

# De tweede golf; voorspelbaar effect van lock-down

Luc Sala oct 2020-10-15

Corona (Sars-Covid) is terug met waarschijnlijk meer besmettingen dan in de eerste uitbraak. En met nog meer ontwrichting in het verschieft, want de besmettingen zijn nu veel algemener, en individuele gevallen zijn niet meer te traceren, de Corona-app is wat dat betreft feitelijk achterhaald.

Maar was dat niet te verwachten? Als je uitgaat van een model met brede pre-corona immuniteit onder de bevolking (een visie nu snel veld wint) , dan was het hele lock-down gedoe de opmaat voor deze tweede golf en zal een nieuwe lock-down leiden tot een derde golf, als we niet gaan begrijpen hoe het allemaal komt, en daarvoor kijken naar wat het mengen van meer immune mensen met minder immune mensen teweeg brengt qua uitdoving (herd immunity) en R-factor.

De tweede golf is niet meer te keren en kan net als in 2018 met de Spaanse Griep ook nog erg heftig uitpakken. De oplossing op termijn is naast een vaccin (voor hen met een lage immuniteit en risicogroepen, voor anderen is het overbodig en zelfs gevaarlijk) vooral kijken naar hoe weerbaarheid (immuniteit) kan worden verbeterd, wie a priori vatbaar zijn op basis van bio-markers, en het ontwikkelen van een strategie om mensen gezond te houden. De alternatieve methoden zoals met hydroxychloroquine, vitamines (D3 en K2), probiotica en wat er allemaal nog meer is uitgeprobeerd met soms goede resultaten, het kan nog steeds niet. Die arts uit Limburg verdient een lintje en eerhesterl, maar daar hoor je Rutte niet over, heel veel levens hadden gespaard kunnen worden als naar die man geluisterd was.

Maar eerst nu het mengprobleem. Het draait om de immuniteit. Iedereen is een beetje immuun (natuurlijke immuniteit of verworven in eerdere griep) maar slechts een deel van ons is immuun genoeg (a priori of door doormaken van de ziekte) om boven de uitdoofdrempel heen te komen. Als we beginnen (febr. 2020) met een populatie die dicht tegen, maar onder de uitdoofdrempel ligt (of die nu 70 of 80% is maakt niet veel uit) en de R (het RIVM cijfer) dus boven de 1, dan komt er een snelle exponentiële besmetting op gang. Paniek bij de autoriteiten, het RIVM en een crisisteam gaan aan de slag en er lijkt al snel een oplossing; we gaan naar een lock-down, horeca en scholen dicht, thuiswerken en isoleren van risicogroepen en allemaal handenwassen en 1,5m afstand. Het werd intelligent genoemd, was wat gematigder dan elders, maar hakte er toch flink in.

De economische en sociale gevolgen zijn ondertussen duidelijk, chaos, ellende, eenzaamheid, depressie, maar de uitbraak lijkt gestopt. Dat is logisch, want de nog actieve populatie (degenen die nog werken en contact hebben met anderen) had al een hogere weerstand dan de risicogroepen en de R daalt onder de 1, uitdoving lijkt door te zetten. En die paar procent die Corona hebben gehad, helpen de weerstand van de actieve groep ook wat vooruit.

Dan komt de versoepeling, de actieve populatie wordt groter, mensen uit de zwakkere groepen met lage a priori pre-corona komen in beeld en de totale gemiddelde weerstand (immuniteit) zakt weer weg, onder de  $R=1$ , ergo de tweede golf kickt in. Met meer mensen die mogelijk besmet zijn, het is

nu een bredere groep met meer kwetsbaren die blootgesteld zijn, dus die tweede golf kan hard aankomen.

Is een nieuwe lock-down de oplossing? Op het moment misschien wel, er is feitelijk een soort halve lockdown ingezet op 13 oktober door Rutte CS met vooral de horeca als slachtoffer, maar op termijn moeten we juist kijken hoe we de immuniteit op bredere schaal kunnen bevorderen, proberen biomarkers te vinden die lage immuniteit aangeven, dus niet testen op Corona, maar op Corona bevattelijkheid. Dat vraagt onderzoek, ook onder niet besmetten, met een brede data analyse, ook kijken naar darmflora, bloedgroep, eetpatronen, bewegingspatronen, antibiotica historie, etc. etc.

Verder vraagt ons immuniteit-systeem net als onze spieren en algehele gezondheidsstatus om onderhoud. Dat wil zeggen het systeem moet geregeld geactiveerd worden, dan blijft het zeg maar in staat van paraatheid. Door overmatig handenwassen en iedere besmetting van wat dan ook uit de weg te gaan, sukkelde onze immuniteit in slaap, wordt minder alert. Dan betekent ook weer dat b.v. Corona, maar ook andere ziektes meer kans krijgen. Dat is ook het probleem met vaccinatie, je legt je immuniteit-systeem gedeeltelijk plat, en wordt dus ook bevattelijker voor aandoeningen die niets met het vaccin te maken hebben.

Nu is voorzichtig zijn, zeker voor risicogroepen, natuurlijk best verstandig, maar het micro-belang en het macro-belang (dus de immuniteit op nationale schaal) lopen niet altijd parallel.

Zelf-isolatie en handenwassen etc. zijn keuzes die je kunt maken, maar het is nu wel bekend dat kinderen die je helemaal buiten iedere infectie of besmetting houdt, geen gezonde immuniteit opbouwen.

Nou ja, de tweede golf is er, gaat fors doorzetten en niemand weet echt een oplossing, behalve dan weer een halve lockdown met dramatische gevolgen voor de economie en het psychosociale welbevinden, of door geld steken in nu honderden vaccinatie-opzetjes en een hele lock-down. Zo'n vaccin, als het werkt, is zeker voor de risicogroepen dan de oplossing, op korte termijn dan.

We moeten op termijn veel beter gaan kijken naar wat gezondheid en immuniteit is, niet symptomatisch maar structureel en mensen (her)-opvoeden om gezond en weerbaar te leven, te eten etc.

Werk aan de winkel, maar verder kijken dan de angstreactie van nu!