

## *Genezen van longen: een verademing voor lichaam en geest*

**E**en minuut of vijf niet ademen, en je sterft. De evolutie had zich anders kunnen ontwikkelen: zeezoogdieren schijnen veel eiwitten in hun spieren te hebben die zuurstof kunnen binden, waardoor ze lang onder water kunnen blijven en diep kunnen duiken. Voor landzoogdieren is dat niet weggelegd. In o.a. mensen heeft zich voor het ademen een zeer kwetsbaar orgaan ontwikkeld, de longen. Het is dan ook van het grootste belang om die longen in een zodanige conditie te houden dat ze goed functioneren, dus om ze gezond te houden. Ik weet bitter weinig af van de vele longziekten die je kunt oplopen. Marjolein Drent heeft me een aantal exemplaren van *ild care today* gegeven, waardoor ik te weten ben gekomen wat onder interstitiële longaandoeningen wordt verstaan.

Ook in de natuur komen stoffen voor die schadelijk zijn voor onze longen, maar het inademen van dergelijke stoffen wordt in onze samenleving ongetwijfeld vaker veroorzaakt door het werk dat we doen, door industriële activiteiten. Schade dus die door de mens zelf wordt veroorzaakt.

Is dat te vermijden? We leven in een complexe maatschappij. Wetenschappelijke en technologische ontwikkelingen, gevolgd door industriële activiteiten, hebben de levensduur van mensen verlengd, kindersterfte terug gedrongen, ziekten bestreden, kortom enorme voordelen gebracht. Maar ze zijn ook met nadelen gepaard gegaan, zoals nieuwe longaandoeningen. Menselijke activiteiten, met name industriële, hebben neveneffecten. Befaamd is de smog in Londen in 1952, waardoor vele duizenden mensen stierven en meer dan honderdduizend mensen in het ziekenhuis terecht kwamen. Die smog schijnt te zijn veroorzaakt door het verbranden van kolen waarbij zowel zwaveldioxide als stikstofdioxide in de atmosfeer terecht komen, die zich met waterdruppels uit mist verbinden tot zwavelzuur en wellicht ook andere stikstofverbindingen. Koude lucht drukt de verontreinigingen naar beneden. De longen van de Londenaren hebben daar ernstig onder geleden.

De globalisering heeft met name in China miljoenen mensen uit de ergste armoede geholpen, wat naar je mag aannemen positief is voor de gemiddelde levensduur, maar de toename van het fijnstof in de atmosfeer die gepaard gaat met de groei van het nationaal product, pakt negatief uit voor de levensverwachting.

De ontwikkelingen in de samenleving zijn op veel andere manieren complex. Ik ken iemand die op een snelwegtraject als eerste een systeem aanbracht van verkeersborden die op verschillende tijden, of in geval van files, automatisch een andere maximumsnelheid toestaan. Volgens statistieken heeft dat acht verkeersdoden per jaar geschied. Maar de bedenker van het systeem heeft nooit de dankbaarheid van de in leven geblevenen kunnen krijgen, want niemand kan weten wie zij waren. Als medici iemand van een bedreigende ziekte weten te genezen, verwerven ze vaak wel de dankbaarheid van de voormalige zieke. Daar staat weer tegenover dat een medische fout in het algemeen zichtbaarder is dan een mogelijk verkeerde invloed van een verkeersbord op het gedrag van een automobilist. Hoe dan ook, zowel medici als bouwers van verkeersinfrastructuur kunnen hun heilzame werk doen vanwege het gebouwen van wetenschappen dat de samenleving in de loop van eeuwen tot stand heeft gebracht.

In veel talen is er klankverwantschap tussen de woorden wind, lucht, adem, ziel, mens. De verbondenheid tussen het spirituele en het lichamelijke, het leven. Het genezen van longen is een verademing voor het lichaam, maar ook voor de geest. Mooi werk!



*Dr. Jan Terlouw*