

# GSDS Gesundes Dorf Steinberg-Dörfl

Arbeitskreisleiter Dr. Rudi Szankovich:

## „CORONA“ ALS GLOBALE HERAUSFORDERUNG

Das Jahr 2020 wird uns allen ein Leben lang in Erinnerung bleiben, ist doch bald nach Jahreswechsel ein unscheinbares, mikroskopisch kleines Partikel mit einer Größe von 120 Nanometer, also Millionstel eines Millimeters, aus einem Wildtiermarkt im chinesischen Wuhan, aufgetaucht.

Einerseits verwundert es nicht, dass schon des Öfteren Zoonosen, also Krankheiten, die von Tieren auf den Menschen überspringen, in Gebieten der Erde aufgetreten sind, wo solche Tiermärkte bestehen und Hygiene ein Fremdwort ist.

Andererseits hat diese Situation auch etwas mit unserer globalen Expansion zu tun: der Mensch dringt immer weiter in abgelegene Regionen vor, verändert Lebensräume und zerstört so die Heimat von Pflanzen und Tieren.

Da die Zufluchtsorte der Wildtiere immer kleiner werden kommt es zwangsläufig zu einer Zunahme der Berührungspunkte von Mensch und Tier und Seuchen können so auf den Menschen überspringen. Im Laufe der Jahre sind so beispielsweise Krankheiten wie Zika, Aids, Sars und Ebola von umweltgestressten Populationen auf uns übergegangen.

Wir müssen nun endlich erkennen, dass alles mit allem zusammenhängt:  
Klima - Biodiversität - Mensch - Corona - Wirtschaft.

Das Corona-Virus (genauer **SARS-CoV-2**), anfangs noch als eine weitere Art von Grippeerregern abgetan, gilt als Erreger von **COVID-19** (meist nur als „Corona“ bezeichnet) und entpuppte sich als potenter Killer, von dem infolge der Pandemie mittlerweile weltweit Millionen Menschen infiziert wurden und viele davon sehr schwere Folgen bis hin zum Tode davontrugen. Auch in Österreich, unserem Bundesland und unserer Ortschaft waren und sind leider Mitbürger\*innen davon betroffen.

Während bei uns die Wirtschaft mit massivsten Schwierigkeiten kämpfen muss ist die Erkrankung paradoxerweise gerade dort, wo sie ihren Ausgang genommen hat durch extrem restriktive Maßnahmen der Regierung und die Disziplin der Bevölkerung fast verschwunden und das wachstumshungrige kommunistische China konnte die Chance, die sich ihm für den weiteren Ausbau seiner wirtschaftlichen Dominanz bot, nutzen.

Bei uns hingegen greift das Virus wie ein Monster mehr und mehr in alle Bereiche unseres Lebens ein, bedroht uns gesundheitlich und beeinträchtigt, bedingt durch die nötigen Maßnahmen zu seiner Eindämmung, zunehmend die ökonomischen sowie sozialen Aspekte unserer Gesellschaft.

Corona ist, wie Daniel Barenboim beim Neujahrskonzert 2021 der Philharmoniker bemerkte, nicht nur ein gesundheitliches und wirtschaftliches, sondern auch ein menschliches, ein soziales Problem.

Es ist wohl nicht verwunderlich, dass alle Aktivitäten des GDS (Gesundes Dorf Steinberg-Dörfl) in diesem besonderen Jahr auf Eis gelegt wurden, um nicht womöglich infolge des Besuches einer Gesundheitsveranstaltung die Krankheit mit nach Hause zu nehmen.

Es gilt jetzt die nächsten Monate ohne Infektion durchzukommen.

Noch nie in der Geschichte der Menschheit haben so viele Forscher\*innen an ein- und demselben Thema gearbeitet: Weltweit haben sich ein paar hunderttausend (ca. 400.000) Wissenschaftler\*innen der Untersuchung des Virus gewidmet. Es wurden an die 100.000 Fachartikel publiziert, das Virusgenom innerhalb weniger Wochen erforscht und geeignete Vakzine in den folgenden Monaten entwickelt. Was die Aussicht auf eine positivere Entwicklung des Pandemieverlaufs eröffnet ist die Tatsache, dass es nun langsam, aber doch, zu den ersten Impfungen kommt.

Es ist befremdend, dass trotz der ernsten Situation so manche Mitmenschen die Erkrankung in ihrer Bedeutung ignorieren, leichtfertig damit umgehen und sogar die rettende Impfung als Gefahr sehen. Zu Ignoranz äußerte sich einmal Aldous Huxley, der Autor von „Schöne neue Welt“ so: „Tatsachen schafft man nicht dadurch aus der Welt, dass man sie ignoriert“. Die Ignoranz Corona gegenüber stellt allerdings ungewollt für alle anderen Menschen eine nicht zu unterschätzende Gefahrenquelle dar.

**Verhalten sich die Menschen klug und verantwortungsvoll, so wird die Erkrankung eher verschwinden, als wenn nach wie vor manche glauben, dass die ganze Aufregung um das Virus und dessen Folgen übertrieben ist, MASKEN TRAGEN, ABSTAND HALTEN, sich TESTEN LASSEN und REDUKTION SOZIALER KONTAKTE nur etwas für Ängstliche seien und IMPFEN eine große Gefahr mit sich bringe!!!**

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen die Kraft zum Durchhalten und das Verantwortungsgefühl Ihnen selber und Ihren Mitmenschen gegenüber. Setzen Sie sich keinem Risiko aus und Befolgen Sie die nötigen Richtlinien!

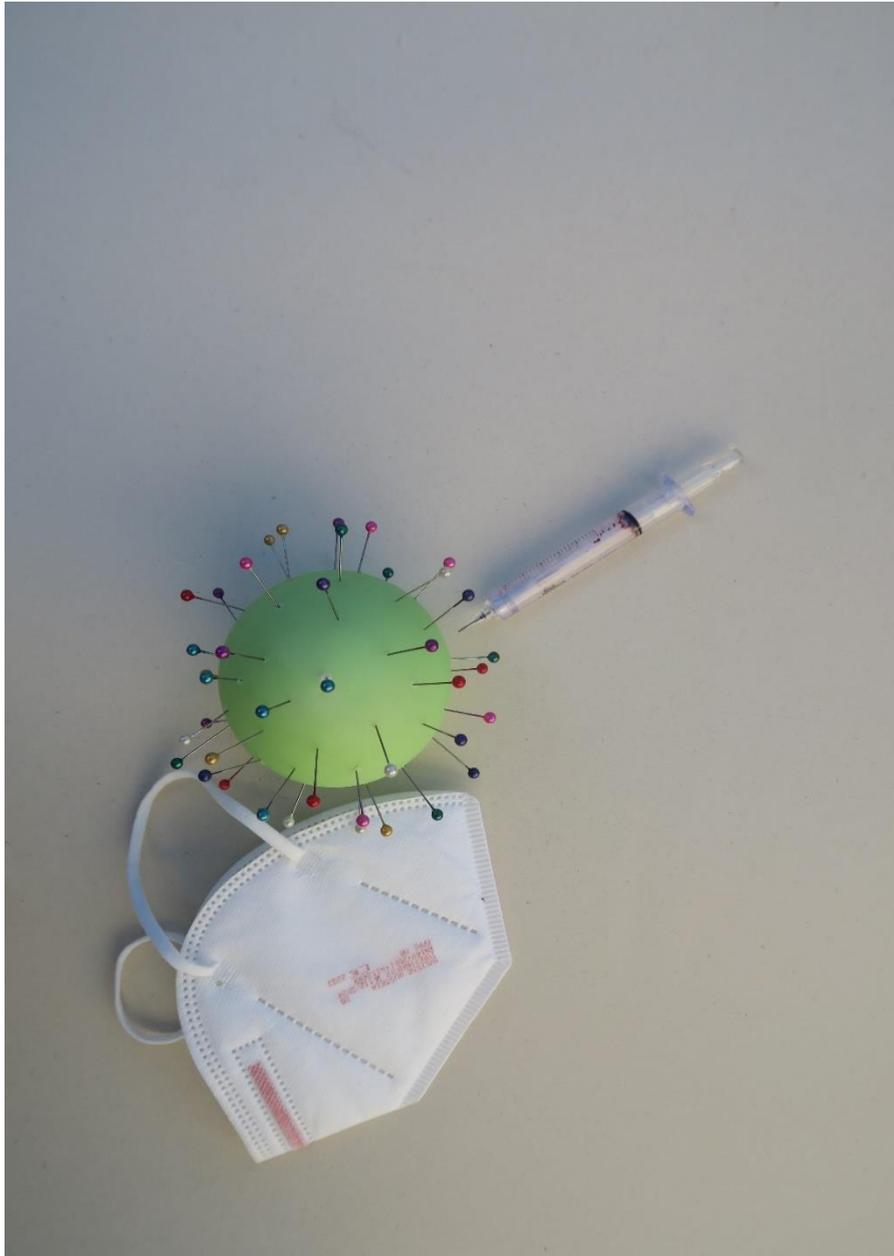


Foto: „Corona Ensemble“ - Angriff und Verteidigung

**Unsere Empfehlung für Ihre Gesundheit** etwas zu tun liegt darin, Sie zu Bewegung in der Natur anzuregen. Fachleute sind sich darüber einig, dass das **GEHEN** in der freien Natur die größte Wohltat für unsere körperliche und geistige Gesundheit darstellt.

Hinaus gehen“ kann und darf jede\*r - in der Natur gibt es keinen Lockdown und keine Schließzeiten, sie ist immer zugänglich.

Das aktive Gehen ist ein Stresskiller, es senkt Blutdruck, Puls und Blutfettwerte und verbessert das Schlagvolumen des Herzens. Der kognitive Leistungsabbau verschiebt sich um JAHRE nach hinten und der Alterungsprozess wie auch das Risiko an Alzheimer zu erkranken wird verzögert!

Wendet sich die Situation zum Guten, so will unser Arbeitskreis wieder Veranstaltungen anbieten.

Wir freuen uns darauf!

