbar, das in spezialisierten Lymphozyten gespeicherte Gedächtnis des Immunsystems derzeit nicht. Neben der absoluten, „sterilen“ Immunität gibt es auch den relativen Schutz vor schweren Krankheitsverläufen.

⁶ „Trotz Herdenimmunität bereitet sich Israel auf neue Corona-Welle vor“
<https://www.businessinsider.de/politik/welt/corona-welle-trotz-herdenimmunitat-israel-und-die-delta-variante-b/>
Der Schutz vor schweren Krankheitsverläufen scheint auch in Israel besser zu funktionieren.

⁷ Für eine schwache kollektive Immunität sprechen auch die Ausbrüche im Juli 2021 in dem nominell zu 100% durchgeimpften Kleinststaat Gibraltar. Widerlegbar ist die Behauptung, dass damit die Impfwirksamkeit widerlegt sei. Für diesen Fall widerlegt ist allenfalls eine anständige kollektive Immunität. Daten aus Israel und England weisen in die gleiche Richtung. Schon im Herbst 2020 weckten Berichte aus Manaus / Brasilien zu einer neuen Welle nach natürlicher Durchseuchung Zweifel, wie weit ein Impfschutz bei der gegebenen Variabilität des Erregers überhaupt reichen kann.
<https://www.sueddeutsche.de/gesundheit/corona-gibraltar-inzidenz-impfquote-impfung-1.5362937>

⁸ Ärzteblatt (30.06.21): „Delta-Variante so ansteckend wie Windpocken – trotz Impfung“
<https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/126034/US-Gesundheitsbehoerde-Delta-Variante-so-ansteckend-wie-Windpocken-trotz-Impfung>

vornherein auf das soziale Feld richtet. Im sozialen Zusammenleben dürfen und müssen Freiheitsrechte, Pflichten und Regelungsbedarf miteinander abgewogen werden, nicht anders als im Straßenverkehr. Bürgerliche Freiheitsrechte — nicht aber die Freiheit des Geistes! — können, wenn begründet, zugunsten von Sicherheit und anderen elementaren Grundrechten in Grenzen gewiesen werden. Welche Hygieneregeln im Einzelnen dann wirksam, angemessen und sinnvoll sind, und wo staatlicherseits womöglich andere Zwecke verfolgt werden, das ist eine andere Diskussion. In „*Delta und die Macht des Sommers*“⁹ hatte ich auf starke Faktoren außerhalb der bekannten Maßnahmen hingewiesen. Darüber, was in meinen Körper hineingeht, hat aber niemand anders zu verfügen. Oder wollen wir gleich noch alle schädlichen Genussmittel verbieten. An diesem Beispiel sehen wir, dass es zuerst darum gehen muss, was in Freiheit gefunden werden darf — und nicht um Gesunderhaltung als Selbstzweck.



manche Hygiene-Regeln haben sich weitgehend durchgesetzt

Natürliche Immunkompetenzen fördern

Abseits des Operationssaals wäre nichts ungesunder als eine sterile Hygiene. Andere Seuchen werden kommen. Wie schon vor Jahrhunderten. Zwischendrein banale Viren, die ein völlig ungeübtes Immunsystem überfordern können¹⁰. Es gibt Wege, unsere natürlichen Immunkompetenzen zu fördern. Das bleibt wichtig, ebenso wie eine Basishygiene. Ein gutes Miteinander von naturgemäßen Heilweisen inklusive Homöopathie, und technisch-pharmazeutischer Medizin auf der anderen Seite wäre für unsere Immunkompetenzen sehr hilfreich. Millionen werden in die Erforschung der Behandlung von „Long Covid“ investiert, ohne die Potenziale von Homöopathie und Naturmedizin in Betracht zu ziehen. Homöopathische Behandlungen von Covid-Infektionen sind gut dokumentiert, klinische Forschungsprojekte jedoch fast nicht möglich. Überall fehlt die Verhältnismäßigkeit.

„Homöopathisch impfen?“

Die Impffrage hat zunächst rein gar nichts mit der Homöopathie zu tun. Viele Homöopathen sehen Impfungen kritisch, weil wir bei unseren Anamnesen immer wieder auf verdeckte Impffolgen aufmerksam werden. Gehauen werden dann gerne die Boten — und ja, manchmal sind Homöopathen unbequem. Die jeweiligen Wirkprinzipien sind jedoch völlig andere. Homöopathie zielt auf spezielle Stimulation der Lebenstätigkeit, Impfen auf spezifische Antigen-Präsentation. Das Impfen ist eine rein schulmedizinische und gesundheitspolitische Frage. Die Anwendung homöopathischer Zubereitungen aus Corona-Virus oder Impfstoffen in bestimmten Einzelfällen können wir fachlich diskutieren — doch „homöopathische Impfungen“ sind das NICHT. Wer immer „homöopathische Impfungen“ anbieten mag, es ist vielleicht Selbstbetrug, aber KEINE Homöopathie.

Kunstgerecht und sinnvoll möglich sind jedoch die homöopathische Behandlung von Erkrankungen, die sich als Prädispositionen für schwere Verläufe auswirken können, homöopathische Behandlungen der Infektion selbst sowie die Behandlung möglicher Folgezustände. Bei positivem Corona-Befund dürfen nach Infektionsschutzgesetz nur Ärzte, in den anderen Fällen auch Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker behandeln.

Vom guten Eigen-Sinn

Eigen-Sinn, in guter Mehrfach-Bedeutung¹¹, gepaart mit Verantwortungsbewusstsein und sozialen Fähigkeiten, brauchen wir. Gerne mehr davon. Unsere selbstgeschaffenen

⁹ arsurandi Blog (2021): „Delta und die Macht des Sommers“
<https://www.arscurandi.de/corona-delta-und-die-macht-des-sommers/>

¹⁰ Ärzteblatt (14.06.21): „Nach dem Lockdown vermehrt Erkrankungen durch RS-Viren“ in den USA
<https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/124651/USA-Nach-dem-Lockdown-vermeehrt-Erkrankungen-durch-RS-Viren>

¹¹ Bspw. Bettina Berger (Hrsg., 2011): Raum für Eigensinn, Ergebnisse eines Expertentreffens zur Patientenkompetenz

Systeme nötigen unter Zeitdruck stehende Ärzte, Eigensinn als Non-Compliance zu verbuchen. Doch Sinn für das Eigenste bringt eigenen Sinn hervor. Damit kämen wir zum salutogenetischen (gesundheitsschaffenden) Potenzial der Individuation. Ein wirklich großes Thema. — Dennoch. Machen Sie aus der eigenen Entscheidung keine übergroße Weltanschauungsfrage. Lohnt es sich, beispielsweise einen guten Arbeitsplatz dafür zu opfern? — Und bin ich selbst denn nun geimpft, gechipt oder was ein moderner Cyborg eben so braucht? Das verrate ich hier nicht einmal und poste auch keine blöden Pflasterchen-Fotos bei Fakebuch, Finstergram oder Zitter.

Bleiben Sie also gesund, eigen und sinnend sinnig in diesen schwierigen Zeiten.

Beste Grüße

A handwritten signature in blue ink that reads "Carl Classen". The signature is fluid and cursive, with a long horizontal stroke at the end.

Anhang: Übersicht bisherige Blog-Beiträge zu Corona / Covid-19

Übersicht bisherige Blog-Beiträge zu Corona / Covid-19

„Chancen ergreifen — raus aus der Angst — Gesundheit fördern“

(März 2020) Dies war mein erster Beitrag zum Thema und wurde ebenso wie der Folgende auch in einer Verbandszeitschrift abgedruckt.

<https://www.arscurandi.de/corona-sinnvoll-schuetzen-chancen-ergreifen-raus-aus-der-angst/>

„Was für ein Frühling“ (April 2020)

Eine andere Situationswahrnehmung und nochmals ein Blick auf Chancen.

<https://www.arscurandi.de/was-fuer-ein-fruehling/>

„Die Corona-Maskerade“ (April 2020)

Ein öffentlich-verborgenes Mysterienspiel. Dieses vollzieht sich völlig ungeachtet der Frage, wann und wo Masken angezeigt sein mögen oder nicht. Mehr als nur Satire.

<https://www.arscurandi.de/die-corona-maskerade/>

„Die Pandemie der verlorenen Zwischentöne“ (Okt. 2020)

Schmal scheint weiterhin der Grat zwischen 'Corona-Leugner' und 'System-Schaf'.

<https://www.arscurandi.de/pandemie-der-verlorenen-zwischentoene/>

„Was für eine Mittwinter-Zeit“ (Jan. 2021)

Ein anderer Blick auf die erzwungenen Unterbrüche.

<https://www.arscurandi.de/was-fuer-eine-mittwinter-zeit/>

„Der Kultur- und Sozial-Lockdown“ (Jan. 2021)

Die Situation der Künstler lässt uns Kultur als gesellschaftstragende Kraft reflektieren. Weitere Blicke auf gesundheitliche und epidemiologische Fragen.

<https://www.arscurandi.de/der-kultur-und-sozial-lockdown/>

„Delta und die Macht des Sommers“ (Juni 2021)

Gesundheitliche Betrachtungen und ein fiktiv utopischer Rückblick auf eine Epidemie, bei der man dazugelernt hatte und nun einiges anders machte.

<https://www.arscurandi.de/corona-delta-und-die-macht-des-sommers/>

„Verschwörungsniesel aus dem Wurmloch“ (Juli 2021)

Endlich mal ganz Satire und zwischen den Zeilen lasse ich vieles offen. „*Großartig Dein Sprachfluss im Slalom um alle Spikes! Wäre eigentlich was für eine Zeitung*“, schrieb mir ein Kollege, während andere mit den zahlreichen Anspielungen und Bezügen überfordert waren. „Wurmloch“ ließe sich immerhin guhgeln und man findet dabei nichts Unanständiges.

<https://www.arscurandi.de/verschwoerungsniesel-aus-dem-wurmloch/>

„Online & präsent: Heilpraktiker- und Homöopathie Kurse frisch auf den Tisch“

(Mai 2020) Wir selbst begegnen der Situation unter anderem mit Hybrid-Unterricht.

<https://www.arscurandi.de/heilpraktiker-und-homoeopathie-kurse-online-und-in-praesenz/>

