

Waarheid en consequenties in de Tijd van Racisme en COVID-19

11 Juni 2020

Deze week staan we voor twee zaken. Racisme dat zwarte mensen generaties lang fysiek, economisch en spiritueel heeft geschaad, heeft tot massale protesten geleid in steden en dorpen over de hele wereld. De krachtige stemmen van het volk eisen dat instellingen nu optreden om racistische praktijken te accijns te leggen. Ondertussen blijft de COVID-19-pandemie zich verspreiden, vooral onder enkele van dezelfde overvolle omstandigheden die zich voordoen tijdens protesten.

Er is dus de waarheid over de schade veroorzaakt door ongeadresseerd racisme, maar ook de gevolgen van deelname aan grootschalige bijeenkomsten uit protest tegen racisme, namelijk het risico van blootstelling aan COVID-19.

De waarheid

Er is systemisch racisme in de Verenigde Staten en over de hele wereld. Na de dood van George Floyd door toedoen van de politie heeft de Black Lives Matter-beweging collectieve wereldwijde verontwaardiging veroorzaakt. Ondanks verontrustende retoriek, leugens en dystopische berichten uit Washington, lijkt er verandering te komen op staats-, stads- en lokaal niveau in Amerika en daarbuiten. Er is hoop dat de huidige zwaar gemilitariseerde politiewerkzaamheden zullen verschuiven naar bezorgdheid over de openbare veiligheid, en de diepe, onderliggende gezondheidsverschillen die zwarte mensen wereldwijd ondervinden, zullen worden aangepakt. Een [staking van 10 juni door academici en wetenschappelijke organisaties](#) over de hele wereld vestigde de aandacht op de noodzaak actie te ondernemen tegen systemische ongelijkheden in de wetenschap.

De COVID-19-pandemie [heeft blootgelegd hoe discriminatie de gezondheidsverschillen](#) tussen zwarte mensen veroorzaakt. Een recent redactioneel artikel in de New York Times stelt en beantwoordt de vraag ["Wie sterft het meest aan het coronavirus?"](#) De belangrijkste risicofactoren

komen vaker voor bij zwarte mensen, waaronder hypertensie, diabetes, obesitas en chronische long- en nieraandoeningen. Er bestaat geen twijfel over de raciale ongelijkheden.

De gevolgen

Massale protesten vergroten de kans dat COVID-19 zich wild verspreidt in de gemeenschap. Demonstranten zijn duidelijk op de hoogte en worden niet afgeschrikt. De kans op betekenisvolle verandering mag niet worden gemist. Maar de gevolgen moeten op een praktische, stapsgewijze manier worden aangepakt met behulp van wetenschappelijk onderbouwde benaderingen.

De wetenschap vertelt ons dat een groot aantal niet-blootgestelde individuen nog steeds het risico lopen op een nieuwe COVID-19-infectie. [Gegevens uit de regio Wuhan in China](#) (het oorspronkelijke epicentrum van de pandemie) geven aan dat slechts ongeveer 3% van de individuen in die gemeenschap antilichamniveaus heeft, wat erop wijst dat er infectie is opgetreden. Dit betekent dat de resterende 97% nog niet is geïnfecteerd en het risico loopt actief geïnfecteerd te raken en de infectie te verspreiden naar anderen, zoals mensen met een hoger risico.

[Een grote nieuwe studie](#) geeft aan dat shutdowns mogelijk tot 60 miljoen mensen hebben verhinderd om COVID-19 te ontwikkelen. Hoewel dit geweldig is om de curve af te vlakken, betekent dit ook dat zoveel meer mensen nu het risico lopen op een nieuwe infectie en kunnen bijdragen aan de verspreiding van nieuwe gemeenschappen.

De realiteit is dat COVID-19 nog enige tijd wijdverbreid zal zijn in onze gemeenschappen. Maar we kunnen in de nabije toekomst niet als kluizenaars leven. Dus, wat zijn praktische stappen die door de 97% van de mensen die nog niet zijn geïnfecteerd kunnen worden genomen om de risico's van het wagen naar de gemeenschap te balanceren?

Wetenschappelijk onderbouwde aanbevelingen voor vervolgstappen

In een [recent onderzoek](#) beantwoordden 511 experts op het gebied van epidemiologie en infectieziekten een reeks vragen over de risico's van blootstelling aan COVID-19 als gevolg van verschillende activiteiten. De antwoorden zijn vrij onthullend:

• Risicovolle activiteiten

- o De meeste ondervraagden waren het erover eens dat het bijwonen van grote sportevenementen, concerten en toneelstukken en dergelijke het meest gevaarlijk zal zijn voor een jaar of langer.

- o Het bijwonen van bruiloften en begrafenissen, en routinematige handdrukken of knuffels vallen allemaal in dezelfde risicocategorie.

- o Werken in een gedeelde overdekte kantooruimte wordt nog steeds als ongewenst beschouwd. Een bezoek aan winkelcentra of sportscholen zijn aanvullende activiteiten die niet door deze groep worden onderschreven.
- o Reizen per vliegtuig wordt nog steeds met veel scepsis bekeken, hoewel dit met strikte voorzorgsmaatregelen (inclusief maskers) waarschijnlijk een stuk veiliger is dan naar een overdekte arena gaan voor een sportevenement.

- **Veiliger activiteiten**

- o het Socialiseren van buiten (bijvoorbeeld een diner in de tuin) met een klein aantal van de bekende familie of vrienden.
- o het Gaat om een zorgvuldig set-up restaurant met terras ruimte of van een uitstekende fysieke afstand en ventilatie kan worden beschouwd. Dit vereist een gedetailleerde voorzorgsmaatregelen (servers met maskers en schilden, temperatuur gecontroleerd, enz.).
- o Wandelen of picknicken in de buitenlucht is ook bekeken heel gunstig door de epidemiologen.
- o Niet-dringende medische afspraken, nogmaals, met gedetailleerde voorzorgsmaatregelen.
- o Bezoek aan kapsalons ontvangen een gemengde reactie, met vele aangeeft is het relatief veilig met maskers en andere veiligheidsmaatregelen op zijn plaats (en, in de buurt van essentieel belang voor de meeste van ons op een bepaald punt!).
- o Opeenvolgend, een scala aan andere soorten activiteiten kunnen worden beschouwd in de komende maanden, met inbegrip van de retail-activiteiten in uw lokale gemeenschap (dingen die je echt moet doen, als je auto te repareren, ga naar de bank of stomerij, enz.). Beveiligingen worden ingesteld in al deze bedrijven met een fysieke afstand, het gebruik van maskers en met de hand sanitizer.

Maskers

Een [nieuwe studie](#) van de Britse Cambridge en Greenwich Universiteiten benadrukt de grote waarde van het dragen van een masker in het openbaar. De studie suggereert dat het routinematig gebruik van maskers kan voorkomen dat de tweede golf van COVID-19. De onderzoekers belangrijkste punt is dat de maskers beperken COVID-19 verspreid van mogelijke asymptomatische super spreaders, dat is de grote zorg na de massale protesten. Dit is zeer bemoedigend nieuws.

Het gebruik van maskers wordt algemeen toegeschreven aan de kleinere impact van COVID-19 in Azië en elders. Strikte beveiligingen hebben gunstige gevolgen gehad op plaatsen als [British Columbia](#), waar een vriendelijke aanpak van de afsluiting en de handhaving van eenvoudige maatregelen de pandemie in bedwang hebben gehouden.

Rijden in liften

[Deskundigen adviseren](#) degenen die liften moeten nemen om:

- een masker te dragen
- weerstand te bieden tegen het direct aanraken van knoppen of oppervlakken
- vaak handdesinfecterend middel te gebruiken
- op rustige momenten te gaan en, indien mogelijk, zelfs alleen
- gebruik tandenstokers om op knoppen te drukken

Het lijkt geen twijfel dat liftritten een uitdaging zullen zijn in drukke hoogbouw, ondanks dat veel nieuwe innovaties en beveiligingen zo snel mogelijk worden geïntroduceerd.

Risicogroepen

Misschien is de eenvoudigste manier om uw beslissingen de komende weken te sturen, goed op de bekende risicofactoren te letten. Hoe meer risicofactoren er zijn, hoe groter de waarschuwingen moeten zijn.

- Leeftijd is nog steeds een sleutelfactor, vooral voor mensen in de jaren 70, 80, 90 of ouder, met risico's die duidelijk toenemen met het ouder worden.
- De extra aanwezigheid van hypertensie, diabetes, obesitas, chronische long- of nierziekte brengt een extra risico met zich mee.
- Wonen in elk type groepsomgeving is een duidelijk risico en moet zorgvuldig worden beheerd of vermeden. Op veel plaatsen vond meer dan 50% van de sterfgevallen plaats in groepsverband.
- Onderliggende genetische factoren worden nog bestudeerd. [Een recent onderzoek](#) wijst op correlaties met ABO-bloedgroepen. Een hoger risico is gekoppeld aan bloedgroep type A-positief en een beschermend effect voor bloedgroep type O-positief. Het lijkt erop dat de genetische locus van de bloedgroep een positief of negatief effect kan hebben bij het activeren van de ACE2 (angiotensine-convertering enzyme 2) oppervlaktereceptor, waaraan het COVID-10-virus bindt bij het binnenkomen en infecteren van cellen. Dit kan een kans zijn voor nieuwe gerichte therapie.
- Het is duidelijk dat het hebben van myeloom een risicofactor is, vooral als de ziekte recentelijk actief is geweest en inductie- of re-inductietherapie vereist is, of ASCT (autologe stamceltransplantatie). Stabiele ziekte bij onderhoudstherapie lijkt een veel kleiner risico te zijn. Ook lijkt de aanwezigheid van MGUS ([monoklonale gammopathie van ondermijnde betekenis](#)) [geen bijzonder risico te vormen](#). (Ik bespreek myeloom en COVID-19 met Dr. Suzanne Lentzsch van het New York-Presbyterian Hospital, en IMF-bestuurslid en myeloom-patiënt Yelak Biru in deze [podcast](#).)

De bottom line

Personen met een beperkter risico (bijvoorbeeld ouderen, maar zonder medische risicofactoren, zelfstandig wonend) en mogelijk degenen met een bloedgroep van het type O-positief, kunnen overwegen om hun sociale activiteiten sneller uit te breiden dan die in de hogere risicocategorieën.

De weg vooruit

Alleen de waarheid onder ogen zien en de gevolgen zijn de enige manier om vooruitgang te boeken. Het goede nieuws is dat het gevoel bestaat dat echte verandering mogelijk is en dat we met een betere wetenschappelijke en praktische focus potentiële stoten van COVID-19 kunnen beheersen. Het dragen van een masker in het openbaar is erg belangrijk. De sleutel voor de komende maanden zal zijn om veilig en gezond te blijven met het nieuwe normale (of abnormale), dat de sociale contacten die zozeer deel uitmaken van wie we zijn, blijft beperken. Ik hoop dat de suggesties die ik heb gegeven de weg zullen vergemakkelijken om de sociale en gemeenschapsactiviteiten gestaag uit te breiden.