

Wohlfahrt im Winter

Dr. med. Matthias Gauger; 23.11.2020



Bildquelle depositphotos.com

Jetzt ist Pneu-Wechselzeit. Um bei widrigen Verhältnissen gut durchzukommen, braucht es schliesslich beides, einen guten Strassendienst und eine gute Wintertauglichkeit unserer Fahrzeuge.

Angenommen, wir hätten hierzulande aus irgendeinem Grund kollektiv vergessen, dass es Winterpneu gibt, und wir möchten trotzdem bei Schnee und Eis jederzeit gut durchkommen, dann müssten wir den öf-

Wohlfahrt im Winter gelingt am besten als Wechselspiel von Strassenwartung und Fahrzeugwartung.

fentlichen Winterdienst extrem ausbauen: Salzen! Salzen! Salzen!

Wir müssten alles in Kauf nehmen: horrenden Unterhaltskosten, behördliche Verkehrsregelungen, Folgeschäden des vielen Salzes... und wären doch nie sicher. Wir würden sorgenvoll pausenlos an den Nachrichten hängen: kommt wieder eine Kältewelle? Wo und wie stark wird der Schnee wieder zuschlagen? Greifen die Massnahmen der Anti-Schnee-Taskforce? Braucht es vorsorgliche Strassen-Lockdowns? Wohin kann man sich noch getrauen und wo könnte es zu gefährlich werden? Wann kommt das angekündigte Wundermittel, welches unseren Strassenbelägen einen bleibenden Schneeschutz einimpft?

Wir wären verängstigt, ausgeliefert, eingeschränkt und bald einmal erschöpft, mit leeren Taschen, frustriert und unzufrieden mit Gott und der Welt.

Schnee oder Viren sind es *nicht*, welche entscheiden, wie sie sich auf uns Menschen auswirken.

Klar, - Pannen passieren auch trotz gutem Winterdienst und gut gewarteten Fahrzeugen; vieles liegt nicht in unserem Einflussbereich. Dies ist auch in anderen Lebensbereichen so. Denn ich rede als Arzt natürlich nicht von Strassenfahrzeugen und nicht von Winter im wörtlichen Sinn, sondern von den normalen naturgegebenen periodischen Herausforderungen z.B. in Form eines Virus, welche das Leben an uns stellt, und welche es für das nachhaltige Funktionieren der Natur braucht. Dennoch sollten wir uns bewusst machen, dass die vielen Informationen über Corona, die wir tagtäglich erhalten, die banale Tatsache verdecken, dass ein Virus – ähnlich wie eine Schneeflocke – eine passive, absichtslose Naturerscheinung ist, welche das mit sich machen lässt, was die Naturgesetze vorgeben. Schneeflocken und Viren sind aus Wechselspielen der Natur entstanden, welche unseren Verstand und unsere Kontrollmöglichkeiten übersteigen. Schnee verhält sich überall auf der Welt gleich, und auch das Covid-19-Virus verhält sich überall auf der Welt gleich, gemäss unveränderlichen biologischen Gesetzen. Es sind vor allem die Folgen unseres menschlichen Verhaltens individuell und kollektiv, welche den Unterschied ausmachen, wie sich Schnee oder Viren auf uns auswirken. Unser menschliches Verhalten wiederum ist letztendlich vor allem eine Konsequenz unserer Überzeugungen und Wertvorstellungen.

Wenn also Schneefälle oder Viren übermässig viel Schaden in unserer menschenveränderten Welt anrichten, dann ist dies in erster Linie ein Aufruf, dringend unsere Vorstellungen zu überprüfen, welche uns diese Welt so erschaffen liessen. Selbst wenn wir das Coronavirus - den diesjährigen Schnee auf den Strassen - mit teuren und kurzfristigen Tricks „besiegen“, so kommen wir dennoch

Sind es die Viren, oder sind es unsere Überzeugungen, welche sich ändern sollten, um eine nachhaltige Wohlfahrt zu gewährleisten?

nicht umhin, unsere generelle Einstellung zu „Winter und Schnee“, zu Natur und Leben zu überdenken und vor allem die Frage nach unserer eigenen Resilienz und Adaptionsfähigkeit in den Vordergrund zu stellen?

Als Allgemeinarzt sehe ich es für meine Pflicht an, immer wieder darauf hinzuweisen, dass wir in diesem Land unsere „Wintertauglichkeit“ seit langem stark vernachlässigen, so dass unter den Augen der Politik und unter der aktiven Mitwirkung des Gesundheitswesens ein Heer von Infektionsgefährdeten entstanden ist: In der kleinen Schweiz nehmen Menschen für 1.1 Milliarden Franken jährlich (2018) von der Ärzteschaft verordnete immunsupprimierende und damit abwehrschwächende Medikamente ein. Die ebenfalls immunschwächenden Antikrebsmittel, Kortisonpräparate und Antibiotika sind hierbei noch gar nicht eingerechnet. 450'000 Menschen haben Diabetes mellitus Typ II, 42% der Erwachsenen sind übergewichtig, 18% der Erwachsenen haben Bluthochdruck usw.



Modernes Grossraumbüro, Bildquelle [Wikipedia](#)

Wir haben eine Lebenswelt erschaffen, in welcher unsere Haut kaum noch ungefiltertes Sonnenlicht zu sehen bekommt. Dementsprechend erreichen nur wenige in der Schweiz auf natürlichem Wege (Sonnenlicht) einen von der Natur für uns Menschen vorgesehenen Vitamin-D-Spiegel.

Seit Anfang April 2020 sind etwa 270 Forschungsartikel zu den Zusammenhängen von Vitamin-D und Covid-19 erschienen, welche in ihrer Gesamtheit klar zeigen, dass ein Vitamin-D-Mangel unser Risiko beträchtlich erhöht, sowohl mit Covid-19 überhaupt infiziert zu werden, als auch schwer daran zu erkranken oder gar zu versterben. Tiefe Vitamin-D-Werte sind so etwas wie Sommerpneu im Winter.

Vitamin-D-Mangel ist ein Risikofaktor für schwere Covid-19-Erkrankungen.

Tiefe Vitamin-D-Werte sind so etwas wie Sommerpneu im Winter.

Stellen Sie sich vor, wir würden nicht nur auf die Schneeräumung oder die Virenbeseitigung starren, sondern die Berge von Studien, welche alle die Bedeutung unserer „Wintertauglichkeit“ betonen, nun wirklich einmal ernst nehmen und beherzte Konsequenzen daraus ziehen...

Stellen Sie sich vor, wir würden nur schon alle unsere Vitamin-D-Spiegel optimieren, überbrückungsweise halt mit Supplementen, längerfristig aber, indem wir uns wieder mehr und geschickt im Sonnenlicht aufhalten...

Stellen Sie sich vor, wir würden dank der Botschaft, welche in Corona steckt, nun weltweit aufhören, uns mit riskanten und kostspieligen Tricks immer weiter von unserer eigenen Biologie zu entfremden und wir würden zu einem integrativen Umgang mit der Natur zurückfinden...

Stellen Sie sich vor, wir würden wiederentdecken, dass nicht individueller Wohlstand sondern nachhaltige gemeinsame Wohlfahrt aus gutem Grund unser oberster Verfassungszweck ist...

Was würde noch übrigbleiben von dem derzeitigen Pandemiechaos?

Wer bräuchte noch eine überstürzt auf den Markt gebrachte Impfung?

Wie würde sich diese wiederentdeckte natürliche Normalität anfühlen im Vergleich zur jetzigen massnahmenerzeugten „Normalität“?

Was hätten wir gelernt für den nächsten Schnee- bzw. Virusbefall, welcher garantiert kommen wird?

Was können wir tun, um wieder in ein angemessenes Zusammenspiel von öffentlichem Service und eigener Verantwortung zu kommen?

Lassen Sie uns gemeinsam kreative Wege finden.