

Corona-pandemie – Aspecten en perspectieven¹

door *Matthias Girke & Georg Soldner*² (19 maart 2020)

De nieuwe vorm van het Coronavirus SARS-CoV-2 breidt zich wereldwijd uit en zorgt voor ongekennde gevolgen en beperkingen voor het openbare leven en de burgerrechten. De symptomen van de vaak mild verlopende infectie hebben vooral betrekking op de ademhaling en bloedcirculatie. Behalve de algemene symptomen – zoals koorts, spierpijn en vermoeidheid – kunnen, wanneer de ziekte daarin doordringt, vooral de longen als het orgaan van de middenmens en het ritmische stelsel als geheel zwaar worden getroffen. Door de relatie van het SARS-CoV-2-virus met de ACE2-receptor kan dat gepaard gaan met een verstoring van de cardiovasculaire regulatie, waardoor bijvoorbeeld patiënten met een hoge bloeddruk, die vaak medicatie voor het verlagen van de bloeddruk (zoals een ACE-remmer) gebruiken, sterker worden getroffen.

Virussen en andere ziektekiemen leiden meestal pas tot een manifeste ziekte, wanneer daarvoor een bepaalde aanleg bestaat. Want niet iedereen ontwikkelt na een infectie ziekteverschijnselen en, wanneer dat wel zo is, in zeer verschillende mate. Zo schommelen de schattingen van het sterftecijfer wereldwijd (gemeten over alle leeftijden) bij de ziekte van COVID-19 momenteel tussen 0,25-3 procent,³ in Duitsland tussen 0,3-0,7 procent.⁴ Voor een deel worden er internationaal nog aanzienlijk hogere getallen genoemd,⁵ waarbij in nagenoeg geen enkel land de mogelijkheid bestaat tot het representatief testen van de exacte verhouding tussen het aantal besmette en het aantal gestorven mensen, zoals bijvoorbeeld in het zwaar getroffen Italië.

Is de ziektekiem eenmaal binnengedrongen, dan ontstaat bij de betreffende persoon een ontstekingsreactie om de vreemde kwaliteit te overwinnen. We moeten dus van elkaar onderscheiden: de infectie door de ziektekiem, de benodigde aanleg bij de mens en de ontstekingsreactie. In geen geval zou de zinvolle ontstekingsreactie zonder kennis van zaken moeten worden onderdrukt via ontstekingsremmende- en koortswerende medicamenten. Er zijn aanwijzingen dat dit een ernstiger beloop van de ziekte kan bevorderen. Vanuit de antroposofische geneeskunde zijn in dit verband al eerder therapeutische aanbevelingen tot preventie en behandeling van ziekten gepubliceerd. Profylaxe en preventie moeten dienovereenkomstig betrekking hebben op verschillende aspecten. Voor het vermijden van druppelinfecties is handenwassen en ook hoesten in de elleboog natuurlijk heel belangrijk. Maar ook dient rekening te worden gehouden met de aanleg. Voor COVID-19 bestaat, zoals bekend een verhoogd risico bij ouderen en bij patiënten met een medische voorgeschiedenis, zoals bij hart- en diabetespatiënten. Ook is het zo dat stress en angst de werking van het immuunsysteem verslechteren en daarmee in geval van een infectie een ernstiger beloop van de ziekte kunnen bevorderen. Te sterke bewustzijnsactiviteit, te weinig slaap en te weinig beweging leiden tot een hogere vatbaarheid voor infecties en tot een

¹ Vertaling door *Jelle van der Schuit*

² Gepubliceerd in het rondschrijven voor Pasen vanuit de Medische Sectie van de Vrije Hogeschool voor Geesteswetenschap in Dornach – maart 2020.

³ N. Wilson e.a.: Case-Fatality risk estimates for COVID-19 calculated by using a lag time for fatality: https://wwwnc.cdc.gov/eid/article/26/6/20-0320_article

⁴ C. Drosten: https://www.charite.d/klinikum/themen_klinikum/faq_liste_zum_coronavirus/

⁵ D. Bad, Q. Xiaolong e.a.: Real estimates of mortality following COVID-19 infection: The Lancet, published: March 12, 2020. DOI: [https://doi.org/10.1016/S1473-3099\(20\)30195-X](https://doi.org/10.1016/S1473-3099(20)30195-X)

aanleg daartoe. Vanuit de actuele situatie komt bij veel mensen daar nog de reële angst voor het evt. verlies van inkomsten als economisch gevolg van deze crisis bij.

Het wezen van de ziekte

Ziekten hebben verschillende dimensies. De zichtbare symptomen voegen zich tot een geheel, tot een bepaald ziektebeeld. Daarin drukt zich een bepaald type uit: ziekten kunnen zich klinisch heel verschillend ontwikkelen en toch iets gemeenschappelijks hebben. Het type van een ziekte is haar geestelijk 'principe', dat zich in de zieke mens manifesteert en individualiseert. Daarmee wordt duidelijk dat de ziekte meer omvat dan alleen haar zichtbare symptomen. De ziekteverschijnselen wijzen op het wezen van de ziekte. Welke eigenschappen en kwaliteiten heeft het wezen van deze ziekte? De beroemde patholoog Rudolf Virchow wees al op de noodzakelijke aanleg voor een infectieziekte. Wanneer een infectieziekte een aanleg vereist, dan is het evident dat die aanleg verwant is met haar wezen. We kunnen hier verschillende dimensies onderscheiden:

- De algemene aanleg, immunologische kwetsbaarheid door angst, stress, bewustzijnsgerelateerde en beroepsmatige overbelasting – ongetwijfeld een signatuur van de globale, materieel georiënteerde prestatie maatschappij 'naar westers model'. Daartoe moet ook worden gerekend dat er een toenemende bereidheid optreedt om ziektesymptomen zoals koorts en uitputting – die een zinvol antwoord zijn van het organisme en om rust vragen – vooralsnog zo lang mogelijk te negeren en vaak medicamenteus te onderdrukken. Deze manier van doen kan er waarschijnlijk in aanzienlijke mate toe bijdragen dat de ziekte een ernstiger beloop heeft. De overbelaste en gespannen ziel en daarmee een gevoelswereld waarin stress en spanning worden ontwikkeld, leidt tot een aanleg voor het dieper binnendringen van de infectie tot in het ritmische systeem.
- Maar ook de bewustzijnsinhouden hebben een betekenis; wanneer we op weg zijn naar de waarheid, dan beleven we de verbinding met de geestelijke wereld. Het kennen van de waarheid kan vreugde, vertrouwen en vervulling wekken. We komen een kwaliteit tegen, die een noodzakelijke oriëntatie geeft, ons kan bevrijden van spanning en onzekerheid, waardoor de lichamelijke gezondheidskrachten worden versterkt. Daarentegen werken onwaarheden en leugens ziekmakend: zij scheiden de mens van de geestelijke wereld van de waarheid, isoleren hem en verhinderen de genezende krachten die uit de waarheid voortvloeien. Rudolf Steiner wees erop dat de "leugens van de mensheid" ⁶ epidemiologische betekenis kunnen hebben. Het gaat daarbij niet om de afzonderlijke patiënten, maar veeleer om de omgang met de waarheid in de openbare discussie. In een tijd van *fake news* en verdraaiingen van de waarheid is ook deze geestelijke dimensie van belang. Rudolf spreekt in gelijke mate van "*de verzorging van de spiritualiteit en het schadelijke van materialistische gedachten*": "Bacillen worden in sterkste mate bevorderd, wanneer iemand in de slaap niets anders meeneemt dan een materialistische gezindheid. Er bestaat geen beter middel voor deze bevordering dan alleen met materialistische voorstellingen te gaan slapen en

⁶ R. Steiner: 'Die Theosophie des Rosenkreutzers', GA 99, Dornach 1985, voordracht van 30 mei 1907.

dan vanuit de geestelijke wereld, vanuit het ik en astraallichaam terug te werken op de organen van het fysieke lichaam [, ...]”⁷

Tegen deze achtergrond zijn echter ook complottheorieën over de oorsprong van deze pandemie problematisch, zoals ze ook vaak in antroposofische kringen rondgaan. De wil in het denken om de waarheid na te streven, al het vele nieuws zelf te verteren en zich niet eenvoudig te laten aansteken door louter beweringen, vormt een deel van onze immuniteit, waar we zelf verantwoordelijk voor zijn.

- Wanneer door een overmatige nadruk op de bewustzijnswereld, dus op het zenuw-zintuigstelsel, de aanleg voor virale verkoudheidsziekten ontstaat, dan is voor haar omvorming *verwarmende beweging en wilsactiviteit* nodig. Angst remt de wil, we laten ons leiden door een vreemde macht, zoals over het algemeen het ‘functioneren’ in het alledaagse beroepsleven door uiterlijke ‘gangmakers’ wordt bepaald. Overeenkomstig wordt de aanleg voor ziekte gekenmerkt door overbelasting in de sfeer van ons bewustzijn te midden van onze informatiemaatschappij; door de ervaring van spanning, onrust en stress in het gevoelsleven en tenslotte door een toenemende mate van verlamme angsten in het wilsleven. Tegen de achtergrond van de driedigheid kan dus de aanleg voor virale verkoudheden worden gekarakteriseerd door een verschuiving van de hogere wezensdelen in de richting van het zenuw-zintuigstelsel. Het organisme dat is verlaten door de hogere wezensdelen, wordt toegankelijk voor infecties en voor de mogelijkheid ‘in bezit te worden genomen’ door een vreemde macht.

Terwijl in de kindertijd en bij jongvolwassenen het geestelijke en psychische wezen van de mens zich met het lichaam verbindt en dat vormgeeft, verlaat dat hogere wezen het lichaam bij oudere leeftijd. In die zin ontwikkelt juist de oudere mens een aanleg voor COVID-19. De corona-pandemie betreft mensen; dieren worden er klaarblijkelijk niet ziek van. Daarmee wordt duidelijk, dat deze ziekte met het ik-wezen van de mens verband houdt. Preventie en genezing moeten dus – naast vele andere dimensies – ook deze geestelijke dimensie omvatten.

Hygiogenese, salutogenese en autogenese versterken

Bij de genezing kunnen we verschillende dimensies onderscheiden: allereerst kennen we het lichamelijke genezen en spreken hier in de geest van Gunther Hildebrandt van de *hygiogenese*. Lichamelijke genezen vereist ook de psychische begeleiding. Angst en vrees zijn geen goede raadgevers en verzwakken door spanning en innerlijk onrust de opbouwende levens- en genezingskrachten. Wanneer men in bedreigende situatie iets zinvol kan zien of scheppen, wanneer samenhangen kunnen worden begrepen en er ook mogelijkheden om zich te handhaven bestaan, dan wordt een *salutogenetisch potentiaal* ontwikkeld. Aaron Antonovsky heeft dit innerlijk transformeren van het door het ik geleide bewustzijn samengevat als ‘sense of coherence’. Uiteindelijk kan

⁷ R. Steiner: ‘Wie erwirbt man sich Verständnis für die geistige Welt?’, GA 154, Dornach 1985, voordracht van 5 mei 1914.

door de confrontatie met de ziekte zich een innerlijke ontwikkeling voltrekken en tot zelfontwikkeling, dus tot *autogenese*, leiden.

Daarmee heeft preventie innerlijke en uiterlijke aspecten. Innerlijk gaat het om draagkrachtige gezichtspunten en geestelijke inhouden, die kracht kunnen geven voor de verzorging van de innerlijke samenhang. Het bestrijden van infectieziekten leidt uiterlijk tot isolatie: openbare evenementen worden afgezegd, grenzen worden gesloten. Een uitgaansverbod kan bijzonder ingrijpend uitpakken, waardoor de mens van het beleven van de natuur, van het zonlicht en de sterrenhemel wordt afgesloten. Daartegenover is vooral de versterking van het innerlijke, geestelijke licht van de innerlijke zon nodig in de vorm van versterkte liefdevolle betrokkenheid, van belangstelling voor andere mensen en de innerlijke verbondenheid met levende waarden. Tenslotte is er geen genezing mogelijk zonder hoop. In die zin zijn we in ons leven afhankelijk van perspectief en innerlijk vertrouwen. Uiterlijke hulpmiddelen zijn – zoveel mogelijk – het zelf actief bewegen en een direct contact met de zon (op de infectiologische betekenis van het gebrek aan licht heeft Rudolf Steiner in 1920 nog voorafgaande aan de ontdekking van vitamine D gewezen).⁸ De juiste hoeveelheid opgenomen zonlicht op het juiste moment versterkt de afweer tegen infecties, bevordert de ik-presentie in het lichaam en vormt de basis voor de stabilisering van onze innerlijke, door hormonen bemiddelde lichtritmen, die voor de slaap en voor onze gezondheid van groot belang zijn.

We hebben niet alleen een van angst bevrijde verhouding tot het licht van de zon nodig, maar ook een waardering voor de nacht, voor de sterrenhemel, om het zo uit te drukken: als “Hymnen aan de nacht”, de titel van de cyclus van gedichten van Novalis. De schadelijke gevolgen voor de gezondheid van nachtelijke lichtvervuiling door kunstlicht en beeldschermen zijn intussen bekend. Met de zon en haar dagelijkse gang is ons ritmisch systeem verbonden. Zo kennen we een groot aantal circadiaanse ritmen. Het komt aan op ritmische vormgeving van de dag en op een fysiologische gezonde verhouding van waken en slapen. Zowel te korte als te lange slaap is schadelijk voor de gezondheid en leiden onder meer tot beperkingen van immunologische functies.

Verder is de verhouding tot de warmte van beslissende betekenis. Het stelsel van hart en bloedcirculatie vormt het centrale orgaan van ons warmte-organisme en moet worden versterkt, evenals het stelsel van de ademhaling. De eigen beweging is daarbij van centraal belang. Hier kunnen hygiënische oefeningen uit de euritmitherapie, zoals die door Rudolf Steiner in de 5^e voordracht van de cursus euritmitherapie in 1912 zijn aangegeven – vooral de trias eerbied-A, liefde-E en hoop-U, aangevuld met de ritmische R – een waardevolle versterking bieden en ook in kleine groepen door velen worden aangeleerd om vervolgens praktisch te kunnen worden toegepast. Op de betekenis van uiterlijke beweging en regelmatige opname van zonlicht werd al eerder gewezen. Tegen deze achtergrond heeft ‘thuisquarantaine’ naast veel infectiologisch voordeel ook bedenkelijke gevolgen, aangezien zij de genoemde hulpmiddelen inperkt.

Waarom ontstaan humaan pathogene virussen?

⁸ R. Steiner: ‘*Geisteswissenschaft und Medizin*’, GA 312, Dornach 2020, voordracht van 24 maart 1920. Zie ook T. Reckert: ‘*Sonnenlicht, Vitamin D, Inkarnation*’. Der Merkurstab 62 (2009), p. 577-593. DOI: <https://doi.org/10.14271019529-DE>

Een groot raadsel is de vraag waar deze kennelijk nieuwe virussen vandaan komen en hoe ze zijn ontstaan? Interessant genoeg komen veel virussen uit het dierenrijk, ook het coronavirus. In ons darmkanaal bevinden zich niet alleen bacteriën, de antibiotica, maar ook talloze virussen die op vergelijkbare wijze voor onze gezondheid belangrijk zijn, zoals – en dat is bekend – de darmbacteriën. Tenslotte weten we dat niet alleen onze immunologische functies, maar een veel groter domein van onze gezondheid, zelfs onze innerlijke ervaringen door darmbacteriën beïnvloed worden. Waarom worden nu virussen uit het dierenrijk gevaarlijk voor de mens? We berokkenen de dieren tegenwoordig onuitsprekelijk veel leed: ze worden massaal en wreed gedood en ook lijden laboratoriumdieren bij experimenten veel pijn. De dierenwereld is hier hulpeloos aan overgeleverd. Ook in de gewone handel kunnen levende dieren aan buitengewoon veel angst en stress worden blootgesteld.

Kan dit leed tot consequenties leiden, waardoor virussen die zich graag in dierlijke organismen ophouden, kunnen gaan muteren? We zijn gewend om de dieren alleen vanuit hun lichamelijke kant te beschouwen, en hen meestal niet vanuit de kant van het zieleleven te zien. Maar tegenwoordig zijn relaties bekend die bijvoorbeeld de darm met ons innerlijk leven verbinden. Gezien de vele virale ziekten doet zich niet alleen de microbiologische vraag naar de herkomst van het virus voor, maar ook de ecologische en morele vraag hoe om te gaan met de dierenwereld. Steiner heeft op deze samenhang al meer dan 100 jaar geleden gewezen.⁹ Nu is het aan ons om deze relaties na te gaan en behalve de natuurwetenschappelijke analyse ook diepere vragen te stellen.

Perspectieven

Daarmee komt de ecologische dimensie van deze pandemie in beeld. De globalisering heeft tot nu toe sterk in het teken gestaan van economische interesses en politieke machtsuitbreiding. De corona-pandemie maakt ons bewust van de hoge waarin we één mensheid vormen, die verantwoordelijk is voor de gezondheid van de medemens, van ons nageslacht en van de aarde. Zij kan ons opnieuw de eerbied voor het leven bijbrengen, waarop Albert Schweitzer heeft aangedrongen: de zo vaak vergeten alomvattende dimensie van het levende, waarin uiteindelijk geen scheiding bestaat tussen de verschillende levende wezens en hun lot.

In deze dagen en weken wordt duidelijk in welke mate ogenschijnlijk onomstotelijke basisbeginselen in economie, pedagogie en vervoer relatief blijken te zijn ten opzichte van de bedreiging van het leven. Ze kunnen in ons gedrag een nieuwe flexibiliteit en bezinning teweegbrengen. Ongetwijfeld moet vooral de infectie van risicogroepen zoveel mogelijk worden verhinderd. Hier grijpen de intussen genomen maatregelen, die betrekking hebben op het indammen van de besmetting, met name wat betreft de snelheid van de uitbreiding ervan, op in; hier geldt dat het gedrag van de mensen solidair moet zijn met heel de samenleving en met de wereldgemeenschap. Hoewel lange tijd men tot doel had om infectieuze ziektekiemen zo radicaal en globaal mogelijk te elimineren, leert ons de corona-epidemie toch – en datzelfde geldt

⁹ R. Steiner: *'Die Offenbarungen des Karma'*, GA 120, Dornach 1992, voordracht van 17 mei 1910. R. Steiner, *'Erfahrungen des Übersinnlichen. Die drei Wege der Seele zu Christus'*, GA 143, Dornach 1994, voordracht van 17 april 1912.

bijvoorbeeld voor de snel toenemende antibioticaresistentie -, dat de vraag van het samenleven, van immuniteitsverwerving en van de afscherming voor de wereld van dieren, planten, bacteriën, schimmels en virussen een duurzaam ecologisch ontwikkelingsperspectief vergt in plaats van gedemoniseerde vijandbeelden.

Het SARS-CoV-2-virus is niet te elimineren of uit te roeien, en we moeten in de komende decennia op dit gebied rekening houden met nieuwe mutaties. De protectie tegen besmetting en anderzijds de geleidelijke ontwikkeling van een groepsimmunitéit (de Duitse vakterm 'Herdenimmunität' ofwel 'kudde-immunitéit' wijst eveneens op een gestoorde verhouding tussen mens en dier) vereisen toch wel meer afgewogen maatregelen, die als doel moeten hebben een evenwicht tussen noodzakelijke onthouding en noodzakelijke verbinding. Beweging in de vrije natuur, maar ook medegevoel en interesse voor de ander hebben een gezondmakende werking en zijn momenteel bijzonder belangrijk. Ook het genezen vergt betrokkenheid en menselijke hulp. We kennen wetenschappelijk onderzoek, dat aantoont hoe sociale relaties – hier de mate waarin kinderen geliefd zijn – positieve uitwerkingen op het infectierisico dat zij op langere termijn tonen.¹⁰

De versterking van veerkracht heeft in deze crisis een lichamelijke, psychische en geestelijke dimensie. Lichamelijk moet behalve op de genoemde verzorging van de warmte, de relatie tot het zonlicht en de levensritmen, ook aandacht worden besteed aan een gezonde voeding en moeten giftige genotsmiddelen (zoals tabak en alcohol) worden vermeden. Bittere groenten versterken de immuniteit en hogere suikerconsumptie vermindert het weerstandsvermogen. Preventie en versterking van de constitutie kunnen worden ondersteund door daarvoor in aanmerking komende antroposofische medicatie en euritmitherapie.

Op het psychische vlak gaat het om het tegengaan van angst, om bezonnenheid, moed en om een geestelijk perspectief. Angst en psychische spanning beperken immunologische functies en dragen vermoedelijk bij aan uitbreiding van ziekte, net zoals bij zorgeloos en achteloos gedrag. Omgekeerd werkt een positieve stemming ('positive emotional style') juist bevorderlijk en brengt dan een lager gezondheidsrisico met zich mee.¹¹ Ook correleert de cortisol-concentratie in het speeksel als indicator van psychische stress met de kwetsbaarheid voor infecties.¹²

Wij moeten dus de angst en de veelvuldig veroorzaakte vrees innerlijk tegemoet treden, aangezien de aanleg voor ziekte alleen door een helder denken, een evenwichtige psychische constitutie en door moed vermindert. "[...] Wanneer wij angst hebben voor de ziekten die zich om ons heen in een epidemische ziektehaard voordoen en wanneer wij met angstige gedachten 's nachts inslapen, dan ontstaan in onze ziel de onbewuste nabeelden, imaginaties, die vervuld zijn van angst. En dat is

¹⁰ V.S. Ulset, N.O. Czajkowski, B. Kraft, P. Kraft, E. Wikenius, T.H. Kleppstø, M. Bekkhus: 'Are unpopular children more likely to get sick? Longitudinal links between popularity and infectious diseases in early childhood.' PLoS One, Sep 10;14(9):e0222222. DOI: 10.1371/journal.pone.0222222.eCollection 2019

¹¹ S. Cohen, C.M. Alper, W.J. Doyle, J.J. Treanor, R.B. Turner: 'Positive emotional style predicts resistance to illness after experimental exposure to rhinovirus or influenza A virus.' Psychosom Med. 2006 Nov-Dec;68(6):809-15. Epub 2006 Nov 13.

¹² D. Janicki-Deverts, S. Cohen, R.B. Turner, W.J. Doyle: 'Basal salivary cortisol secretion and susceptibility to upper respiratory infection.' Brain Behav Immun. 2016 Mar;53:255-261.

een goed middel voor het koesteren en verzorgen van bacillen”,¹³ zo karakteriseerde Rudolf Steiner het 100 jaar geleden.

Geestelijk gezien doen zich grote vragen voor: welk appèl doen de pandemische ziekten aan de mens? Enerzijds remt deze pandemie het gemeenschappelijke leven op dramatische wijze af en wordt ze daardoor tot een groeiende economische, sociale en maatschappelijke bedreiging. Anderzijds geeft zij de ruimte om bij onszelf stil te staan met de mogelijkheid om bestaande maatschappelijke oriëntaties, waarden en doelstellingen ter discussie te stellen en opnieuw te bepalen. Hier is de verhouding van de mens tot de natuurrijken en vooral tot de dieren van groot belang. Tegenwoordig doet zich naast de actuele klimaatverandering en de daaruit voortkomende ziekte van de aarde, een acute globale ziekte van de mens voor, die zich naast de grote chronische ziekten van deze tijd plaatst en ons kan doen ontwaken voor een noodzakelijke ecologische heroriëntatie, ook op gebied van de geneeskunde. We kunnen op termijn niet alleen oorlog voeren tegen ziekten en ziektekiemen, hoe waardevol deze competenties ook zijn – we moeten met net zoveel energie werken aan de duurzame versterking van de mens en aan het ecologisch evenwicht tussen mens en natuur in het licht van onze gemeenschappelijke kosmische oorsprong.

In geval van ziekte is het nodig om de ontsteking, als zinvol antwoord van het organisme om de ziektekiemen te elimineren, goed te begeleiden en niet – uit gebrek aan kennis van zaken – een ontstekingsremmende en koortsverlagende therapie in te zetten. Momenteel beschikken wij niet over op evidentie gebaseerde behandelingen voor levensbedreigende ziektegevallen van COVID-19: voor alle betrokkenen is hier therapeutisch nog sprake van een nieuw gebied. Maar net zoals er op gebied van de intensive care geneeskunde kennis bestaat over de behandeling van het ademnood-syndroom, bestaan er echter ook therapeutische ervaringen in de antroposofische geneeskunde bij de behandeling van ambulante opgedane longontstekingen, die relatief vaak door virussen worden uitgelokt. De therapeutische aanbevelingen van de antroposofische geneeskunde kunnen volgens onze inschatting in alle stadia van de ziekte tot hulp zijn, en met name ondersteuning bieden bij de behandeling van een longontsteking. Aangezien meerdere antroposofische ziekenhuizen op gecoördineerde wijze — ook op de intensive care— aan de verzorging werken van patiënten met een ernstig verloopende COVID-19-infectie, zal het hopelijk spoedig mogelijk zijn de actuele aanbevelingen op basis van opgedane ervaringen verder te ontwikkelen.

¹³ R. Steiner: *‘Wie erwirbt man sich Verständnis für die geistige Welt?’*, GA 154, Dornach 1985, voordracht van 5 mei 1914.