

Vaccin? Het is pas voorbij als het voorbij is



Door [Paul Hekkens](#) - 14 november 2020

Geplaatst in [Coronavirus](#)

En toen was er een vaccin... Dat wil zeggen, Pfizer heeft de komst van een vaccin aangekondigd in een persbericht. Het vaccin zou in 90 procent van de gevallen bescherming bieden. Naar wat ik zo lees en hoor, schijnt dat veel te zijn. Mij lijkt het in ieder geval voldoende om het reproductiegetal ook zonder maatregelen beneden de 1 te krijgen. Dat betekent dat bij voldoende inentingen het virus niet blijft rondwaren. Voldoende groepsimmunitet met een vaccin is een realistisch scenario.

Of zo'n vaccin nog tot gezondheidsproblemen kan leiden? Ik zou het eerlijk gezegd niet weten. Van de ene kant wordt verzekerd dat het vaccin voldoende is getest op bijwerkingen. Van de andere kant is de hele procedure om het vaccin te ontwikkelen sterk versneld. Dan kan het toch zijn dat de onderzoekers iets over het hoofd hebben gezien. Wellicht een bijwerking op de langere termijn.

Waarschijnlijk zit ik niet in de eerste groep die het virus gaat krijgen. Ik kan dus nog even aanzien of er zich problemen voordoen bij de eerste inentingsronde. Misschien komen er nog andere vaccins, die nóg beter werken. Maar het kan ook zijn dat ik genoeg moet nemen met een vaccin dat maar 60 of 70 procent bescherming biedt. Dan moet ik kiezen tussen op korte termijn beschermd willen zijn, en maximaal beschermd zijn. Dat zou dan een moeilijke keuze worden.

Hongerwinter

Voorlopig is er evenwel nog geen vaccin. De situatie is vergelijkbaar met de periode na D-Day. Ook

Vaccin? Het is pas voorbij als het voorbij is

boven de rivieren keek men al vanaf de zomer van '44 uit naar de bevrijding. Maar met de bevrijding in het verschiet, moest men het ergste lijden, de hongerwinter, nog ondergaan. Ook met de corona-epidemie, kan het zijn dat ons nog een lastige winter te wachten staat. Duidelijk is in ieder geval dat het virus bij winterweer harder toeslaat dan in bij zomerweer. *It ain't over till it 's over.*

Afrika

In het [Afrika](#) rond de evenaar heeft het virus in ieder geval niet hard toegeslagen. Een 15-tal nieuwe ic-bedden compleet met beademingsapparatuur zijn in Burkina Faso niet eens uit de verpakking gehaald. Buitenshuis leven bij mooi weer, lijkt een belangrijke oorzaak. De beelden tonen in ieder geval een manier van doen, zoals die in de zomer ook in Nederland zichtbaar was: enigszins weifelend elkaars nabijheid toch weer opzoeken.

Er worden ook andere redenen aangevoerd waarom het relatief goed gaat in grote delen van Afrika: de jeugdige bevolking betekent minder ziektegevallen. De strenge lockdown in het begin van de epidemie schijnt zijn werk te hebben gedaan. De bevolking beschikt over een sterkere afweer omdat men meer is aangepast aan onhygiënische situaties. Ook schijnen er bloedstalen te zijn van vóór de uitbraak in Wuhan, die toch positief voor covid-19 zijn. Daaruit wordt dan de conclusie getrokken dat de mensen al immuun waren voordat covid-19 afgelopen lente opdook.

Economie

Dat de huidige lockdown-achtige maatregelen het aantal ziekenhuisopnamen doet dalen, hoeft niet te verbazen. Een lockdown is namelijk een paardenmiddel. Dat werkt altijd wel, maar heeft ook grote nadelen. Het werkt met name nadelig uit op de economie. Miljarden en miljarden moeten er door de overheid bijgelapt worden. En de teller tikt nu het alweer de tweede lockdown is, en die tweede lockdown ook langer aanhoudt dan de eerste.

Vanuit [Wuhan](#) bereiken ons berichten dat daar de economie weer op volle toeren draait. Maar wie beter kijkt, ziet dat de economie draait doordat bedrijven zich steeds meer in de schulden steken. Bedrijven leveren wel, maar men weten niet of men de geleverde producten betaald krijgt. Zo gaan de goederentransacties door, maar stokken de geldtransacties. Interessant vind ik, dat verondersteld wordt dat het de reële economie wel zal volgen. Zo zou het eigenlijk moeten zijn, maar zeker is het allang niet meer.

Maar laten we ook ten aanzien van China zaken niet al te rooskleurig voorstellen. Banken vullen vervolgens de tekorten van bedrijven aan met leningen. Banken vragen zich daarbij onvoldoende af of die lening wel kan worden afgelost. Naar het risico wordt niet gekeken omdat de Chinese staat de leningen garandeert. Uiteindelijk is het ook in China dus nog steeds de staat die de economie moet stutten.

Vaccin? Het is pas voorbij als het voorbij is

Horeca

Het meest zichtbare deel van economie is de horeca. Dat komt vooral omdat het sluiten van de horeca ons treft in ons sociale functioneren. Mij valt altijd op hoe massaal de mensen bij mooi weer de terrassen bezoeken. Alsof er niks leukers bestaat. Zolang de alcohol niet al te rijkelijk vloeit, betreft het evenwel onschuldig vertier. Met een aantal mensen die men kent, is men onder mensen die men niet kent, maar waaruit wel steeds een bekende kan opduiken. Met het sluiten van de horeca kan dat nu dus niet meer.

Recent [Amerikaans onderzoek](#) toont aan, dat supersverspreiding veelal plaatsvindt via cafés restaurants en fitnesszalen. Vanuit de Vlaamse horeca komt echter het geluid dat de meeste besmettingen plaatsvinden op locaties waar meerdere mensen lange tijd in gesloten ruimte doorbrengen. Dat kan hoeft geen horeca te zijn. Uit weer [ander Amerikaans onderzoek](#) blijkt dat de verspreiding in de horeca niet alleen via druppels maar ook via aerosolen verloopt. Ook mensen die verder af zitten dan anderhalve meter kunnen besmet raken.

In de horeca is een aangewezen werkwijze om de terrassen open te houden, en voor bedienend personeel een medisch mondk masker te verplichten. De terrassen kunnen van de winter verwarmd worden, zoals dat afgelopen winters ook altijd het geval was. Ook kunnen er fleecedekens beschikbaar zijn. Voordeel hiervan is dat er nog wat sociaal leven overblijft, en dat de horeca toch nog wat omzet kan draaien.

Vertrouwd

[Nederlands onderzoek](#) uit september toont aan dat verreweg de meeste besmettingen (55,8 procent) huisgenoten in de thuissituatie betreffen. Tel je daar de contacten met de overige familie (9,1 procent) en de vrienden en kennissen (4,7 procent) bij op, dan kom je dus op 70 procent van de besmettingen die plaatsvinden tussen mensen die vertrouwd zijn met elkaar. De werksituatie is nog eens verantwoordelijk voor 11,1 procent van de besmettingen. Ook hier betreft het veelal collega's die men al sinds jaar en dag kent, en waarmee men een vertrouwde omgang heeft.

En ook de besmettingen op school en de kinderopvang (4,2 procent), het verpleeghuis (3,1 procent), het woonzorgcentrum (1,6 procent) en de studentenvereniging (1,4 procent) betreffen veelal ontmoetingen met mensen waarmee men vertrouwd is: klasgenootjes, medestudenten, collega's, medebewoners of verpleegsters.

Al met al kan gezegd worden dat 80 tot 90 procent van de besmettingen plaatsvinden tussen mensen die elkaar goed kennen. Ook kan gezegd worden dat dit meestal gebeurt als die mensen met elkaar in een gesloten ruimte verkeren. Hoe op die gegevens nu beleid ontwikkelen? Hoe voorkomen dat mensen die vertrouwd zijn elkaar aansteken? Probleem daarbij is dat de mensen met wie je bekend bent samen geen gesloten groep vormen die je kunt isoleren. Als bijvoorbeeld manlief van zijn werk komt, of kindlief uit school, dan weet je maar niet of ze inmiddels een besmetting hebben opgelopen,

Vaccin? Het is pas voorbij als het voorbij is

en dus ook zelf een besmettingsgevaar gaan vormen.

School

De besmettingen op school mogen daarbij niet onderschat worden. Bij jonge mensen verloopt de besmetting immers dikwijls zonder symptomen, maar is er desondanks toch besmettingsgevaar. Dan maar niet of minder naar school of werk, lijkt het logische antwoord. Wat je ook kunt doen, is om per besmettings situatie te bezien wat je eraan kunt doen om besmettingen te voorkomen.

Bij scholen zou ik bijvoorbeeld meer via afstandsonderwijs, en minder via contactonderwijs laten verlopen. Een misverstand daarbij is dat afstandsonderwijs altijd via videoverbindingen zou moeten. Dat zie ik toch nog teveel als het digitaal nabootsen van de fysieke klassituatie: iedereen luistert tegelijk naar wat de leraar vertelt. Dat hoeft helemaal niet. Ook mogelijk is dat de uitleg van de stof op video wordt vastgelegd en op internet geplaatst wordt. Ook kunnen aantekeningen die leerlingen normaal gesproken in de les maken, gewoon als tekst door de leraar op internet worden aangeleverd. Verder kan er contact tussen leraar en leerling zijn via WhatsApp en wat dies meer zij.

Als leerling kun je dus terecht kan met vragen als iets niet goed begrepen is. Het echte fysieke contactonderwijs zou ik zoveel mogelijk reserveren voor de zwakkere leerling, en voor leerlingen die in een moeilijke thuissituatie verkeren. Bovendien zou ik de cyclus van toetsen gewoon door laten gaan. Niets motiveert een leerling beter om te leren dan een toets.

Thuisituatie

Zo is voor elke sector wel een beleidlijn te bedenken. Hamvraag blijft echter: hoe besmettingen te voorkomen tussen mensen die vertrouwd zijn met elkaar? Is daar überhaupt wel kruid tegen gewassen? Ja, toch wel. Er zijn dingen die je kunt doen. Om te beginnen kun je je algemene immuunsysteem versterken met vitaminen. Te adviseren is zeker voldoende vitamine D.

Zelf heb ik ook een kuurtje gedaan met vitamine K en met zink. Voor wie dat allemaal te lastig is, kan ook gewoon multivitaminen slikken. De kans dat je er baat bij hebt, is in verhouding tot de moeite die het kost best groot. Als je dan geen corona krijgt, kun je echter nooit aantonen dat dit komt door die vitamine D of K.

Wat je ook kunt doen is een ionisator of een uv-filter in huis zetten, en regelmatig ventileren. Ik zie dat niet als hocuspocus, maar eigenlijk als relatief eenvoudige recht toe recht aan methoden, met een zekere mate aan weenschappelijke onderbouwing om de lucht te reinigen van onder meer virusresten. Zo'n apparaat staat verder niet in de weg, en belemmert dus ook niet de gang van zaken in huis. Eigenlijk kun je zulke apparaten in alle besloten ruimten zetten waar mensen elkaar ontmoeten, dus ook in het klaslokaal, ook in de woonunit van oma in het verpleeghuis, ook op kantoor.

Vaccin? Het is pas voorbij als het voorbij is

Knuffelcontact

En dan hebben ze in België nog de regel dat een ieder zich dient te beperken tot één knuffelcontact. Ik vind dat de overheid daarmee wel erg diep in de privésfeer van mensen binnen dringt. Te controleren is het uiteraard ook niet. Qua contact met je huisgenoten en andere naasten, zou ik veel meer inzetten op informatie over hoe veel besmettingen in de vertrouwelijke sfeer mogelijke zijn, eventueel met als onderliggende moraal dat je je naaste het beste beschermd door enige afstand te bewaren.

Ik zou dat soort boodschappen ook veel meer via beelden dan via eeuwig geleuter in takshows uitdragen. Die informatie kan herhaaldelijk uitgezonden worden, maar ook regelmatig aangevuld worden met nieuwe boodschappen. Waarom wel informatieblokken om mensen lekker te maken voor aanstaande televisieprogramma, maar niet voor: hoe te handelen om coronabesmetting te voorkomen. Dat heel de publieke omroep en ook de reclamesector die taak na bijna een jaar nog steeds niet heeft opgepakt is mij een raadsel.

Paul Hekkens schreef het boek 'Stille Lente', de kroniek van de eerste Coronamaanden. Het boek verscheen bij Uitgeverij Blauwburgwal, kost 15 euro en is overal verkrijgbaar, zoals [HIER](#) / 'Stille Lente' is ook beschikbaar als e-book.