

Wahrheit und Konsequenzen in der Zeit des Rassismus und COVID-19

11. Juni 2020

Diese Woche stehen wir vor zwei Problemen. Rassismus, der die Schwarzen seit Generationen körperlich, wirtschaftlich und geistig geschädigt hat, hat in Städten auf der ganzen Welt massive Proteste ausgelöst. Die mächtigen Stimmen der Menschen fordern, dass die Institutionen jetzt etwas tun, um rassistische Praktiken zu vermeiden. Inzwischen breitet sich die COVID-19-Pandemie weiter aus, insbesondere unter einigen der gleichen überfüllten Bedingungen, die während der Proteste auftreten.

Es gibt also eine Wahrheit über den Schaden, der durch nicht angesprochenen Rassismus verursacht wird, aber auch die Konsequenzen der Teilnahme an großen Versammlungen aus Protest gegen Rassismus, nämlich das Risiko einer Exposition gegenüber COVID-19.

Die Wahrheit

In den USA und auf der ganzen Welt gibt es einen systemischen Rassismus. Nach dem Tod von George Floyd durch die Polizei hat die Black Lives Matter-Bewegung eine kollektive globale Empörung ausgelöst. Trotz störender Rhetorik, Lügen und dystopischer Nachrichten aus Washington scheint es auf staatlicher, städtischer und lokaler Ebene in Amerika und im Ausland Veränderungen zu geben. Es besteht die Hoffnung, dass sich die derzeit stark militarisierte Polizei als Bedenken hinsichtlich der öffentlichen Sicherheit gelten wird und die tiefgreifenden gesundheitlichen Unterschiede, die die Schwarzen weltweit erleben, angegangen werden. Am [10. Juni machte ein Streik der Wissenschaftlern und wissenschaftlichen Organisationen](#) auf der ganzen Welt auf die Notwendigkeit aufmerksam, Maßnahmen gegen systemische Ungleichheiten in der Wissenschaft zu ergreifen.

Die COVID-19-Pandemie [hat deutlich gemacht, wie Diskriminierung zu gesundheitlichen Ungleichheiten](#) bei Schwarzen führt. In einem kürzlich erschienenen Leitartikel der New York Times ist die Frage "[Wer stirbt am ehesten am Coronavirus?](#)" gestellt und beantwortet. Die Hauptrisikofaktoren sind bei Schwarzen häufiger anzutreffen, darunter Bluthochdruck, Diabetes, Fettleibigkeit sowie chronische Lungen- und Nierenerkrankungen. Es gibt keinen Zweifel an Rassenungleichheiten.

Die Konsequenzen

Massive Proteste erhöhen das Risiko einer extremen Ausbreitung von COVID-19 in der Gemeinde. Die Demonstranten sind sich klar bewusst und lassen sich nicht abschrecken. Die Gelegenheit zu sinnvollen Veränderungen ist nicht zu übersehen. Aber die Konsequenzen müssen praktisch und schrittweise mit wissenschaftlich fundierten Ansätzen angegangen werden.

Die Wissenschaft sagt uns, dass eine große Anzahl von nicht exponierten Personen immer noch dem Risiko einer neuen COVID-19-Infektion ausgesetzt ist. [Daten aus der Region Wuhan in China](#) (dem ursprünglichen Epizentrum der Pandemie) zeigen, dass nur etwa 3% der Personen in dieser Gemeinde Antikörperspiegel aufweisen, die darauf hinweisen, dass eine Infektion aufgetreten ist. Das bedeutet, dass die verbleibenden 97% noch nicht infiziert sind und das Risiko besteht, aktiv infiziert zu werden und die Infektion auf andere zu übertragen (beispielsweise auf diejenigen mit einem höheren Risiko).

[Eine neue große Studie](#) zeigt, dass Sperrungen möglicherweise bis zu 60 Millionen Menschen daran gehindert haben, COVID-19 zu entwickeln. Das ist zwar eine enorme Zahl für die Abflachung der Kurve, bedeutet aber auch, dass so viel mehr Menschen jetzt einem Risiko für Neuinfektionen ausgesetzt sind und zu einer neuen Ausbreitung in der Gemeinde beitragen können. Die Realität ist, dass COVID-19 für einige Zeit in unseren Gemeinden weit verbreitet sein wird. Aber wir können auf absehbare Zeit nicht wie Einsiedler leben. Welche praktischen Schritte können 97% der noch nicht infizierten Menschen unternehmen, um die Risiken des Wiedereintritts in die Gesellschaft auszugleichen?

Wissenschaftsbasierte Empfehlungen für die nächsten Schritte

In einer [kürzlich durchgeführten Umfrage](#), beantworteten 511 Experten für Epidemiologie und Infektionskrankheiten eine Reihe von Fragen zu den Risiken einer COVID-19-Exposition, die sich aus verschiedenen Aktivitäten ergibt. Die Antworten sind sehr aufschlussreich:

- **Riskante Aktivitäten**

- Die meisten Befragten waren sich einig, dass der Besuch großer Sportveranstaltungen, Konzerte und Theaterstücke und dergleichen für ein Jahr oder länger am gefährlichsten sein wird.
- Die Teilnahme an Hochzeiten und Beerdigungen sowie routinemäßige Handschläge oder Umarmungen gehören alle in dieselbe Risikokategorie.

- Das Arbeiten in einer Bürogemeinschaft wird immer noch als unerwünscht angesehen. Der Besuch von Einkaufszentren oder Fitnessstudios sind zusätzliche Aktivitäten, die von dieser Gruppe nicht unterstützt werden.
- Reisen mit dem Flugzeug wird immer noch mit großer Skepsis gesehen, obwohl das mit strengen Vorsichtsmaßnahmen (einschließlich Masken) höchstwahrscheinlich viel sicherer ist, als für ein Sportereignis in eine überdachte Halle zu gehen.

- **Sicherere Aktivitäten**

- Geselligkeit im Freien (zum Beispiel Abendessen im Garten) mit einer begrenzten Anzahl von Familienmitgliedern oder Freunden.
- Der Besuch eines sorgfältig eingerichteten Restaurants mit Terrasse oder guter körperlichen Distanzierung und Belüftung kann in Betracht gezogen werden. Das erfordert detaillierte Vorsichtsmaßnahmen (Kellner mit Masken oder Visiere, Fieberkontrollen usw.).
- Wandern oder Picknicken im Freien wird von den Epidemiologen ebenfalls sehr positiv bewertet.
- Nicht dringende medizinische Termine - ebenfalls mit detaillierten Vorsichtsmaßnahmen.
- Der Besuch von Friseursalons erhielt eine gemischte Reaktion, wobei viele darauf hinwiesen, dass es relativ sicher ist, wenn man Masken trägt und andere Sicherheitsmaßnahmen ergreift (und für die meisten von uns irgendwann fast unerlässlich wird!).
- In den kommenden Monaten können nacheinander verschiedene Arten von Aktivitäten in Betracht gezogen werden, einschließlich Einzelhandelsaktivitäten in Ihrer Gemeinde (Dinge, die Sie wirklich tun müssen, z. B. Ihr Auto reparieren lassen, zur Bank gehen oder eine chemische Reinigung durchführen lassen usw.). In all diesen Unternehmen werden die Schutzmaßnahmen mit physischer Distanzierung, der Verwendung von Masken und Händedesinfektionsmitteln eingerichtet.

Masken

Eine [neue Studie](#) der britischen Universitäten Cambridge und Greenwich unterstreicht den großen Wert des Tragens einer Maske in der Öffentlichkeit. Die Studie legt nahe, dass die routinemäßige Verwendung von Masken die zweite Welle von COVID-19 verhindern kann. Der entscheidende Punkt, von dem die Forscher ausgehen ist, dass Masken die Verbreitung von COVID-19 durch potenzielle asymptomatische Super-spreaders (Superverbreiter) begrenzen, was derzeit nach den massiven Protesten ein großes Problem darstellt. Das sind sehr ermutigende Neuigkeiten.

Die geringere Wirkung von COVID-19 in ganz Asien und anderswo, wurde weitgehend auf die Verwendung von Masken zurückgeführt. Strenge Schutzmaßnahmen haben sich beispielsweise in [Britisch-Kolumbien](#), positiv ausgewirkt, wo nette Ansätze zur Sperrung und Implementierung einfacher Maßnahmen die Pandemie eingedämmt haben.

Im Aufzug fahren

[Experten empfehlen](#) denjenigen, die Aufzüge benutzen müssen:

- Eine Maske zu tragen
- Das direkte Berühren von Tasten oder Oberflächen zu vermeiden
- Häufig Händedesinfektionsmittel zu verwenden
- Den Aufzug in ruhigen Zeiten und wenn möglich sogar alleine zu benutzen
- Zahnstocher zu benutzen, um Knöpfe zu drücken

Es steht außer Frage, dass die Benutzung des Aufzuges in besetzten Hochhäusern eine Herausforderung sein wird, obwohl viele neue Innovationen und Schutzmaßnahmen so schnell wie möglich eingeleitet werden.

Risikogruppen

Der vielleicht einfachste Weg, Ihre Entscheidungen in den kommenden Wochen zu leiten, besteht darin, die bekannten Risikofaktoren genau zu beachten. Je mehr Risikofaktoren vorhanden sind, desto größer sollten die Vorsichtsmaßnahmen sein.

- Das Alter ist nach wie vor ein Schlüsselfaktor, insbesondere für Menschen in den 70ern, 80ern, 90ern oder älter, wobei die Risiken mit zunehmendem Alter deutlich zunehmen.
- Das zusätzliche Vorhandensein von Hypertonie, Diabetes, Fettleibigkeit, chronischen Lungen- oder Nierenerkrankungen birgt ein zusätzliches Risiko.
- Das Leben in jeder Art von Gruppen ist ein echtes Risiko und sollte entweder sorgfältig geplant oder vermieden werden. An vielen Orten sind über 50 Prozent der Todesfälle in Gruppen aufgetreten.

- Die zugrunde liegenden genetischen Faktoren werden noch untersucht. [Eine kürzlich durchgeführte Studie](#) zeigt Korrelationen mit ABO-Blutgruppen. Ein höheres Risiko ist mit der Blutgruppe Typ A-positiv und eine Schutzwirkung ist mit der Blutgruppe Typ O-positiv verbunden. Es scheint, dass der Genort der Blutgruppe einen positiven oder negativen Effekt auf die Aktivierung des Oberflächenrezeptors ACE2 (Angiotensin-Converting-Enzym 2) haben kann, an den das COVID-10-Virus beim Eintritt in und der Infektion von Zellen bindet. Das kann eine Gelegenheit für eine neue gezielte Therapie sein.
- Offensichtlich ist Myelom ein Risikofaktor, insbesondere wenn die Krankheit vor kurzem aktiv war und eine Induktions- oder Reinduktionstherapie oder eine ASCT (autologe Stammzelltransplantation) erfordert. Eine stabile Erkrankung unter Erhaltungstherapie scheint ein viel geringeres Risiko zu sein. Auch das Vorhandensein von MGUS ([monoklonale Gammopathie von unbestimmter Bedeutung](#)) [scheint kein besonderes Risiko zu sein](#). (In diesem [Podcast](#) diskutiere ich über Myelom und COVID-19 mit Dr. Suzanne Lentzsch vom New York-Presbyterian Hospital und dem IWF-Vorstandsmitglied und Myelompatienten Yelak Biru.)

Das Fazit

Personen mit einem begrenzten Risiko (z. B. ältere Menschen, aber die keine medizinische Risikofaktoren aufweisen und unabhängig leben) und möglicherweise Personen, deren Blutgruppe 0 positiv ist, können eine schnellere Erweiterung der sozialen Aktivitäten in Betracht ziehen als Personen mit höherem Risiko.

Der Weg nach vorn

Die Wahrheit und die Konsequenzen direkt zu konfrontieren, ist der einzige Weg, um Fortschritte zu machen. Die gute Nachricht ist, dass das Gefühl besteht, dass echte Veränderungen möglich sind und dass wir mit einem besseren wissenschaftlichen und praktischen Ansatz potenzielle COVID-19-Wellen vermeiden können. Das Tragen einer Maske in der Öffentlichkeit ist sehr wichtig. Der entscheidende Punkt in den kommenden Monaten wird mit der neuen Normalität (oder Abnormalität) körperlich und geistig gesund zu bleiben sein, was die sozialen Kontakte, die ein wichtiger Teil von uns sind, weiterhin einschränken wird. Ich hoffe, dass die Vorschläge, die ich gemacht habe, den Weg nach vorne erleichtern, um die sozialen und gemeinschaftlichen Aktivitäten stetig auszubauen.