

WISSENS-NEWS

Medizin

► Mehr Kinderwünsche

Trotz – oder vielleicht sogar wegen – der Corona-Krise versuchten 2020 mehr Frauen in Deutschland, mithilfe der Reproduktionsmedizin schwanger zu werden, als ein Jahr zuvor. Die Zahl der Kinderwunschbehandlungen stieg um 9,3 Prozent auf 108 000. Besonders im Trend lagen sogenannte Auftauzyklen. Dabei werden der Frau befruchtete Eizellen oder Embryonen eingesetzt, die bei einer vorangegangenen Therapie eingefroren wurden. Möglicherweise haben Paare das für einen Urlaub gesparte Geld in diese Behandlung investiert, lautet eine mögliche Erklärung. *bro*



Im Reagenzglas Mehr Paare versuchten, durch künstliche Befruchtung ein Baby zu bekommen

Technologie

► Test ohne Blutprobe

Forscher der Washington University haben einen Sensor aus Mikronadeln entwickelt, der etwa Entzündungswerte, Virenbestandteile und andere Biomarker in der Haut detektiert. Er spürt die chemischen Substanzen in der Gewebsflüssigkeit auf, völlig schmerzfrei.

Zahl der Woche

► **10–20**

Cent mehr

pro Liter Milch wären laut dem Kieler Institut für Ernährungswirtschaft nötig, um höhere Produktionskosten für ein besseres Tierwohl auszugleichen



WIR MÜSSEN REDEN

FOCUS-Kolumnistin **Yael Adler** zur Pandemie: Die Menschen ermutigen, nicht verängstigen!

Gehören Corona-Specials eigentlich zum Pflichtprogramm der Fernsehanstalten oder ließen sich die Fakten des Tages nicht auch einfach in den Nachrichten verkünden? Wie weit reicht die Aufnahmefähigkeit für das Bedrückende?

In meiner Sprechstunde sitzen neuerdings häufig Patienten, die nicht nur über konkrete Symptome klagen, sondern auch darüber, wie schlecht es ihnen mental gehe. Im Dauerfeuer der Pandemie-Berichterstattung, im Statistik-Dschungel und im endlosen Reigen der Experten wachsen reale und irrealer Ängste. Nicht zuletzt der Irrtum, Corona wäre die Diagnose der Diagnosen.

Bei vielen Menschen ist der Eindruck entstanden, alle anderen Krankheiten seien der Pandemie unterzuordnen.

Kliniken verschieben Operationen, und mancher Patient glaubt, auf Nummer sicher zu gehen, wenn er selbst dringend angezeigte medizinische Maßnahmen vor sich herschiebt. So fällt die Tumorstherapie aus, und Krebserkrankungen bleiben unentdeckt – auch bei Befunden, bei denen wenige Wochen über Leben und Tod entscheiden können. Andere bleiben zu Hause, obwohl sie mit Herzklappenentzündung, Herzinfarktsymptomen oder Lungenerkrankungen in die Notaufnahme gehörten.

Politik, Fachwelt und Medien sollten endlich Strategien entwickeln, den Einzelnen zu ermutigen, anstatt ihn zu ängstigen und zu lähmen. Ich fände es gut, mehr Stärkendes zu hören, etwa faszinierende Tatsachen wie diese: Unsere „zelluläre Immunität“ kann viele durchaus vor Ansteckung oder schwerem Covid-19-Verlauf schützen. Auch können harmlose Erkältungs-Coronaviren spezifische Immunsystem-Kampfstoffe gebildet und so eine Basisimmunität erzeugt haben. Eine solche „Kreuzimmunität“ könnte eine weitere Erklärung dafür sein, dass die

meisten Menschen nach einer Sars-CoV-2-Infektion nicht oder nur leicht an Covid-19 erkranken. Es ist anzunehmen, dass unsere Abwehrzellen das Virus sogar killen können, noch bevor Antikörper gebildet werden und diese daher auch nicht immer messbar sind oder waren. Das heißt: Es gibt womöglich eine hohe Dunkelziffer von Immunen! Eine andere ermutigende Nachricht: Sars-CoV-1 (2003) und Mers-CoV (2012), zwei mit Sars-CoV-2 verwandte Coronaviren, hinterließen eine Immunität, die bis heute anhält. Ein Ende der Pandemie ist also hoffentlich abzusehen – einerseits dank der Impfungen und andererseits durch eine lang anhaltende natürliche Immunität.

Für das Gefühl, eine Perspektive zu haben, kann auch jeder selbst etwas tun. Dazu gehört natürlich, die Hygieneregeln einzuhalten. Sinnvoll ist aber auch, die

Immunabwehr zu stärken – mit Vitamin D und einer pflanzenbetonten, ballaststoffreichen Ernährung für eine schlagkräftige Darmflora. Nüsse, Kerne und Ölsaaten etwa liefern viele Vitamine und Mineralstoffe sowie Omega-3-Fettsäuren und Eiweiß. Wichtig ist jetzt, Lockdown-Kilos abzubauen. Raufen geht immer. Auch sich mit Dingen zu beschäftigen, die rein gar nichts mit der Pandemie zu tun haben, stärkt unsere Resilienz, unsere Widerstandskraft. Gerne dazu ein Tässchen Salbetea, dem man zumindest im

Laborversuch eine antivirale Kompetenz zugeschrieben hat.

Man sehnt sich nach Talkshows, in denen die Sessel der Virologen zurückerobert worden sind von Comedians, Schlagersängern und frisch umverliebten Dschungelcampnern!

Die Ärztin Yael Adler schreibt hier im wöchentlichen Wechsel mit dem Psychiater und Theologen Manfred Lütz

