

Verzuim

Nachtmerrie van het dominante denken tijdens covid-19

Inhoud

Woord vooraf	6
Voorwoord	16
1. Golven	21
2. De bodem en de kiem	97
3. Solidariteit	107
4. Hoop	155
5. Vrijheid	175
6. Integriteit	241
7. Pech	277
8. Wanhoop	349
9. Prelude	393
10. Reflectie	429
Nawoord	502
Dankwoord	506
Voetnoten	508

Woord vooraf

Er was al veel informatie verzameld maar echt beginnen met schrijven gebeurde op tweede Kerstdag 2020 om 5u00 's morgens, nadat een achttal uur eerder mijn 6de kleinkind het levenslicht zag. Zonder de kunde van de conventionele geneeskunde zou Lena hoogstwaarschijnlijk enkel een nummer in de statistiek van de perinatale sterfte geweest zijn. De moeder, mijn jongste dochter, had het waarschijnlijk ook niet overleefd. Niet alleen de kunde maar ook de empathische manier waarop de toekomstige ouders begeleid werden, verzachtte veel van de pijn door de niet ingevulde verwachtingen. Werken in de zorg is een roeping. De gynaecoloog, de verpleegkundigen, de vroedvrouwen, de kinderarts, allemaal van dienst op eerste Kerstdag. Dit zijn elke dag weer de stille helden van de zorg. Het respect hiervoor kan niet genoeg uitgesproken worden. Dankzij hen is Lena nu in ons midden. Ons Kerstekindje! Welkom Lena.

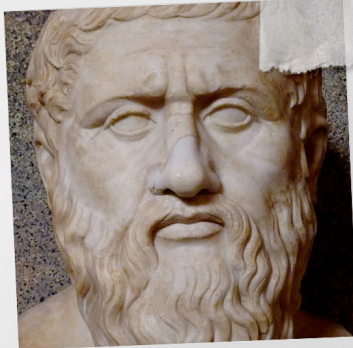
Alles wat nu volgt is dan ook niet gericht op personen. Het is eerder een kanttekening bij een systeem waar individuele personen in functioneren. Ook zij worden, vaak zonder dat het beseft wordt, gevormd door de heersende mening opgelegd door krachten die vaak onzichtbaar zijn. Feit is dat vanaf het moment dat je kanttekeningen plaatst bij dit dominant denken, je het risico loopt om gemarginaliseerd te worden.

In mijn carrière deden zich twee pandemieën voor met name de Mexicaanse griep in 2009 én de coronacrisis van 2019 – 2022. Mijn eerste boek, Lijfwacht, is geschreven met de intentie om de dagdagelijkse praktijk toe te lichten maar ook om de plaats van de homeopathische geneeskunde in de maatschappij te schetsen. Tijdens het schrijven kwam, voorjaar 2020, de coronacrisis in volle hevigheid opzetten. Dit kon niet genegeerd worden. Hoofdstuk 5 van Lijfwacht werd dan ook gewijd aan de eerste zes maanden van deze crisis. De input van informatie stopt namelijk op 16 september 2020.

In het boek dat u nu in handen heeft, pik ik de draad op en wil ik dieper ingaan op de mogelijkheden die de homeopathische be-

handelwijze bijkomend zou kunnen bieden in pandemieën. Over de eerste crisis, met name de Mexicaanse griep, schrijf ik in hoofdstuk 9 van dit boek.

Als arts hebben wij bij ons afstuderen de eed van Hippocrates afgelegd¹. Hierin belooft de jonge arts om *“naar best vermogen een kwaliteitsvolle geneeskunde ten dienste van de medemens en de samenleving in te zetten”*. Is het dan niet spijtig vast te stellen dat een groot therapeutisch arsenaal, zeker van toepassing bij epidemieën, genegeerd wordt?



Plato, 157 voor Christus.

“Dus om hoofd en lichaam gezond te maken, moet je eerst de ziel genezen: dat komt als eerste. Want dit is de grootste fout die we tegenwoordig maken bij de behandeling van het menselijk lichaam: dat artsen die ziel van het lichaam scheiden”.

De lezer een inkijk geven hoe de crisis ervaren werd door een huisarts met bijkomende opleiding in de homeopathische geneeskunde, dat is de intentie van dit boek. Alles wat u leest is uit de dagelijkse praktijk gegrepen. U wordt mee op reis genomen. Via golven, solidariteit, hoop en vrijheid naar het verlies van integriteit. Tenslotte rest er spijtig genoeg voor veel mensen niet veel meer dan vast te stellen dat ze pech gehad hebben. Nog erger, sommige mensen zijn de wanhoop nabij en voor hen is er een leven vóór en ná covid-19.

Dit boek moest geschreven worden. We zitten namelijk met een probleem op het gebied van de gezondheidszorg. Veel werd verzwegen. Bepaalde zaken mochten het licht niet zien. De titel van mijn boek laat aan duidelijkheid niets te wensen over. Over heel de wereld zijn onschuldige burgers slachtoffer geworden van verzuim door overheden.

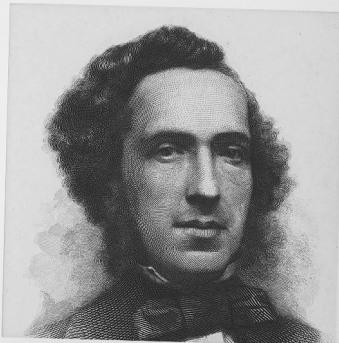
Ten eerste had de coronacrisis er anders uitgezien mocht de homeopathische geneeskunde op het moment van uitbreken reeds geïntegreerd zijn geweest in de gezondheidszorg. Patiënten zouden betere en gerichtere ondersteuning gekregen hebben tijdens de quarantaine-fase daar waar zij nu enkel de beschikking hadden over pijnstillers. Zonder de geïndividualiseerde behandeling met homeopathische geneesmiddelen, was het bang afwachten hoe het zou evolueren. Gaat er een opname volgen of niet? Daar waar door een behandeling, elke keer weer gericht op de specifieke, individuele symptomen, het virus minder de kans zou hebben gekregen om zich in de cellen te nestelen. Bij een aantal patiënten had hierdoor onheil op lange termijn vermeden kunnen worden, met name de ontwikkeling van long covid. Het aantal ziekenhuisopnames zou minder geweest zijn en mocht een opname toch nodig zijn geweest, zelfs dan zouden deze patiënten bijkomend veel baat gehad hebben aan een ondersteuning op basis van de meest in het oog springende symptomen. Mijn gedurfde bewering wordt toegelicht met korte beschrijvingen van klinische gevallen uit de dagelijkse praktijk. Deze dominante houding van de conventionele ten opzichte van de homeopathische geneeskunde is natuurlijk niet iets specifiek van deze crisis. Niets nieuws onder de zon. Al van bij haar ontstaan, wordt de

homeopathie verketterd.

Ten tweede heeft er zich ook binnen de conventionele geneeskunde een fenomeen van dominant denken voorgedaan. Er was maar één mening mogelijk. Eén discours. Dát van de virologen die vanaf het begin van de crisis de media domineerden. Elke mening die door hen als dissident beschouwd werd, moest direct monddood gemaakt worden. Er was geen ruimte voor nuance in het debat. De mainstreammedia hebben hier naarstig toe bijgedragen.

Het dominante denken deed dus zijn werk ten opzichte van een externe vijand met name de homeopathische geneeskunde, maar ook ten opzichte van een interne vijand, de zogenaamde “dissidente” stemmen.

Mijn hoop is dat na het lezen van dit boek bij u de overtuiging gegroeid zal zijn, dat de coronacrisis er anders uitgezien zou hebben mocht er binnen de conventionele geneeskunde meer openheid geweest zijn naar andere meningen. Veel patiënten zou veel leed bespaard zijn geweest.



P.A. de Génestet (1829 ~ 1861)

*Veel wordt bewezen dat toch in den grond
niet waar is, En veel is eeuwig waar,
ofschoon 't bewijs niet daar is.*

Heel de coronacrisis zou voor de geneeskunde een les in bescheidenheid mogen zijn. Tot nu toe geeft het niet de indruk dat dit het geval is en dat is zo jammer. Men is onverdroten blijven inzetten op massavaccinatie zonder rekening te houden met natuurlijke immuniteit én op maatregelen waarvan geweten is dat zij niet efficiënt/nuttig zijn. Maar ja, men moest iets doen.

Het fenomeen “voortschrijdend inzicht” wordt vaak van stal gehaald als men zijn mening heeft moeten bijsturen. Op zich is dat allemaal niet erg, maar vaak gebeurde het rijkelijk laat. Het is geweten dat medische ervaring niet meer is dan een opeenvolging van onstandvastige medische theorieën. Methodes die als standaard werden beschouwd, worden vroeg of laat weer even gemakkelijk verworpen. Een rechtsreeks gevolg van de reductionistische manier van hun denken.

In het kader van de coronacrisis denken we dan bijvoorbeeld aan de vaststelling van het feit dat bij besmetting, het virus door gevaccineerden óók verspreid kan worden. Het covid safe ticket (CST) heeft aldus eerder bijgedragen tot de verspreiding van het virus, dan tot de inperking ervan.

De rol van de mainstreammedia in heel de crisis mag niet onderschat worden. Zij volgden blindelings de virologen. Andere wetenschappers kregen in de media geen forum en/of werden totaal doodgezwegen.

Er werd angst gezaaid onder de mensen. Dit is een gekende en vaak toegepaste tactiek in de marketingwereld: “fear makes consumers”. Hoe banger mensen in het geval van covid-19 gemaakt worden, hoe meer zij geneigd zijn om zich te laten vaccineren met een experimenteel medicijn, ook al behoren zij hoegenaamd niet tot een risicogroep. Men werd opgeroepen om dit te doen uit solidariteit en in het algemeen belang. Het aantal besmettingen zou daardoor verminderen, wat dus niet het geval was en nog steeds niet is. Bij sommigen onder hen zorgde deze overprikkeling van het immuun-afweersysteem voor dramatische gevolgen op korte en lange termijn.

“De theorie is wanneer je alles weet en niets werkt. De praktijk is wanneer alles werkt en niemand weet waarom” Einstein

Eén ding is duidelijk... wat wij zien met onze ogen is maar een schijn van de realiteit. Veel is aan ons zicht onttrokken maar ook aan ons inzicht. Zoals zo vaak al gebeurd is in de loop van de geschiedenis, heeft elke crisis wel iets goed opgeleverd. Laten wij hopen dat dat ook het geval mag zijn met de coronacrisis.



Descartes, 17th century

“All science is certain, evident knowledge. We reject all knowledge which is merely probable and judge that only those things should be believed which are perfectly known, and about which there can be no doubts.”

“Wat betreft mijn persoonlijk verhaal als huisarts met bijkomende opleiding in de homeopathische geneeskunde, kan ik zeggen dat ik zeker de eerste weken van de eerste golf als zéér heftig heb ervaren met een paar zware casussen die mij nauw aan het hart liggen. Gelukkig is iedereen er goed doorgekomen, zelfs mijn zeventigjarige patiënt, die weken op intensieve gelegen heeft. Zijn verhaal wordt beschreven in Lijfwacht. Net zoals bij deze man, zijn alle andere patiënten goed hersteld zonder het ontwikkelen van long covid.

Het boek is ingedeeld in de volgende hoofdstukken:

Hoofdstuk 1: Golven.

Als een soort onderzoeksjournalist ga ik door artikels, verschenen in de geschreven pers zowel in de mainstream- als in de gespecialiseerde medische pers. Ik som de feiten op, gestaafd met de referenties. Ook uitspraken in televisieprogramma's worden onder de loep genomen. De lezer zal zelf zijn/haar conclusie moeten trekken over hoe alles verlopen is. Het is intussen weer even geleden, heel die pandemie en men vergeet snel en graag. De bedoeling van dit hoofdstuk is om u terug onder te dompelen in de sfeer van "toen".

Hoofdstuk 2: De bodem en de kiem

In dit hoofdstuk ga ik wat dieper in op de vraag waarom nu de ene persoon meer last ondervond van het virus dan de andere.

Hoofdstuk 3: Solidariteit

Tijdens de eerste golf was er een enorme solidariteit. Door de maatregelen te volgen en door "in ons kot te blijven", gingen wij gezamenlijk het virus verslaan. Er werd geapplaudiseerd voor de zorgverleners. Er was een nooit geziene rust neergedaald over de maatschappij. In dit hoofdstuk beschrijf ik casussen uit eigen praktijk. Ik hoop dat u als lezer ook gefascineerd geraakt door de kracht van geneesmiddelen die vrij verkrijgbaar zijn in de natuur, zonder patenten en zonder leveringsproblemen.

Hoofdstuk 4: Hoop

Was het afnemen van PCR-testen in de eerste golf bijna onmogelijk, dan ging dat in de tweede golf vlotter. Ik beschrijf een aantal casussen uit eigen praktijk.

De eerste berichten verschijnen over versnelde productie van vaccins. Er is weer hoop.

Hoofdstuk 5: Vrijheid.

“De weg naar de vrijheid”. De vaccinaties gingen daarvoor zorgen. Ik ga in op de geschiedenis van vaccinatie. De verschillende vaccins worden beschreven. Er wordt ook dieper ingegaan op de mogelijke schadelijke effecten op korte en lange termijn. Een nieuw begrip doet zijn intrede: vaccinatie Tijd.

Hoofdstuk 6: Integriteit

Door de intrede van de vaccins ontstaat er een polarisatie in de maatschappij. Mensen worden uitgesloten omwille van persoonlijke keuzes. Ik beschrijf vier casussen van patiënten die hun drang naar integriteit duur hebben betaald. Het mag duidelijk zijn dat covid-19 geen “gewoon griepje” is.

Hoofdstuk 7: Pech

Mensen die covid-19 al hadden doorgemaakt, al natuurlijke antistoffen hadden en zich toch lieten vaccineren. Of mensen die op het moment van vaccinatie, covid-19 hadden. Mensen die zich lieten vaccineren, vervolgens covid-19 opliepen en zich dan nog verder lieten vaccineren. Veel variaties op een thema maar allemaal met dramatische gevolgen voor de gezondheid van sommige patiënten. Ook niet medisch geschoolde mensen weten nu wat een myocarditis is. Plotse dood! Turbo kankers. Verder wordt als gevolg van een opeenvolgende (in de meeste gevallen onnodige en schadelijke) stimulatie van het immuun afweersysteem, een toename van herpesinfecties vastgesteld. Ook deden er zich verschillende gevallen van klierkoorts voor, zelfs bij mensen op leeftijd. Casussen uit eigen praktijk worden beschreven.

Hoofdstuk 8: Wanhoop

Long covid! Een ramp. Gezonde mensen die in de problemen komen. Zelfs mensen die niet echt heel ziek zijn geweest van covid-19 tijdens de quarantaine fase. Hersenmist. Concentratieproblemen én de ondraaglijke vermoeidheid. Enkele casussen worden besproken.

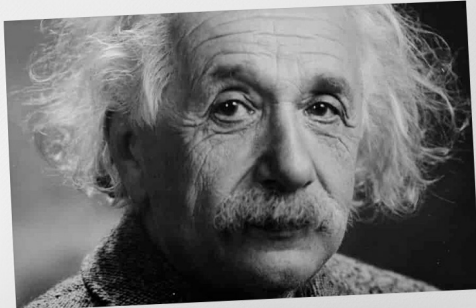
Hoofdstuk 9: Prelude.

Wat eraan voorafging. Met name de Mexicaanse griep in 2009. Een déjà-vu gevoel overvalt ons. Het lijkt gewoon copy-paste.

Hoofdstuk 10: Reflectie.

Tijd om stil te staan bij wat geweest is en nog is. Bij de toekomst en hoe het anders zou kunnen.

De beste sturlui staan aan wal en de lezer zou mij daar ook van kunnen beschuldigen. Maar wij zijn met véél sturlui die een andere kant willen opvaren. Op een verschillende manier wordt door verschillende mensen, elke keer weer opnieuw, aangehaald dat heel de gezondheidszorg op een andere manier georganiseerd zou moeten worden. Een farmaceutische industrie die aandeelhouders tevreden moet stellen, stelt niet altijd de patiënt centraal. Belangen komen met elkaar in conflict. Wat met patenten? Wat met filantropie? Wat met de rol van de media? Uiteindelijk blijven we met zoveel vragen achter en toch zou het ene het andere niet mogen uitsluiten namelijk een geïntegreerde geneeskunde waar het beste van verschillende benaderingen aan de patiënt wordt aangeboden die dan vrij kan kiezen. Dat lijkt mij toch niet zo moeilijk. Welke krachten houden dit tegen? Ik blijf dus hopen, vanuit naïviteit? Ik weet het niet. Kan zijn. Wat ik wel weet is dat ik dit boek moest schrijven. Het zou mooi zijn als vanuit Verzuim iets positiefs zou kunnen groeien. Hoop doet leven!



Einstein

*“De wereld zal niet worden vernietigd
door degenen die kwaad doen,
maar door degenen die ernaar kijken
zonder er een te maken.”*

Voorwoord

Er zijn van die boeken die je wereld-mensbeeld nu eens abrupt dan weer druppelsgewijs maar zeker veranderen. Ik mocht er al enkele lezen in mijn lange leesloopbaan zoals:

“Het verborgen leven van bomen” van Peter Wohlleben

“Op zoek naar de moederboom” van Suzanne Simard

“Het begin van alles” van wijlen David Graeber en David Wengrow

“Verweven leven” van Merlin Sheldrake

“Intimiteit, autoriteit, identiteit, onbehagen” van Paul Verhaeghe

“De aarde een kleine geschiedenis” van Andrew H. Knoll

Welnu, “Verzuim” hoort specifiek en wel urgent in dit rijtje thuis.

Specifiek omdat het net als in bovenstaande lectuur, de mondiale ontwrichtingen die het huidige dominant rationele en wetenschappelijke discours veroorzaken, duidt en aankaart, in het bijzonder tijdens de heel recente en huidige covidperiode. Je krijgt een unieke en grensverleggende inkijk. Met volhardende precisie fileert de auteur de covidpandemie en overschouwt hij vanuit een helikopterview de aanpak van de crisis.

Urgent wegens de oplossingen vanuit de homeopathische geneeskunde die onmiskenbaar bijdragen tot genezing zonder bijwerkingen want dichter aanleunend bij de levende biotoop die elke mens in wezen is, voortdurend in interactie met al wat leeft rondom hem. Vanuit een homeopathische, analytische visie wordt getoond dat er ook nog een andere, bijkomende visie op gezondheid is, in het bijzonder als het gaat over de aanpak van de covidpandemie. Dit gebeurt door in te zoemen op tal van casussen uit eigen praktijk. Gul, onderbouwd, door en door eerlijk, krijg je een inkijk in het helende proces van een levende dynamische natuurlijke immunologie die elk mens meedraagt. Bovendien deelt de auteur tussendoor telkens zijn basisvisie waar hij spreekt over het door de reductionistische geneeskunde, verlaten begrip “constitutie”. Dit alles te lezen, staat in schril contrast tot de dominante, uniforme en dus beperkende medisch-wetenschappelijke aanpak van de voorbije jaren. Tijdens het dwingend appel van onder andere veelvuldig en massaal vaccine-

ren, goedschiks kwaadschiks, werd de kracht van de natuurlijk opgebouwde immuniteit en de homeopathische geneeskunde schromelijk over het hoofd gezien. Eén en ander wortelt natuurlijk in de mechanische visie van onze planeet: alles kan geëxploreerd worden, en moet vooral tot nut en winst gemaakt worden.

Urgent ook vanwege de tijd waarin het virus nu nog rondwaart, muteert en hoogstwaarschijnlijk niet het laatste mondiale virus is dat zal rondgaan in onze geglobaliseerde wereld. In de hand gewerkt door de mens die niet schuwt om de aarde verder te exploiteren, waardoor er zich gestaag maar zeker buitengewone rampen manifesteren. We krijgen nu die krachten van de natuur te zien die lang voor onze ogen verborgen bleven, als blinde vlekken, maar die de voorbije decennia, na een gestage accelererende incubatietijd tevoorschijn komen. Er wordt gecategoriseerd tot in het absurde. Instituut na instituut bewaakt en domineert de samenleving. Instituut na instituut (ont)regelt de sociale cohesie, vervreemdt de mens van zijn ware natuur, namelijk een supersamenwerker, een door en door sociaal wezen verweven met en in het oneindig dynamisch planetair netwerk. Al te lang is de natuur systematisch ondergeschikt gemaakt aan de wil van de mens, met in onze huidige tijd regelrechte ecocide als gevolg. Onze Planeet is een levendig dynamisch geheel, een uniek samenspel tussen levende en niet-levende organismen. En laat nu juist de homeopathie die dynamische zelfregulerende krachten ondersteunen!

Dein mee over de golven van “Verzuim” en laat dit boek een troost zijn voor de lezer/burger die gedurende de voorbije periode dikwijls de wenkbrauwen fronste, vele terechte bedenkingen had, en talloze schrijnende ervaringen onderging...

Niet langer kán en mág de meerwaarde van de homeopathische geneeskunde genegeerd worden. Je vraagt je af, op het einde van het boek, waarom dit tot op heden nog altijd het geval is?

Je voelt ongeloof, terechte verontwaardiging, boosheid en dankbaarheid dat dit boek ons ter beschikking wordt gesteld. Samen met “Lijfwacht” heb je als burger, als patiënt, “knowhow” in handen die weerbaar maakt, en niet enkel door de breed vertakte inzichten en verbanden maar in het bijzonder door de vele casussen die de

arts-auteur vertelt.

Beste lezer, burger in deze neoliberale maatschappij,

Leun achterover,

Lees dit werk en oordeel.

Minstens gegrepen zal je zijn, maar meer nog is de kans groot dat u met meer weerbaarheid in het leven van elke dag zal staan. Zonder twijfel zal uw visie over geneeskunde en helen bijgestuurd worden. Zonder twijfel zal u een vernieuwde hoopvolle vlam voelen branden.

Want ja, wat er ook op ons afkomt, er is wel degelijk hoop. Zolang er brede en eerlijke reflectie is op zogenaamde "*Heilige Huisjes*", zolang dominante betogen durven worden bevraagd, zolang er artsen-auteurs hun inzichten delen vanuit de consultatiekamer, zolang is er een hoopvolle uitweg.

En waar is onze kwetsbare democratie meer mee gediend dan met weerbare hoopvolle breed geïnformeerde burgers?!

Linde Deklerck

Belezen wereldburgster

1: Golven

Inhoud hoofdstuk 1: Golven

Inleiding p.25

Europese patiënt “nul”.

Genoom

Eerste besmette mensen buiten China

Eerste golf p.27

Lockdown

Overbelasting zorgsysteem

Coronaboetes

Tweede golf p.29

Definitie golven

Dagelijkse update

Tussen tweede en derde golf. p.31

Omgekeerde lockdown

Nertsen

Eerste hoeraberichten vaccins

Start vaccinatiecampagne in Vlaanderen

Oversterfte in 2020 in België

2021: het jaar van de hoop

Britse coronavariant

Zuid-Afrikaanse variant

Eerste zwaar ziektegeval na herbesmetting

Overlijdens na coronavaccin

Tweespalt maatschappij

Vaccinatienijd

Samenleving met twee snelheden

Transmissie virus door gevaccineerden: Zevende Dag

Kleuterscholen

Long covid

Derde golf p.45

Massale vaccinatiecampagne

Gratis treinritten
Bron
Coronamoeheid
Raamregel
Trombose als bijwerking vaccin
Apofenie
La Boum
Vaccinatie van de jeugd.
Versoepeling maatregelen
Indiase variant
Doorbraakinfecties
Eenzaamheid
Deltavariant
Europees digitaal coronacertificaat
Passenger Location Form
Import van het virus
Hoe omgaan met niet-gevaccineerden?
Hoop gevestigd op natuurlijke immuniteit.

Vierde golf p.68

Omicronvariant
Pandemiewet
Covid Safe Ticket
Boostervaccinatie herfst 2021
Vaccinatieplicht in de zorg
Golf van de gevaccineerden: alle hens aan dek
Thuiswerk verplicht
Mondmaskerplicht voor kinderen ouder dan 9 jaar.
Mondmaskerplicht voor kinderen ouder dan 6 jaar.
Vaccinatie kinderen van 5 tot 11 jaar.
Cultuursector
Kerstmis 2021

Vijfde golf p.79

Geen quarantaine meer voor gevaccineerden na infectie
Coronabarometer ingevoerd

Zesde golf p.79

Coronabarometer wordt afgevoerd.

Zevende golf p.80

Veroordeling arts wegens weigering mondkemperplicht
Nut mondkemper: studie Cochrane.

Achtste golf p.82

Negende golf p.82

Bescherming tegen covid-19 na infectie vóór 2022
Dagelijkse update
Statistieken
Hoofdletters
WHO: noodsituatie blijft

Tiende golf p.84

Krakenvariant

Afbouwen maatregelen p.85

Nederland
België
Sluiting vaccinatiecentra in België
Wekelijks epidemiologisch bulletin Sciensano
Covid-19 barometer
Spanje
WHO
Lage viruscirculatie juli 2023

Heropflakking p.90

Girod'Italia
Coronavariant BA.2.86
Toekomst

Dankwoord

Het archiveren van informatie uit geschreven en gesproken pers is begonnen vanaf september 2020. Het moment dat ik Lijfwacht afsloot. Beetje bij beetje werd er in de loop van de jaren geschreven. De titel van het boek was voor mij vrij snel duidelijk en kon rekenen op algemene goedkeuring in mijn directe omgeving. Ideeën rond in-deling sijpelden binnen en opeens had ik het: golven, bodem en de kiem, solidariteit, hoop, vrijheid, integriteit, pech, wanhoop, prelude en reflectie. Dat was het. Echt intensief schrijven ben ik maar gaan doen vanaf mei 2023. Als gepensioneerde, maar nog werkende arts, neem ik zeker in de lente-zomer periode wat langere vakanties, tijd die gebruikt werd om te schrijven. Schrijven, schrijven, schrijven. Dagenlang. Het moment om weeral veel dank te betuigen aan mijn vrouw Lieve. Altijd maar wachten. "Ik kom er zo aan".

Voor bijkomend advies en bijsturing kon ik opnieuw rekenen op collegae Michel Van Wassenhoven en Maria Goossens. Ook mijn oprechte dank aan collega Erwin Annys. Zijn gedetailleerde uitleg over de gevaren van de mRNA-vaccins is met zijn toestemming integraal overgenomen uit zijn boek *"Factcheck. Neen. Niet elke arts deelt de mening van de televisie expert"*. Een boek dat ik iedereen kan aanraden. Een must-read. Weet dat deze gerenommeerde aangezichts- en hals chirurg zijn geliefd beroep de rug heeft toegekeerd uit onvrede met de aanpak van de covidcrisis. Alexandra Henrion-Caude ben ik veel dank verschuldigd. Haar boek over de *"Tovenaarsleerlingen"* is fascinerend maar tegelijkertijd angstaanjagend om te lezen dat een dergelijke technologie, die nog maar in de kinderschoenen staat, zo massaal op de wereldbevolking is toegepast.

Ook Sam Brokken ben ik dank verschuldigd. Zijn spontane getuigenis na zijn passage in de Zevende Dag is met zijn toestemming mee overgenomen in het hoofdstuk Reflectie.

Proeflezers zijn altijd belangrijk. Een eerste reactie. Hoe voelt het boek aan? Joris Rycken nam een aantal hoofdstukken door en voorzag ze van een eerste commentaar. Sofie Terryn bezorgde mij haar

opmerkingen over het hoofdstuk “Golven”. Anne Van de Velde deed dat met het “Woord Vooraf”. Aan alle drie mijn dank.

Opeens herinnerde ik mij dat een lezeres van “Lijfwacht” mij aangeboden had om de taalcorrectie van een eventueel tweede boek op zich te nemen. Dit aanbod bleek nog steeds actueel. En zo begon Leen Brouns aan een titanenwerk dat met zéér veel inzet en nauwkeurigheid werd gedaan. Ze deed de taalcorrectie van de eerste zes hoofdstukken. Waarvoor mijn eeuwige dank. Ik was soms verveeld te zien hoeveel tijd ze erin stak maar bij herhaalde navraag werd mij verzekerd dat alles in orde was.

We zijn intussen begin oktober 2023 en het manuscript begint meer en meer vorm te krijgen.

Linde Deklerck had Lijfwacht in één ruk uitgelezen en van een prachtig commentaar voorzien. Zo komt het dat Linde de eerste persoon is die het boek van begin tot einde leest. Ik heb haar bereid gevonden het Voorwoord te schrijven waarvoor weeral mijn dank.

Op de valreep kom ik via collega Bart Lambert in contact met Mie Durnez. Ze doet de taalcorrectie van hoofdstuk 7 tot en met 10. Ook haar ben ik veel dank verschuldigd. Tijdens de allerlaatste penstreken helpt Claire Van Malderen mij bij de laatste correcties.

De lay-out was weeral in goede handen bij mijn schoondochter Lidia Nagibina. Emryss zorgde voor de druk, met dank aan Olivier. Mijn laatste dankbetuiging gaat uit naar alle patiënten. Een homeopathische behandeling is zoals een reis. Met ups en downs. Dank voor uw geduld. In de hoop dat Verzuim dezelfde positieve ontvangst mag genieten als Lijfwacht, draag ik dit boek nogmaals op aan alle mensen wiens leven drastisch door elkaar is geschud door covid-19.

Léon Scheepers
7 november 2023

Voetnoten

Woord vooraf

1. De eed van Hippocrates is een eed waarin artsen zichzelf verplichten bepaalde beroepsregels te zullen handhaven
https://nl.wikipedia.org/wiki/Eed_van_Hippocrates

Hoofdstuk 1: Golven

1. “De Ronaldo van het coronavirus, dat ben ik”. Fransman Amirouche Hammar is de Europese “patiënt nul” en dat is hij trots op”: De Morgen 18 mei 2020, p. 16).
2. Hier de afsluiter van mijn reisverslag van onze vijftiendaagse fietstocht Antwerpen – Montalivet-les-Bains: “Het was hoe dan ook een prachtige ervaring. Dit als koppel samen beleven was heel intens. Vijftien dagen achter elkaar leven in een bubbel van fietsen, rusten, slapen en eten. [...] Een les in onthaasten. Elke keer weer de tijd nemen om rustig die heuvel te beklimmen. Gedachten op “zen”. En dan opeens is het doel bereikt en is het voorbij.
Zelden zo’n raar gevoel gehad bij het begrip “tijd” als nadat deze fietstocht gedaan was. Die bubbel leek het leven, eeuwigdurend met maar één doel, er was geen andere wereld. [...] Er bestaat inderdaad maar één woord voor: onwezenlijk. Zoals de fietstocht van vijftien dagen is ook het leven een schicht. Ooit ga ik hetzelfde gevoel hebben over mijn leven. Hoop ik toch. [...] Om dan te denken... het was niets anders dan een “bubbel”.
Een klein jaar later zal het begrip “bubbel” een totaal andere betekenis krijgen. Nog veel onwezenlijker dan mijn hierboven beschreven “fietsbubbel”.
3. “Alleen het virus werd beter van de coronaboetes”; De Morgen, 30 mei 2020, p. 12).
4. “Bepaling van de startdatum van de tweede golf van de covid-19 epidemie in België”:
https://covid-19.sciensano.be/sites/default/files/Covid19/Second%20Wave_NL.pdf
5. “Artsen en verpleegkundigen pleiten voor omgekeerde lockdown: nu is het genoeg”
<https://www.demorgen.be/nieuws/artsen-en-verpleegkundigen-pleiten-voor-omgekeerde-lockdown-nu-is-het-genoeg~ba6d0dd7/>
6. “Nerts lijkt vleermuis van Europa te worden”: De Morgen, 6 november 2020).
7. “Waarom het kleine België een groot vaccinatieland is”. De Morgen/

Focus/ 5 december 2020.

8. De Morgen, 04 januari 2021.

9. “41 besmettingen in rusthuis in Kapellen na eerste vaccinatieronde”, *Gazet van Antwerpen*, 27 januari 2021

10. “Covid-19-vaccinatie zeer effectief: grote daling in aantal positieve testen, ziekenhuisopnames en overlijdens bij ouderen”, <https://www.rivm.nl/nieuws/covid-19-vaccinatie-zeer-effectief-grote-daling-in-aantal-positieve-testen-ziekenhuisopnames>

11. “Organiseer een loterij”: prof wetenschapsethiek stelt ander vaccinatiesysteem voor

<https://www.demorgen.be/nieuws/organiseer-een-loterij-prof-wetenschapsethiek-stelt-ander-vaccinatiesysteem-voor~b1c40b49/?referrer=https://www.google.com/>

12. “Geen oorzakelijk verband bij 7 overlijdens na coronavaccin”, bericht in de *Standaard* van 21 januari 2021: https://www.standaard.be/cnt/dmf20210121_95526069

13. “Speurhonden detecteren corona beter dan tests”, <https://www.durfdenken.be/nl/onderzoek-en-maatschappij/speurhonden-detecteren-corona-beter-dan-tests>

14. “Tweedeling dreigt in de bevolking”, <https://www.hln.be/binnenland/tweedeling-dreigt-tussen-gevaccineerden-en-rest-van-bevolking-als-20-procent-gevaccineerd-is-en-de-zomer-opnieuw-gevangenis-wordt-vrees-ik-dat-we-het-kot-gaan-afbreken~aa2f796fe/>

15. De Morgen, 01/02/2021. “Niet iedereen wil eerst jongeren vaccineren” en “‘Hun vrijheid zal beperkt blijven, geen valse hoop geven’: experts reageren op oproep om jongeren eerst te vaccineren: <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2021/02/01/reacties-open-brief-jongeren-en-vaccinatie/>

16. De Morgen, 27 januari 2021: “Alles heeft helaas zijn prijs, ook het spuitje”.

17. De Morgen, 27 januari 2021: “Vaccinbedrieger speelt topjob kwijt”.

18. Ik vind de verwijzing naar de uitspraak van Joris Meys niet meer terug maar de URL hieronder is een verwijzing naar een onderzoek dat duidelijk tot de conclusie komt dat een gevaccineerde die besmet geraakt met de delta-variant, het virus kan doorgeven: <https://www.gezondhedenwetenschap.be/gezondheid-in-de-media/kan-je-het-coronavirus-nog-doorgeven-als-je-gevaccineerd-bent#:~:text=Nieuw%20onderzoek%20lijkt%20aan%20te,doorgeven%20als%20niet%20gevaccineerde%20personen.>

19. “Word ik na corona ooit weer mezelf?”. De Morgen, 27 februari 2021.

20. De Morgen, 19 januari 2021.

21. “Een kip in ruil voor een covidprik”. De Morgen, p.4, d.d. 05/07/2021
22. “Op zoek naar de bron van corona” De Morgen, 01/04/2021
23. Artsenkrant/ 20 april 2023/ Nr. 2750/ p. 12.
24. Feestje op overvolle trein: <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2021/04/04/parket-voert-onderzoek-naar-jongeren-die-een-feestje-bouwen-op-e/>.
25. GvA 6 april 2021 p. 16.
26. “Raamregel enkel op treinen naar kust, niet op de terugweg. Absurde maatregel”, GvA 27 maart 2021: https://www.gva.be/cnt/dmf20210327_92652702
27. GvA 07/04/2021 p. 4.
28. GvA 09/04/2021 voorpagina.
29. “222 tromboses na 34 miljoen spuitjes: is dat het risico wel of niet waard?": Gazet van Antwerpen, 9 april 2021.
30. “10.000 bijwerkingen gemeld, maar “slechts” 500 zijn ernstig”: Gazet van Antwerpen, 10 april 2021.
31. De Morgen 10 april 2021: <https://www.demorgen.be/nieuws/arts-isabel-leroux-roels-lid-van-de-hoge-gezondheidsraad-nul-procent-risico-bij-vaccins-is-niet-realistisch~b7a39156/>
32. Jongen (21) valt uit raam en overlijdt nadat politie binnenvalt op lockdownfeestje in Antwerpen [https://www.nieuwsblad.be/cnt/dmf20210411_92878776#:~:text=In%20Google%20Play,Jongen%20\(21\)%20valt%20uit%20raam%20en%20overlijdt%20nadat%20politie,binnenvalt%20op%20lockdownfeestje%20in%20Antwerpen&text=Een%202021%20Djarige%20man%20uit,verstoppen"%20zegt%20het%20parket.](https://www.nieuwsblad.be/cnt/dmf20210411_92878776#:~:text=In%20Google%20Play,Jongen%20(21)%20valt%20uit%20raam%20en%20overlijdt%20nadat%20politie,binnenvalt%20op%20lockdownfeestje%20in%20Antwerpen&text=Een%202021%20Djarige%20man%20uit,verstoppen)
33. GvA van maandag 19 april 2021.
34. “Klonters na AstraZeneca-prik wellicht door onzuiverheden”. De Morgen, 23 april 2021
35. “Wat baten kaars en bril, als de uil niet zien en lezen wil”, van de hand van anesthesist Olivier Lhoest verschenen in de loop van 2021 in MediActuQuality.
36. Apofenie: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Apofenie>
37. La Boume 2: <https://www.rtlnieuws.nl/nieuws/buitenland/artikel/5228552/politie-belgie-park-ter-kameren-700-agenten-corona-protest-en> <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2021/05/01/liveblog-corona1-mei-2021/>
38. “Eerste veroordeling na nepfesitval La Boum: student moet aanzienlijke schadevergoeding betalen”: <https://www.nieuwsblad.be/cnt/>

dmf20210604_93664454.

39. “Reuzegomproces. Enkel werkstraffen tot 300 uur voor Reuzegommers: vader van Sanda Dia verliest even kalmte bij uitspraak: <https://www.hln.be/antwerpen/reuzegomproces-enkel-werkstraffen-tot-300-uur-voor-reuzegommers-vader-van-sanda-dia-verliest-even-kalmte-bij-uitspraak~a343d4fe/#:~:text=De%2018%20Reuzegommers%20die%20zich,18%20tot%2050%20maanden%20geëist.>).

40. HLN 17 april 2021 p. 7.

41. “Indiase variant laat ons geen keus: vaccineer iedereen”, GvA, 6 juli 2021 GVA 7 mei 2021 p.6.

42. “De gaten in het vaccinatie-net moeten dicht”, De Morgen, 01 juni 2021

43. “Daarom nemen ook dertigers beter een prik”; GvA, 05 juni 2021.

44. “Geen tweede spuit meer voor wie al corona had?”, De Morgen, 5 juni 2021).

45. “Heeft mijn kapper een coronaprik gekregen? En mag ik daar wel naar vragen?”

De Morgen, 7 juni 2021

46. “Nu kunnen wij eindelijk aftellen”, GvA van 28 mei 2021

47. Zorgnet-Icuro herhaalt oproep om vaccinatie te verplichten voor zorgpersoneel

<https://www.despecialist.eu/nl/nieuws/zorgnet-icuro-herhaalt-oproep-om-vaccinatie-te-verplichten-voor-zorgpersoneel.html>

48. “Verplichte vaccinatie ligt weer op tafel”, GvA, 25 juni 2021

49. “Druk stijgt om kinderen te vaccineren”, De Morgen, 29 juni 2021.

50. “Invoer van coronapaspoort lijkt zeker: kunnen we dan versoepelen? En wat als je je niet wil laten vaccineren?” https://www.nieuwsblad.be/cnt/dmf20210504_97300362

51. Europees digitaal coronacertificaat: https://commission.europa.eu/strategy-and-policy/coronavirus-response/safe-covid-19-vaccines-europeans/eu-digital-covid-certificate_nl

52. “Global Digital Health Certification Network FAQ’s”: <https://www.who.int/initiatives/global-digital-health-certification-network/global-digital-health-certification-network-faqs>

53. “Zo gaan wij deze zomer op reis”, GvA, 5 juni 2021.

54. ”In het EK vaccinatie scoort België non-stop”. De Morgen, p.4, d.d. 05/07/2021

55. “Die antivaccinatiegroepen zijn helemaal niet zo onschuldig”: <https://www.demorgen.be/nieuws/die-antivaccinatiegroepen-zijn-helemaal-niet-zo-onschuldig~be867561/>

56. “Wie ligt er in het ziekenhuis en zijn daar veel gevaccineerden bij?” <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2021/08/19/wie-ligt-er-nog-in-het-ziekenhuis-met-covid-19-en-zijn-daar-vee/>
57. “Pandemiewet met specifiek kader voor maatregelen van bestuurlijke politie tijdens epidemische noodsituatie gepubliceerd”: <https://www.wolterskluwer.com/nl-be/expert-insights/pandemic-law-published>
58. “Pandemiewet aangenomen: grondslag voor noodmaatregelen in wet verankerd”:
<https://www.rtlnieuws.nl/nieuws/politiek/artikel/5386049/eerste-kamer-stemt-met-pandemiewet>
59. CDC-studie: Gevaccineerden “niet minder besmettelijk” dan ongevaccineerden Report24.news.
60. “Besmettelijker en mogelijk resistenter”, De Morgen, 30 november 2021, p. 2
61. “Frank Vandenbroucke: “Huisarts of kinesist die zich niet laat vaccineren, mag beroep niet meer uitoefenen” https://www.gva.be/cnt/dmf20211105_97538999
62. “Verplichte vaccinatie zorgpersoneel goedgekeurd”
<https://vandenbroucke.belgium.be/nl/verplichte-vaccinatie-zorgpersoneel-goedgekeurd>
63. Advies van de Task Force Vaccinatie : Verplichte vaccinatie van zorgverleners Dossier LNB/22INDFVDB589. 28/04/2022
https://fdn01.fed.be/documents/12ef21b49b83cf060129ffcdf2cfc22a/Advies%20TF_verplichte%20vax%20HCW_28042022_final.pdf
64. “Verplicht telewerk, nachtleven aan banden gelegd en mondkapen vanaf 9 jaar”: deze maatregelen wil de regering treffen (https://www.gva.be/cnt/dmf20211115_98292525)
65. Voor de chronologische volgorde van alle maatregelen in detail, neem een kijkje op:
https://nl.wikipedia.org/wiki/Maatregelen_tijdens_de_coronacrisis_in_België)
66. “Geen quarantaine meer voor gevaccineerden na hoogrisicocontact”:
<https://www.medi-sfeer.be/nl/nieuws/geen-quarantaine-meer-voor-gevaccineerden-na-hoogrisicocontact.html>
67. Coronabarometer gedesactiveerd: <https://www.info-coronavirus.be/nl/coronabarometer/>
- 68 “We zitten in een nieuwe coronagolf. Betekent dat ook nieuwe maatregelen” https://www.gva.be/cnt/dmf20220621_95109074
69. Artsenkrant/16 maart 2023/nr. 2747
70. Humo. Jorn Lelong, donderdag 23 februari 2023: <https://www.humo.>

be/achter-het-nieuws/studie-trekt-het-nut-van-mondmaskers-in-twijfel-hebben-we-ze-al-die-tijd-dan-voor-niks-gedragen~b402f48e/?referrer=https://www.google.com/

71. Covid-19 - WHO: “Coronapandemie blijft internationale noodsituatie”

https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/B1100740365_B1/covid-19-who-coronapandemie-blijft-internationale-noodsituatie

72. “XBB.1.5: What you need to know about COVID-19’s “Kraken” variant. <https://health.ucdavis.edu/news/headlines/xb15-what-you-need-to-know-about-covid-19s-kraken-variant-/2023/01>

73. “En daar is de tiende coronagolf: na een jaar is herinfectie alweer mogelijk”. De Morgen, d.d. 17 februari 2023; <https://www.demorgen.be/nieuws/en-daar-is-de-tiende-coronagolf-na-een-jaar-is-herinfectie-alweer-mogelijk~b6bc57/?referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F>

74. GvA 10 maart 2023: https://www.gva.be/cnt/dmf20230310_95254076

75. “Ook ziekenhuizen zijn mondkapen moe”, GvA, 10 maart 2023.

76. “Coronavirus. Eind december zijn alle vaccinatiecentra gesloten. Pierre Van Damme tevreden over vaccinatiegraad”. Gazet van Antwerpen. Weekend 17 – 18 december 2022.

77. Covid-19, wekelijks epidemiologisch bilan (19 mei 2023): <https://covid-19.sciensano.be/sites/default/files/Covid19/Meest%20recente%20update.pdf>

78. Het Laatste Nieuws: <https://www.hln.be/buitenland/spanje-heft-mondmaskerplicht-in-binnenruimtes-op-20-april-zo-goed-als-volledig-op~a85677c3/>

79. MediQualityActu

https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/1101230785_B1/covid-19-is-nog-niet-weg-waarschuwt-who-europa

80. Covid-19 - Circulatie coronavirus blijft zeer laag (Sciensano)

https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/1101265052_B1/covid-19-circulatie-coronavirus-blijft-zeer-laag-sciensano

81. <https://www.coronaviruscovid19.be/coronavirus-cijfers>

82. <https://aidsfonds.nl/over-hiv-aids/wat-zijn-hiv-en-aids/geschiedenis-van-hiv-en-aids/>

83. “Bizarre coronavariant houdt virologen in de ban”: https://www.gva.be/cnt/dmf20230824_93211588

84. Covid-19- WHO heeft geen volledig overzicht meer over huidige sterfgevallen

Actualiteit https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/1101362104_

B1/covid-19-who-heeft-geen-volledig-overzicht-meer-over-huidige-sterfgevallen

85. Corona duikt op cruiseschip “Ocean Explorer”, dat gestrand is in Alpefjord, een afgelegen regio zo’n 1.400 kilometer ten noordoosten van de hoofdstad Nuuk. 3 van de 2006 passagiers testen positief en zijn in quarantaine geplaatst. GvA, vrijdag 15 september 2023.

Hoofdstuk 2: De bodem en de kiem

1. Isabella Meyts: “Er zijn vijf kinderen gestorven aan corona, dat zijn er vijf teveel”. Interview in het Belgisch weekblad KNACK, d.d. 18/01/2022.

<https://www.knack.be/nieuws/gezondheid/kinderimmunoloog-isabelle-meyts-er-zijn-vijf-kinderen-gestorven-aan-corona-dat-zijn-er-vijf-te-veel/>

2. Wat is het immuunsysteem? <https://www.gezondheidsplein.nl/menselijk-lichaam/immuunsysteem/item45089>

3. Het Angiotensine-Converterend Enzym 2, ook wel afgekort ACE 2 genoemd, heeft een directe invloed op het functioneren van het hart- en vaatstelsel. Het enzym bevindt zich dan ook voornamelijk in vasculaire endotheelcellen van het hart en de nieren. De ACE 2 - receptoren zijn in studies aangewezen als de plek waar het SARSr-coronavirus de cel binnentreedt. Het coronavirus SARS-CoV-2 blijkt een 10 tot 20 keer hogere affiniteit om een verbinding aan te gaan met ACE 2 in vergelijking tot het SARS-CoV.

https://nl.wikipedia.org/wiki/Angiotensine-converterend_enzym_2

4. RNA-afhankelijke RNA-polymerase of RNA-replicase is een enzym dat de replicatie van RNA uit een RNA-template katalyseert. In het bijzonder katalyseert het de synthese van de RNA-streng die complementair is aan een bepaalde RNA-template. https://en.wikipedia.org/wiki/RNA-dependent_RNA_polymerase

5. COPD = Chronic Obstructive Pulmonary Disease. <https://www.longfonds.nl/longziekten/copd/wat-is-copd>

6. Hoger risico op covid-19 bij onderliggende gezondheidsklachten. <https://www.newscientist.nl/nieuws/verklaart-het-ace2-eiwit-het-hogerisico-van-covid-19-bij-onderliggende-gezondheidsklachten/>

7. Covid-19: Belgische onderzoekers vinden de immunologische sleutel tot onverklaarbare sterfgevallen in verpleeghuizen. <https://www.medicalquality.net/be-nl/news/article/25416931/covid-19-belgische-onderzoekers-vinden-de-immunologische-sleutel-tot-onverklaarbare-sterfgevallen-in-verpleeghuizen>

Cuypers, L., Keyaerts, E., Hong, S.L. et al. Immunovirological and environmental screening reveals actionable risk factors for fatal

COVID-19 during post-vaccination nursing home outbreaks. Nat Aging (2023). <https://doi.org/10.1038/s43587-023-00421-1>

8. Lijfwacht. Reis door 40 jaar huisartsenpraktijk. Pagina 35.

9. James Tyler Kent. Ik spreek over hem in Lijfwacht op pagina 61.

Hoofdstuk 3: Solidariteit

1. Homeopathy as an Adjuvant to Standard Care in Moderate and Severe Cases of COVID-19: A Single-Blind, Randomized, Placebo-Controlled Study: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36442593/>

1. Interleukine 6: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Cytokine>

2. Cytokine: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Cytokine>

3. “Lijfwacht. Reis door 40 jaar huisartsenpraktijk”. Léon Scheepers. P. 212 en verder.

4. Burgemeester Bart De Wever getuigt over zijn aanslepende covid-19: https://www.gva.be/cnt/dmf20230523_96260648

5. Patiëntenvereniging long covid: https://www.gva.be/cnt/dmf20230524_96541072

6. “Lijfwacht. Reis door 40 jaar huisartsenpraktijk”. Léon Scheepers. “Toenemende aandacht voor het microbioom”, p.22 en verder.

7. “Ode aan corona”.

Dankzij jou mag ik eindelijk verstillen, vertragen en naar binnen keren, iets waar ik al maanden naar verlangde maar nooit in slaagde.

Nu de wereld rondom mij ook stilstaat en vertraagt hoef ik me om dit verlangen niet langer schuldig te voelen en gaat het misschien nog wel écht lukken.

Ik ben nu niet anders dan iedereen, ik doe niets anders dan iedereen...

Dankzij jou vormt het ook geen probleem meer dat ik soms urenlang in de keuken bezig ben om gezonde bereidingen klaar te maken. Een zinnigere tijdsbesteding is er nu haast niet: hoe kan je beter zorgen voor een goede immuniteit dan door je eigen voeding? Dankzij jou introduceerde ik nu ook de zeewieren in mijn dagelijkse menu, een drempel waar ik maar moeilijk overheen geraakte.

Dankjewel Corona, omdat ik geloof dat jij bij mij niets zal komen (be) zoeken: er zijn zo veel andere gemakkelijkere prooien rondom mij. Mensen die mij uitlachten om wat ik 's middags allemaal at bijvoorbeeld (veel kleurtjes, smaakjes en geurtjes), terwijl ze zelf smalend het grootste gif naar binnen kapten. Neen, ik wens hen jouw bezoek ook niet toe, dat niet.

Dankzij jou hoef ik nu zelfs ook niet meer mee te stappen in de ratrace van mijn eigen ‘herstelprogramma’: van de kinesist naar de shiatsu-behandelaar naar de therapeut naar de healer naar de yoga naar de biodanza naar de

psychiater naar de soundhealing naar de biowinkel en weer van vooraf aan, met als gevolg: een propvolle agenda en wéér stress. Nu komt de yogales, de meditatie en de soundhealing naar mij toe en hoef ik alleen mijn smartphone of PC bij de hand te houden. En gratis nog wel, of op basis van een vrijwillige gift. Geen financiële druk om de balans tussen inkomsten en uitgaven in evenwicht te kunnen houden. Rust. En als het toch niet uitkomt of niet interessant genoeg is of ik een andere behoefte heb, kan ik het gewoon wegklikken en uitzetten. Kon dat maar in het echte leven.

Ik hoef even niet meer de auto in, het stressvolle verkeer waarbij overal gevaar dreigt, geen paniekaanvallen meer op de Antwerpse ring, zweten en naar adem happen en intussen normaal proberen te doen omdat ik een paar pubers in mijn auto vervoer...

Geen schuldgevoelens meer ten opzichte van mijn zoon die wil dat ik hem meermaals per week op een zeer laat uur, lang voorbij mijn gezonde bedtijd, ophaal van zijn trainingen, als ik dat weiger te doen. Geen schuldgevoel meer ten opzichte van andere ouders van jongens van zijn ploeg, die er dan voor opdraaien.

Geen overschrijding van mijn grenzen meer als ik hem toch ophaal en voel dat het eigenlijk té laat op de avond is en té veel gevraagd van mij. Dat ik aan het geven ben maar eigenlijk mezelf aan het leeggeven. Ook geen ruzie meer in de auto als hij weer commentaar geeft op mijn rijstijl of mijn snelheid. De auto blijft rustig op stal. Geen benzinekosten meer. En vooral: geen stress.

Dankzij jou mag ik eindelijk ervaren wat écht co-ouderschap is, 50/50 verdeling. Wie had gedacht dat dat er ooit nog van zou komen? Want er is dankzij jou geen enkele reden voor hem om quasi permanent bij mij te verblijven. Het klinkt misschien raar (ik zie hem wel degelijk doodgraag), maar mijn hart jubelt als ik eraan denk dat ik nu een week lang alleen maar voor mezelf moet of mag zorgen. Voor mezelf kan koken wat ik wil en wanneer ik wil. Geen commentaar op mijn gerechten, geen vraag 'wat gaan we eten', 'ik heb nu honger', geen gezocht en geblaas meer over nieuwe smaken en anders uitzierende gerechten. Geen ruzie meer over op tijd naar school vertrekken 's morgens en niet altijd last-minute. Geen strijd meer over huishoudelijke klussen die moeten uitgevoerd worden maar waaraan hij niet wil bijdragen of alleen als het hém past. Geen geluiden van TV, Playstation, online gepraat en gelach de hele dag door, en nog erger: van een botsende bal tegen de muur, wel 50x per dag, waarbij het hele huis dreunt, de muur vuil wordt (of: nog vuiler) en schilderijen sneuvelen. Een bal die ik al minstens 500x in de tuin hebt gegooid, en waarvan ik al zeker 200x

gezegd hebt dat ik hem definitief zou vernietigen, maar het niet over mijn hart kan krijgen (en hij weet dat!). Geen kruimels meer in de zetel of ruzie over aan tafel eten. Geen verbale discussies meer over de zin of onzin van je smartphone uitzetten als je eet. Geen vuile sokken en zakdoeken meer in de woonkamer. Geen dovemansgesprekken meer als ik een pedagogische boodschap wil overbrengen en hij die niet hoort omdat de smartphone altijd aanwezig is en aandacht vraagt. Plaats op de zetel voor de TV om misschien eindelijk de serie te kijken die ik al zo lang wilde zien. Geen commentaar meer op mijn rustgevende mantra-muziek die ik liefst de hele dag door afspeel, omdat dit het enige is wat mij innerlijk tot rust kan brengen.

Genieten van de zon die door het raam schijnt, van het gewoon thuis zijn, van eens wat langer in bad of bed te liggen, van het niets-moet (of toch minder, en minder snel, de to-do-lijst blijft groot maar dicht minder aan). Van een lang ouderwets telefoongesprek of een videochat. Van een lege in plaats van volgepropte agenda in het weekend, want je ‘moet’ toch sociaal zijn, naar het theater en naar concerten gaan, je vriendschappen onderhouden...

Je helpt mij om keuzes te maken, iets wat altijd zo moeilijk voor mij is. Want al die evenementen zijn toch zo interessant, en je moet toch ‘mee’ zijn, op de hoogte, oneindig jezelf blijven ontwikkelen en groeien en vooruitgaan. De berg tijdschriften, magazines en aankondigingsblaadjes van theatergezelschappen en cultuurhuizen kan ik nu in één keer de vuilbak in kieperen, zonder ze helemaal te moeten doorworstelen met mijn agenda en vriendinnenlijstje erbij. Weg ermee, alles is toch afgelast. Ruimte in mijn huis, weg met die rommel die mijn energie leegzuigt. Geen keuzestress meer; of toch minder: de online webinars, yogalessen en meditaties dreigen al in de plaats te komen.

Dankzij jou hoef ik mij niet langer te verantwoorden omdat ik geen dure of verre jaarlijkse vakanties plan – die ik mij financieel niet kan permitteren. Thuisblijven mag weer, meer zelfs: het moet. Doordat ik mij nu ook niet uit de naad hoef te werken in een onmenselijke ratrace onder grote druk, zal ik ook minder behoefte hebben aan die vakantie om te recupereren van de chronische overbelasting. Dankjewel!

Dankzij jou heb ik de drempel van digitale therapie geven overwonnen. Dat was niet eens zo moeilijk, merkte ik. Geloof in mezelf dat ik wél weer iets nieuws onder de knie kan krijgen en nieuwe informatie kan verwerken – op mijn tempo. Weer een nieuwe stap.

Dankzij jou bied ik weer meer wandeltherapie sessies aan in de natuur, een cadeau voor mijn cliënten maar ook voor mezelf. Genieten en opmerkzaam zijn voor kleuren en geuren, de ontluikende lente. Daar kon ik voorheen

écht niet mee bezig zijn.

Dankzij jou zal ik er misschien toch eindelijk toe komen om boeken lezen, stapels heb ik er intussen klaarliggen, ik weet niet waar te beginnen. En als ik begin, val ik meestal in slaap bij het lezen, dan komt de vermoeidheid, omdat ik stilval, wat ik anders nooit doe. Misschien ga ik ook eindelijk dotpainten op keien, haal ik mijn kleurboeken voor volwassenen weer boven, ga ik mandala's krassen: allemaal dingen die mij tot rust brengen en waar ik van kan genieten, maar die ik mezelf nooit gun. Al het materiaal heb ik thuis binnen handbereik, ik hoef niets online te bestellen, alles is er al. Wat een rijkdom!

Dankzij jou voel ik ook de drang om in beweging te komen, de lente die roept, brandnetels te gaan plukken en te verwerken in de keuken, eens te gaan wandelen; iets wat er anders nooit van komt, want er zijn altijd nuttigere en meer dringende dingen te doen. Genieten van een fietstocht in plaats van mij in het zweet te rijden om mij snel te verplaatsen van punt A naar punt B.

Dankzij jou gaat het mij misschien nu toch lukken om de zolder opgeruimd te krijgen vooraleer ik weer aan het werk moet, klusjes die er al zo lang liggen aan te pakken, mijn boekhouding op het gemak te sorteren (zonder in die afschuwelijke weerstand, stress en oude pijn te gaan die met cijfers te maken heeft), de voortuin op te kuisen met de hogedrukreiniger, een soort van grote schoonmaak te houden, iets waar ik al 17 jaar niet meer toe kom. Ik voel dat er energie vrijkomt om tot actie over te gaan, iets wat maanden niet kon.

Dankzij jou ontdekte ik wat voor een rijkdom aan etenswaren ik in huis heb zonder dat ik daarvoor wekelijks als een gek naar de winkel moet rennen, wat ik daar allemaal mee kan doen en kwam er weer meer creativiteit naar boven. Ik voelde weer die kracht, die creatiedrang die er uit moest. Ik moest mezelf niet forceren om te gaan winkelen in de grote hamsterdrukte en onder tijdsdruk. Eindelijk kon ik er de vruchten van plukken dat ik vanuit mijn organisatietalent (of is het iets anders?) altijd wel voldoende rolletjes toiletpapier, deegwaren, granen, bonen, zaden en pitten, zeewieren enz... in voorraad heb.

Dankzij jou kwam ik aan schrijven toe, want het zat allemaal zo hoog, het moest er uit. Maar dit keer niet ten koste van iets anders, van mijn slaap bijvoorbeeld. Er was tijd voor.

Dankzij jou kan ik 's morgens wat minder tijd besteden aan mijn make-up, mag ik rondlopen in een joggingbroek in plaats van een jurkje, kan ik meer tijd vrijmaken voor mijn ochtendmeditatie en kan ik naar hartenlust wierook branden in mijn praktijkruimte. Geen cliënt die mij nu 'raar' kan

vinden als ik dat doe of die afknapt op de sterke geur. Dankzij jou kan/mag ik het allemaal wat loslaten: dat bureau is nu net wat minder opgeruimd, die make-up hoeft misschien niet voor een Skype-gesprek. Wat minder kramp, wat meer ontspanning, ik voel al een licht effect in mijn nek en schouders, die na jàààren chronische stress als beton aanvoelen. De yogamat mag blijven liggen, er komt toch geen mens binnen en al zeker geen cliënt. Relax! Dankzij jou lukt het mij beter dan ooit om weg te blijven van het journaal, kranten, nieuwsberichten of nieuwsapps ... ik luister naar de radio wanneer het mij past en beelden hoef ik er niet bij. Ik ben geïnteresseerd maar laat mij niet overspoelen door jou en zeker niet door angst voor jou. Je bent mijn vriend.

8. “Wat houdt covid precies tegen?”, De Morgen, 5 september 2020.

9. “Lijfwacht. Reis door 40 jaar huisartsenpraktijk”. Léon Scheepers. p. 209 en verder.

10. Pulsatilla vulgaris: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Wildemanskruid>

11. Cocculus indica: https://nl.wikipedia.org/wiki/Anamirta_cocculus

12. Bryonia alba ofwel heggenrank: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Heggenrank>

13. Magnesium: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Magnesium>

14. Phosphorus: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Fosfor>

15. Eupatorium perfoliatum: https://en.wikipedia.org/wiki/Eupatorium_perfoliatum

16. Conium maculatum: https://nl.wikipedia.org/wiki/Gevlekte_scheerling

17. Arseen: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Arseen>

18. Silicium: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Silicium>

Hoofdstuk 4 Hoop:

1. Waterstoffluoride: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Waterstoffluoride>

2. Het enige artikel dat ik van die periode terugvond op internet “Mottled Enamel, Fluor en Tandcariës”: https://www.ntvt.nl/sites/ntvt/uploads/historisch_archief_artikelen/1946/02/Gecomprimeerd_NTvT_53_1946_41-60.pdf

3. Water fluoridation in the USA: https://en.wikipedia.org/wiki/Water_fluoridation_in_the_United_States

4. “Fluor ter voorkoming van tandbederf: rol van tandpasta’s en huidige situatie in België: www.health.belgium.be

5. Drinkwaterplatform in Nederland: www.drinkwaterplatform.nl.

6. Zoutzuur: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Zoutzuur>

7. Thuya occidentalis: https://nl.wikipedia.org/wiki/Westerse_

- levensboom#/media/Bestand:Thuja_occidentalis_-_cone_1_(aka).jpg
8. Natrium chloride: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Natriumchloride>
 9. Aspidospermium: <https://en.wikipedia.org/wiki/Aspidosperma>
 10. Aconitum napellus: https://nl.wikipedia.org/wiki/Blauwe_monnikskap

Hoofdstuk 5: Vrijheid

1. “Nemesis” - Philip Roth. https://www.bol.com/nl/nl/p/nemesis/1001004008293147/?Referrer=ADVNLG0002008J-S-&gclid=CjwKCAjwyeujBhA5EiwA5WD7_Vjp4T4OHsJ6OR-DzZv-YpHiUi756Q931ZnIu5em6HmTJi33s_surRoCKRoQAvD_BwE
2. Hoe één dame de voorloper van vaccins vanuit het Oosten meebracht naar Europa. <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2020/12/29/lady-mary-wortley-montagu-de-moeder-van-de-vaccinatie-in-europa/>
Wim De Maesneer (video en wetenschap) en Luc De Roy (audio).
3. “A Brief History of of Chinese Vaccination Campaigns” <https://www.sixthtone.com/news/1007516>
4. “Infographic – Virale vectorvaccins tegen COVID-19: zo werken ze?”. <https://www.consilium.europa.eu/nl/infographics/covid-19-viral-vector-vaccines/>
5. Bijsluiters AstraZenca: [https://www.astrazeneca.nl/content/dam/az-nl/pdf/2021/nl-bijsluiters%20Covid-19%20Vaccine%20AstraZeneca%20\(NL-6652exp_02-2023\).pdf](https://www.astrazeneca.nl/content/dam/az-nl/pdf/2021/nl-bijsluiters%20Covid-19%20Vaccine%20AstraZeneca%20(NL-6652exp_02-2023).pdf).
6. Cytoplasma. <https://nl.wikipedia.org/wiki/Cytoplasma>
7. Fase 1: test heel beperkte groep gezonde proefpersonen om de verdeling in het lichaam na te gaan en de veiligheid; fase 2: test op groep van 20 tot 50 zieke patiënten om de werkzaamheid van het middel te beoordelen; fase 3: Het product wordt op grotere schaal (100 tot 2000 of meer) en op langere termijn getest. De zeldzamere bijwerkingen worden uitvoerig onderzocht. Sommige patiënten krijgen de standaardbehandeling of een nep-product (placebo) en andere patiënten krijgen de nieuwe behandeling of het nieuwe product. Dit gebeurt om psychologische beïnvloeding door deelname aan het onderzoek te kunnen uitsluiten. De resultaten worden vergeleken. De meeste geneesmiddelenstudies in ziekenhuizen zijn fase III-studies. In fase IV wordt het product verder opgevolgd vanaf het moment dat het op de markt is om zeldzame bijwerkingen en resultaten op lange termijn te bestuderen en te evalueren. Zie: <https://www.uza.be/research/klinische-studies/klinische-studies-vier-fases>
8. “Les apprentis sorciers. Tout ce que l’on vous cache sur l’ARN messenger”. Uitgeverij Albin Michel / Versillo, 2023.

9. Integralisme: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Integralisme>
10. Polyadenylatie: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Polyadenylatie>
11. Posttranscriptionele modificatie: https://nl.wikipedia.org/wiki/Posttranscriptionele_modificatie
12. Eerste coronavaccin goedgekeurd voor Nederland en Europa
Nieuwsbericht | 21-12-2020 | 15:30
<https://www.cbq-meb.nl/actueel/nieuws/2020/12/21/eerste-coronavaccin-goedgekeurd-voor-nederland-en-europa>
13. VigiAccess is een site die het publiek toegang geeft tot de informatie die opgeslagen is in VigiBase. Dat is de wereldwijde database van de WHO die gerapporteerde mogelijke bijwerkingen van medicijnen verzamelt: <https://www.vigiaccess.org>
14. “Als gevaccins kunnen, waarom genvoedsel niet”. De Morgen, 07 mei 2021.
15. <https://www.youtube.com/watch?v=aWrZxCx6L6g>
16. Webinar Dr. Jona Walk, 30 maart 2021: “Voordelen en beperkingen van vaccinatie in een breder perspectief”. Gepubliceerd in TIG – Tijdschrift voor integrale geneeskunde/ jaargang 37 /nummer 2/2022.
17. “Zes inzichten. SOS corona: wat hebben wij na drie jaar virus geleerd”, Joel De Ceulaer. De Morgen, zaterdag 11 maart 2023/ pagina 16 en 17.
18. Wat is een Ct- waarde: <https://www.labomaenhout.be/nieuws/2020/sars-cov-2-pcr-wat-is-een-ct-waarde>. Polymerase Chain Reaction of PCR is is een moleculaire detectietechniek die genetisch materiaal selectief kan amplificeren tot detecteerbare of meetbare hoeveelheden. Deze techniek vereist eerst een voorbereiding van het staal (extractie), waarbij het genetisch materiaal (RNA/DNA) uit het staal wordt geëxtraheerd. Hierna kan de eigenlijke PCR-reactie doorgaan. De target genen (genen van het virus of de bacterie die we willen detecteren) worden selectief geamplificeerd. Dit gebeurt door het herhalen van steeds dezelfde cyclus (+/- 40 keer), waardoor de target genen exponentieel worden gekopieerd: Hierdoor wordt genetisch materiaal dat slechts in kleine hoeveelheden aanwezig is, detecteerbaar. Detectie gebeurt door middel van fluorescentie. Het aantal cycli van de PCR-reactie dat nodig is om het fluorescentiesignaal boven de detectiegrens te laten stijgen, is de Cycle Threshold (Ct) waarde die wordt gerapporteerd. Hoe minder cycli (lage Ct) nodig om de target genen te detecteren, hoe sterker positief het staal. Hoe meer cycli (hoge Ct) nodig om de target genen te detecteren, hoe zwakker positief het staal. Bij een negatief staal kunnen geen genen gedetecteerd worden, zelfs niet na 35-45 cycli. Interpretatie van een Ct-waarde: een lage Ct houdt dus in dat een hoge virale lading werd gedetecteerd bij de patiënt. Deze patiënten

zijn zeer besmettelijk en moeten zich strikt isoleren. Ct-waarden van 16 en lager worden gezien bij de zogenaamde ‘superverspreiders’.

19. “Waarom wordt de een doodziek en is de ander beschermd? Een inkijk in de afweermechanismen tegen corona”, De Morgen, 5 september 2020

20. Peter Aaby: “Randomized trial of BCG vaccination at birth to low-birth-weight children: beneficial nonspecific effects in the neonatal period?” <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21673035/>

21. Monocyten: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Monocyt>

22. “Bacillus Calmette-Guérin vaccine for prevention of COVID-19 and other respiratory tract infections in older adults with comorbidities: a randomized controlled trial” <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36736662/>

23. ACTIVATE-2: a double-blind randomized trial of BCG vaccination against COVID-19 in individuals at risk, Tsilika et al., Front Immunol. 5 jul 2022;13:873067. doi: 10.3389/fimmu.2022.873067

24. Voor uitleg over het tuberculine miasme verwijst ik naar “Lijfwacht”, p.232 - 233.

25. Een cytokine is een paracrien molecuul dat een rol speelt in de immuunafweer en het activeren van bepaalde receptoren. <https://nl.wikipedia.org/wiki/Cytokine>. Interleukine is een cytokine betrokken bij zowel pro-inflammatoire als anti-inflammatoire reacties. <https://nl.wikipedia.org/wiki/IL-6>

26. “Voorkomt het Pfizer-vaccin virusoverdracht? Daar is nog geen bewijs voor” <https://www.eoswetenschap.eu/gezondheid/voorkomt-het-pfizer-vaccin-virusoverdracht-daar-nog-geen-bewijs-voor>

27. Prikpop-feestje: “Tomorrowland-dj’s en een prik van Marc Van Ranst”. (Gazet van Antwerpen: 1 juli 2021).

28. Inschakelen van scholen bij vaccineren van 5 tot 12-jarigen: GvA op 17 augustus 2021. https://www.gva.be/cnt/dmf20210817_95361009

29. “Waarom ook Axel Daeseleire oproept om scholen niet te betrekken bij vaccinatiecampagne”, https://www.nieuwsblad.be/cnt/dmf20210817_95170229

30. WHO roept rijke landen op: “Geef coronavaccins eerst aan arme landen vooraleer jullie kinderen in te enten”. <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2021/05/14/who-oproep/>

31. “Volgende week krijgt mijn zoon zijn eerste Covid-prik” <https://www.medicalquality.net/be-nl/topic/article/24577137/volgende-week-krijgt-mijn-zoon-zijn-eerste-covid-prik-opinie-pediater>

32. “A Covid-19 vaccination regimen consisting of two 10-µg doses of BNT162b2 administered 21 days apart was found to be safe,

- immunogenic, and efficacious in children 5 to 11 years of age”. <https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMoa2116298>
33. “Gynaecologen roepen zwangere vrouwen op om zich te laten vaccineren”, https://www.standaard.be/cnt/dmf20210227_95833041).
34. “Les apprentis sorciers”, Alexandra Henrion-Caude.
35. “Waar staan de COVID-vaccins tegenover de varianten?” Bericht in MediQuality van 30 maart 2021: <https://www.mediquality.net/nl/topic/article/23749371/waar-staan-de-covid-vaccins-tegenover-de-varianten> en Vaccine effectiveness against SARS-CoV-2 reinfection during periods of Alpha, Delta, or Omicron dominance: A Danish nationwide study 1. Bénédicte Langlois –Bela 2<https://journals.plos.org/plosmedicine/article?id=10.1371/journal.pmed.1004037>
36. Bericht in MediQuality van 3 mei 2021: Covid-19-varianten: vijf belangrijke vragen: <https://www.mediquality.net/be-fr/topic/article/23829489/covid-19-varianten-vijf-belangrijke-vragen>
37. “Moeten we vanaf september terug voor een boosterprik? En wat doet die precies?” https://www.gva.be/cnt/dmf20210729_93919380
38. Coronavirus - Gezondheidsministers herhalen oproep voor vervollediging vaccinatie https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/B1100409695_B1/coronavirus-gezondheidsministers-herhalen-oproep-voor-vervollediging-vaccinatie
39. COVID-19: vaccins werken minder goed bij een sterke blootstelling aan het virus <https://www.mediquality.net/be-nl/topic/article/25492570/covid-19-vaccins-werken-minder-goed-bij-een-sterke-blootstelling-aan-het-virus>. Citerend uit: Evidence of leaky protection following COVID-19 vaccination and SARS-CoV-2 infection in an incarcerated population, Lind et al., Nat Commun. 19 aug 2023;14(1):5055. doi: 10.1038/s41467-023-40750-8
40. EMA zet licht op groen voor nieuw aangepast coronavaccin Pfizer/BioNTech <https://www.medi-sfeer.be/nl/nieuws/ema-zet-licht-op-groen-voor-nieuw-aangepast-coronavaccin-pfizer-biontech.html>
41. VacCovid is een initiatief van de Antwerpse eerstelijnszones, en is vooral bedoeld om wat werkdruk weg te nemen bij huisartsen en apothekers uit de regio. Een afspraak maken bij je huisarts of een apotheker in je buurt kan er voor alle duidelijkheid ook, maar in samenspraak met de lokale besturen van Antwerpen en vier randgemeenten werd besloten om daarnaast een gezamenlijk

vaccinatiemoment te organiseren

42. 1.800 boosterprikken op eerste dag van VacCovid in Antwerpen
https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/1101529318_B1/covid-19-1-800-boosterprikken-op-eerste-dag-van-vaccovid-in-antwerpen

43. Coronavirus - Al ruim 400.000 coronavaccins geplaatst, 1,7 miljoen vaccins besteld

<https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/25528324/coronavirus-al-ruim-400-000-coronavaccins-geplaatst-1-7-miljoen-vaccins-besteld>

Hoofdstuk 6: Integriteit

1. Lichamelijke integriteit: https://nl.wikipedia.org/wiki/Lichamelijke_integriteit)

2. Segregatie: https://nl.wikipedia.org/wiki/Sociale_segregatie

3. De Morgen, 12/01/2021; p. 10.

4. De Morgen, 29/12/2020.

5. Vaccinatie tegen covid-19 op de werkvloer: (<https://www.crivitspersyn.be/nl/nieuws/artikel-van-de-maand-door-charline-bulteel-vaccinatie-tegen-covid-19-op-de-werkvloer>).

6. MediQuality <https://www.mediquality.net/be-nl/topic/article/25465713/covid-19-verplichte-vaccinatie-zonder-enig-voelbaar-effect-in-engeland> én Covid-19 vaccines as a condition of employment: impact on uptake, staffing, and mortality in elderly care homes, Girma et al., Management Science, <https://doi.org/10.1287/mnsc.2023.4832>.

7. “Valentijn Vaccinatiesymposium” Artsenkrant/12 januari 2023/ Nr. 2739/pagina 14. https://www.artsenkrant.com/actueel/valentijn-vaccinatiesymposium-kijkt-breed-naar-complottheorieen/article-normal-64929.html?cookie_check=1697509332

8. Carbo vegetabilis: <https://purasana.com/blog/plantaardige-houtskool-voor-de-spijvertering>

Hoofdstuk 7: Pech

1. BBC-presentatrice na coronaprik overleden aan bloedklonters: “Ze had last van stekende hoofdpijn, ook achter de ogen”: <https://www.hln.be/buitenland/bbc-presentatrice-na-coronaprik-overleden-aan-bloedklonters-ze-had-last-van-stekende-hoofdpijn-ook-achter-de-ogen~ae512fcd/>

2. Coronavirus - Rechtszaak tegen vaccinfabrikant BioNTech wegens veronderstelde bijwerkingen. https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/1101251532_B1/coronavirus-rechtszaak-tegen-vaccinfabrikant-biontech-wegens-veronderstelde-bijwerkingen

3. “De docu die het daglicht niet kan verdragen”. BLCKBX.TV, 12 maart

2022. <https://www.blckbx.tv/corona/de-docu-die-het-daglicht-niet-kan-verdragen>

4. Dr. Peter Campbell: opname van 24 september 2023: https://www.youtube.com/watch?v=_6xBiyidQ9g

5. “Menstruatiestoornissen een mogelijke bijwerking van coronavaccins”. <https://www.lareb.nl/news/menstruatiestoornissen-mogelijk-een-bijwerking-van-coronavaccins>

6. Menstrual disorders and postmenopausal bleeding after administration of COVID-19 vaccines: https://www.lareb.nl/media/uoneih5z/signals_2021_menstrual_disorders-and-postmenopausal_bleeding-and-covid-19-vaccines.pdf

7. Vaccin tegen COVID-19: vaker vaginaal bloedverlies? <https://www.mediquality.net/be-nl/topic/article/25530979/vaccin-tegen-covid-19-vaker-vaginaal-bloedverlies>

Dit artikel in MediQuality is gebaseerd op het volgende onderzoek: Unexpected vaginal bleeding and COVID-19 vaccination in nonmenstruating women, Blix et al., *Sci Adv.* 22 sep 2023;9(38):eadg1391. doi: 10.1126/sciadv.adg1391

8. De Morgen, 3 juni 2021. Israël onderzoekt mogelijk verband tussen ontstekingen van hartspier en Pfizer-vaccin. <https://www.demorgen.be/nieuws/israel-onderzoekt-mogelijk-verband-tussen-ontstekingen-van-hartspier-en-pfizer-vaccin~bea792004/>

9. “Vaccin Johnson & Johnson enkel nog voor 40-plussers na dood van buitenlandse vrouw”

<https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2021/05/26/overlijden-na-j-j-vaccin/>

10. VIDEO - CHD.TV - Canadian doctors Chris Shaw, Stephen Malthouse, Charles Hoffe and William Makis discuss COVID-19 vaccine injuries, excess deaths of doctors, athletes, children, pilot heart attacks...

Dr. William Makis https://makismd.substack.com/p/video-chdvtv-canadian-doctors-chris?utm_source=substack&utm_medium=email

11. Piloten bezwijken halverwege de vlucht: “Nog nooit zoveel gevallen als sinds de Covid-vaccinaties”

<https://www.frontnieuws.com/piloten-bezwijken-halverwege-de-vlucht-nog-nooit-zoveel-gevallen-als-sinds-de-covid-vaccinaties/>

12. Flightradar: <https://flightradar.live/nl/>

13. “Canada waging war on Dr. Charles Hufte for spreading out publicly against Covid “vaccinen”. (<https://www.cbc.ca/news/canada/british-columbia/charles-hoffe-doctor-discipline-panel-covid19-1.6361624>)).

14. “I’m grateful on the one hand that something is being done, but also just disappointment because it honestly feels like it’s too little too late ... and there’s no indication that his licence has been limited in any way,

which means he can continue to spread the misinformation that he's been spreading," McAlpine told CBC News.

15. "The notice also points to Hoffe's false claims that COVID-19 vaccines are more dangerous than the disease, including "publicly expressing that the COVID-19 vaccinations cause microscopic blood clots that cause serious neurological harm, female infertility and a high number of deaths that is not recognized by public health."

16. "Overlijden na J&J vaccin: <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2021/05/26/overlijden-na-j-j-vaccin/>

17. Carbo animalis: <https://www.vedantu.com/question-answer/animal-charcoal-is-used-in-decolourising-colour-class-11-chemistry-jee-main-5f7243bfd9fada5ff199801c>).

18. Phenol: <https://en.wikipedia.org/wiki/Phenol>

19. Luesinum is een nosode gemaakt van emaat van de etter uit de sjanker van de man die syfilis heeft en wordt besproken in Lijfwacht op pagina 65-66

20. Platina: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Platina>

21. "Nederlanders krijgen nog maar één prik na coronabesmetting, België volgt niet". Bericht van 3 juni 2021 in de Standaard. https://www.standaard.be/cnt/dmf20210603_96248732

22. "Melvin (26) sterft door embolie na Covid-19, tweelingbroer overleeft" https://www.gva.be/cnt/dmf20210731_92903909

Hoofdstuk 8: Wanhoop

1. New data shows long Covid is keeping as many as 4 million people out of work, Bach K, Brookings, Aug 2022

2. "Long covid komt nog vaak voor en het is niet de enige slepende aandoening na een virusbesmetting" <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2023/03/06/nee-long-covid-is-niet-weg-en-er-zijn-nog-andere-postvirale/>

3. "Als een soldaat die na de oorlog is achtergelaten": <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2022/11/15/bureaucratie-geldzorgen-en-onbegrip-long-covidpatienten-die-zi/>

4. Na halfjaar maar 5 procent coronapatiënten klachtenvrij: 'Ellende duurt voort'. Marcia Nieuwenhuis. 3 okt. 2020 AD Digitale krant.

5. Microglia bestaat uit gliacellen die een belangrijke rol spelen in het afweersysteem van het centraal zenuwstelsel. Microgliacellen zijn zeer kleine structuren die verspreid voorkomen in de weefsels van de hersenen en het ruggenmerg. Microgliacellen worden beschouwd als weefsel-specifieke macrofagen. Ze komen voor in zowel de witte als de grijze stof van

het centraal zenuwstelsel. Microglia wordt gedurende de embryonale ontwikkeling gevormd uit het hersenmesenchym. <https://nl.wikipedia.org/wiki/Microglia>

6. Macrofagen zijn grote mononucleaire cellen die in staat zijn resten van dode of beschadigde lichaamseigen cellen te veranderen in intercellulair materiaal, en lichaamsvreemde cellen en inerte deeltjes in zich op te nemen. <https://nl.wikipedia.org/wiki/Macrofaag>

7. Guillain-Barré: <https://www.spierziekten.nl/overzicht/guillain-barre-syndroom/oorzaak-en-verschijnselen-van-gbs/>

8. De Vlaamse krant “De Morgen” van 28 september 2020, een onderzoek citerend gepubliceerd op 25 september 2020 in The Lancet Microbe: [https://www.thelancet.com/journals/lanmic/article/PIIS2666-5247\(20\)30144-0/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanmic/article/PIIS2666-5247(20)30144-0/fulltext)

9. “Na covid kreeg een patiënt van me psychoses”, Dr Morgen, 27 mei 2021.

10. “Long covid is ook voor kinderen hele lijdensweg”, De Morgen, 3 juli 2021.

11. “Scholieren en studenten met long covid timmeren aan de lange weg naar herstel”. De Morgen, 27/04/2023

12. ”Als enige in je klas last hebben, dat vond ik het moeilijkste”, De Morgen, 27 april 2023 en “Long covid: als je na het sturen van één e-mail al moet gaan liggen”, De Morgen, 4 maart 2023

13. Immunologe Akiko Iwasaki en haar collega's van de Yale School of Medicine <https://www.ama-assn.org/delivering-care/public-health/akiko-iwasaki-phd-latest-long-covid-19-research>

14. “Distinguishing features of Long COVID identified through immune profiling” <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2022.08.09.22278592v1>

15. Het hersenaanhangsel of de hypofyse is een klier midden in het hoofd, onder de hersenen, die vele hormonen afscheidt. De hypofyse vervult een belangrijke rol bij de regulering van een groot aantal hormonen. Eén van de hormonen die afgescheiden worden is het ACTH, wat op zijn beurt dan weer zorgt voor de afscheiding van cortisol door de bijnier. <https://nl.wikipedia.org/wiki/Hypofyse>

16. B-cellen zijn lymfocyten (een bepaald soort witte bloedcellen) die een belangrijke rol spelen in het humorale immuunsysteem, verantwoordelijk voor de productie van antistoffen. <https://nl.wikipedia.org/wiki/B-cel>

17. T-cellen ofwel T-lymfocyten zijn afweercellen, onderdeel van de specifieke cellulaire afweer: <https://nl.wikipedia.org/wiki/T-cel>

18. Hersenkrimp en corona: <https://medicorps.nl/2022/03/09/een->

corona-infectie-kan-zorgen-voor-hersenkrimping-en-schade/

19. KNACK, nr. 3 van 19 tot 25 januari 2022. p.8 – 13: “Vaccinatie is de grootste medische ontwikkeling ooit”.

20. “Kleine, dreigende microstolsels kunnen de symptomen van long COVID verklaren”

<https://www.mediquality.net/be-nl/medical/article/25228350/kleine-dreigende-microstolsels-kunnen-de-symptomen-van-long-covid-verklaren> en https://www.medscape.com/viewarticle/985271#vp_1

21. Fibrine (ook wel Factor Ia) is een bloedstollingseiwit in het bloedplasma dat een belangrijke rol speelt bij de normale wondgenezing en bloedstolling, maar het speelt ook een rol bij de ontstekingsreactie. Het vormt dan een netwerk met als doel een schadelijke agens, bijvoorbeeld bacteriën, op zijn plek te houden zodat de weefselschade beperkt blijft. <https://nl.wikipedia.org/wiki/Fibrine>

22. Persistent clotting protein pathology in Long COVID/Post-Acute Sequelae of COVID-19 (PASC) is accompanied by increased levels of antiplasmin: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34425843/>

23. “De puzzelstukjes vallen stilaan in elkaar” 13 juli 2023. <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2023/07/13/genetische-mutatie-gelinkt-aan-een-hoger-risico-op-long-covid/>

24. “Long covid komt nog vaak voor en het is niet de enige slepende aandoening na een virusbesmetting” Peter Brems. 6 maart 2023 <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2023/03/06/nee-long-covid-is-niet-wegen-er-zijn-nog-andere-postvirale/>).

25. Long COVID en de fysieke, mentale en sociale gevolgen : COVIMPACT, the end. <https://www.mediquality.net/be-nl/topic/article/25435980/covimpact-the-end>

26. UNLOCK-studie in het UZ Brussel: <https://kce.fgov.be/nl/kce-trials/funded-trials/unlock-voeding-en-locomotorische-revalidatie-in-long-covid-lcov-211306>

27. Sepia officinalis: https://nl.wikipedia.org/wiki/Gewone_zeekat

28. Natrium muriaticum: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Natrium>

29. Mangaan: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Mangaan>

30. Aluminium: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Aluminium>

Hoofdstuk 9: Prelude

1. Hemagglutinine is een oppervlakte-eiwit dat deel uitmaakt van influenzavirussen. Er zijn 16 subtypen hemagglutinine bekend. De eerste drie - H1, H2 en H3 - komen voor in influenzavirussen die de mens kunnen infecteren. Voor H5 geldt, dat van dit subtype nog niet bekend is

of het de mens kan infecteren, maar er zijn wel aanwijzingen voor. <https://nl.wikipedia.org/wiki/Hemagglutinine>

2. Neuraminidase is een oppervlakte-eiwit (of enzym) dat gevonden wordt op het oppervlakte van het influenzavirus. Er zijn negen neuraminidase subtypes bekend, waarvan velen alleen voorkomen bij verschillende soorten pluimvee. Van subtypes N1 en N2 is bekend dat zij direct verbonden zijn aan epidemieën bij de mens. De uitbraak van het vogelgriepvirus in 2005 heeft als subtype N1 <https://nl.wikipedia.org/wiki/Neuraminidase>

3. Vogelgriep: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Vogelgriep>

4. Uitbraak vogelgriep in Kazachstan <https://nl.wikipedia.org/wiki/Vogelgriep#:~:text=In%20augustus%202005%20werd%20vogelgriep,bij%20de%20grens%20met%20Rusland.>

5. Er werden veel namen aan deze pandemie gegeven zijnde:

- “Swine flu” (WHO, CDC (Center for Disease Control));
- Pandemic H1N1/09 virus (WHO);
- Novel Influenza A (H1N1) (CDC);
- 2009 A/H1N1 flu (CDC);
- North American Influenza (WOAH);
- Novel flu virus (European Commission). Dit was heel verwarrend in de communicatie en vandaar één duidelijke benaming die werd voorgesteld namelijk “Mexicaanse griep”.

6. https://www.goodreads.com/book/show/115833.Emerging_Viruses

7. ECDC: Het Europees Centrum voor ziektepreventie en -bestrijding (Engels: European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC)) is een agentschap van de Europese Unie, opgericht in 2004 en gevestigd in Stockholm. Het centrum helpt de EU in de strijd tegen infectieziekten en andere ernstige bedreigingen van de gezondheid. Het beheert onder meer een netwerk van laboratoria en een systeem voor vroegtijdige waarschuwing en maatregelen. Het centrum kan bijvoorbeeld een EU-team van deskundigen uitzenden om de uitbraak van een nieuwe ziekte bij de mens in een Europees land te onderzoeken.

https://nl.wikipedia.org/wiki/Europees_Centrum_voor_ziektepreventie_en_bestrijding

8. ESWI: “We are scientists fighting the burden of major acute respiratory virus infections by fostering stakeholder communication and cross-disciplinary research in Europe. <https://www.eswi.org>

9. Oorspronkelijk bericht in het Engels verschenen in de New York Times op 28 oktober 2005. Subject: the owner of antivirals for aviar flu

Source: <http://www.nytimes.com/2005/10/28/politics/28rummy.html>

By THE NEW YORK TIMES

Published: October 28, 2005

WASHINGTON, Oct. 27.

Defense Secretary Donald H. Rumsfeld has recused himself from government decisions concerning medications to prevent or treat avian flu, rather than sell his stock holdings in the company that patented the antiviral agent Tamiflu, according to a Pentagon memorandum issued Thursday. The memorandum, to Mr. Rumsfeld's staff from the Pentagon general counsel, said the defense secretary would not take part in decisions that may affect his financial interests in Gilead Sciences Inc. Before becoming defense secretary in January 2001, Mr. Rumsfeld was chairman of Gilead. On each of his annual financial disclosure statements, he has listed continued stock holdings in the company. Gilead holds the patent on Tamiflu, but contracts for it are signed with an American subsidiary of F. Hoffman-LaRoche Ltd., which holds marketing and manufacturing rights. Mr. Rumsfeld will remain involved in matters related to the Pentagon response to an outbreak, so long as none affect Gilead.

10. "In 2009 zagen we vaccineren als militaire operatie, we waren als eerste klaar": <https://nos.nl/nieuwsuur/artikel/2365560-in-2009-zagen-we-vaccineren-als-militaire-operatie-we-waren-als-eerste-klaar>

11. "Dossier Mexicaanse Griep. Een kleine griep met grote gevolgen". Daan De Wit. Uitgeverij Lemniscaat. ISBN 978 90 477 0360 0. Ik dank schrijver Daan De Wit bij deze voor het feit dat ik uit zijn boek mocht citeren.

12. "Communication and public engagement". <https://vimeo.com/320913130>

13. "Lijfwacht. Reis door 40 jaar huisartsenpraktijk". Dr. Léon Scheepers. Zie onder "Reductionisem/rationalisme – empirisme/vitalisme" p. 47. Hier beschrijf ik mijn ervaring met deze heer in het praatprogramma Volt, d.d. 30 januari 2013.

14. "Raad van Europa wil onderzoek naar aanpak varkensgriep" (De Morgen, 06/01/2010)

Hoofdstuk 10: Reflectie

1. "Misschien komt virus wel uit lab", De Morgen, 14 augustus 2021.

2. Coronavirus - Wereldgezondheidsorganisatie vraagt China toegang om oorsprong covid te zoeken
<https://www.medicalquality.net/be-nl/news/article/25500930/coronavirus-wereldgezondheidsorganisatie-vraagt-china-toegang-om-oorsprong-covid-te-zoeken>).

3. "Natuurlijk is er een links tussen corona en het klimaat", De Morgen,

Zeno, 3 april 2021.

4. “Hoe wij killervirussen zelf hebben uitgenodigd”, De Morgen, 07 oktober 2020.
5. “De vraag is niet óf, maar wannéér er een nieuwe pandemie komt”, GvA/Zeker weten/ 28-29 november 2020
6. Voor deze bedenking over de experts heb ik mij grotendeels gebaseerd op de artikelenreeks “Wat baten kaars en bril, als de uil niet zien en lezen wil”, van de hand van anaesthesist Olivier Lhoest verschenen in de loop van 2021 in MediActuQuality.
7. Congres Sciensano blikt terug op vaccinatie
<https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/25505177/congres-sciensano-blikt-terug-op-vaccinatie>)
8. De Morgen, 1 februari 2021.
9. De Morgen, 22/01/2021, p.4.
10. “Le groupe Pfizer a-t-il été condamné par le passé à des milliards de dollars d’amendes?”
https://www.liberation.fr/checknews/le-groupe-pfizer-a-t-il-ete-condamne-par-le-passe-a-des-milliards-de-dollars-damendes-20220106_RP6Q4O5BKBFUBAGN2DI3SCYN3I/
11. “Patentbescherming opheffen is geen wondermedicijn”: De Standaard, 29 april 2021
12. “Druk groeit om patenten op vaccins vrij te geven”: De Morgen, 29 april 2021.
13. VS dan toch voor tijdelijk vrijgeven patenten coronavaccins, “monumentaal moment in strijd tegen COVID-19”: <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2021/05/06/verenigde-staten-patenten-vaccins/>
14. Knack.be: <https://www.knack.be/nieuws/europa/eu-president-charles-michel-vrijgeven-patenten-coronavaccins-geen-mirakeloplossing-op-korte-termijn/article-news-1731929.html>
15. De redder in nood hoort nu de kassa rinkelen: Pfizer overweegt prijzen in de toekomst stevig op te trekken: https://www.nieuwsblad.be/cnt/dmf20210417_93106063
16. GvA, Pfizer wil derde prik geven: commerciële zet of virologische noodzaak? https://www.gva.be/cnt/dmf20210416_93836657
17. Pfizer en Moderna verhogen prijzen van hun coronavaccins in EU: <https://www.hln.be/binnenland/pfizer-en-moderna-verhogen-prijzen-van-hun-coronavaccins-in-eu~af1ec73b/>.
18. “En de grote winnaar is: big pharma”, De Morgen, 22/05/2021
19. “Pfizer verlaagt omzetprognose na tegenvallende verkoop covidproducten”: <https://www.mediquality.net/be-nl/news/>

- article/1101338672_B1/pfizer-verlaagt-omzetprognose-na-tegenvallende-verkoop-covidproducten) én Pfizer verlaagt omzetverwachting met 9 miljard dollar
https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/1101605010_B1/pfizer-verlaagt-omzetverwachting-met-9-miljard-dollar
20. BioNTech draait verlies door ingestorte vraag naar coronavaccins
https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/1101355502_B1/biontech-draait-verlies-door-ingestorte-vraag-naar-coronavaccins
21. “Moderna verhoogt verwachtingen voor omzet uit coronavaccin”
<https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/25474828/moderna-verhoogt-verwachtingen-voor-omzet-uit-coronavaccin>
22. “Hoe Gates en co. hun stempel drukten op de covidpandemie”. Donaties zonder transparantie. De Morgen, 06 oktober 2020, p.12.
23. Anders Tegnell: https://en.wikipedia.org/wiki/Anders_Tegnell
24. “Hoe het coronavirus de wetenschap blijvend verdeelde”: <https://www.decontroversatie.be/post/hoe-het-coronavirus-de-wetenschap-blijvend-verdeelde>.
25. Medisfeer 27 maart 2023 [https://www.medi-sfeer.be/nl/nieuws/beroepsnieuws/stijging-van-aantal-huisartsen-dat-stopt-na-de-coronapandemie.html?email=leon.scheepers@homeopathy.be&mtoken=7059bf992c2546047ea74c0cded7a52fcf80a57fbdfc642dd60c8298785e9807ff85599a4d0db9ff0d270a0dca54253f0e5c4611736c5d6eba5798b7f3ba7dbb&return_url=https%3A%2F%2Fenews.mobiledoc.be%2Fnewsletter%2F11637&utm_campaign=eMS%20Mar5B%20NL%20%7C%202023&utm_content=&utm_medium=email&utm_source=RMNet&utm_term=\)](https://www.medi-sfeer.be/nl/nieuws/beroepsnieuws/stijging-van-aantal-huisartsen-dat-stopt-na-de-coronapandemie.html?email=leon.scheepers@homeopathy.be&mtoken=7059bf992c2546047ea74c0cded7a52fcf80a57fbdfc642dd60c8298785e9807ff85599a4d0db9ff0d270a0dca54253f0e5c4611736c5d6eba5798b7f3ba7dbb&return_url=https%3A%2F%2Fenews.mobiledoc.be%2Fnewsletter%2F11637&utm_campaign=eMS%20Mar5B%20NL%20%7C%202023&utm_content=&utm_medium=email&utm_source=RMNet&utm_term=))
26. Apofenie: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Apofenie>
27. Voor deze bedenking over de media heb ik mij grotendeels gebaseerd op de artikelenreeks “Wat baten kaars en bril, als de uil niet zien en lezen wil”, van de hand van anaesthesist Olivier Lhoest verschenen in de loop van 2021 in MediActuQuality.
28. “Niemand “besmette” tv-journaals zoals Van Ranst en co”. GvA, 10 – 11 april 2021, p. 8.
29. Artsenkrant, 16 maart 2023/ Nr. 2747
30. GvA, p. 6 van 10 maart 2023
31. Bericht van huisartsenvereniging HKAO maart 2023
32. De Morgen, 19/02/2021: “Besmette mensen nog maanden beschermd”
33. “Met overgewicht is het bijzonder moeilijk vechten”, De Morgen, 30/04/2021
34. “Kinderen van alle leeftijden verzwaren”, De Morgen, 3 juni 2021.

35. “Een hoge BMI verhoogt het risico op Covid-19 en ernstige luchtweginfecties”
<https://www.mediquality.net/be-nl/topic/article/25441880/een-hoge-bmi-verhoogt-het-risico-op-covid-19-en-ernstige-luchtweginfecties>
36. “Waar blijft de politieke reflectie op de coronacrisis?”, @telegraaf.nl
De Kwestie, 13 juli 2023.
37. “Covid-19 - Overheid moet opnieuw vaccins en hulpmiddelen vernietigen”: https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/1101303585_B1/covid-19-overheid-moet-opnieuw-vaccins-en-hulpmiddelen-vernietigen
38. “Onderzoeksraad: blijft onduidelijk of coronamaatregelen hielpen”:
<https://www.rtlnieuws.nl/nieuws/nederland/artikel/5339206/onderzoeksraad-bedoelde-en-onbedoelde-effecten-coronamaatregelen>
39. Coronavirus - Belgen geven overheden 5,5 op 10 voor COVID-beleid - MediQuality
https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/1101556809_B1/coronavirus-belgen-geven-overheden-5-5-op-10-voor-covid-beleid
40. Oversterfte in 2022: <https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/25280524/een-oversterfte-van-5-612-doden-in-2022-sciensano>
41. Dr. John Campbell: <https://www.youtube.com/watch?v=bJ23vr1Gs3w>
42. Wettelijkheid van beslissingen: Covid-19 - Grondwettelijk Hof vernietigt onderdeel samenwerkingsakkoord COVID-19-vaccinatiegegevens
<https://www.despecialist.eu/nl/nieuws/grondwettelijk-hof-vernietigt-onderdeel-samenwerkingsakkoord-covid-19-vaccinnet.html> en MediQualityActu: https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/1101145703_B1/covid-19-grondwettelijk-hof-vernietigt-onderdeel-samenwerkingsakkoord-covid-19-vaccinatiegegevens
43. Bent u als burger op zoek naar uw geregistreerde vaccinatiegegevens, ga dan naar <https://www.myhealthviewer.beof> via <https://www.mijngezondheid.be>.
44. De Morgen, 12/10/2020.
45. Artsenkrant , 1 december 2022/Nr. 2735
46. De Morgen, Zeno, zaterdag 23 januari 2021.
47. Artsenkrant/ 23 februari 2023/Nr. 2745
48. Partnership for Health System Sustainability and Resilience (PHSSR): het volledig rapport is te vinden op phssr.org/findings.
49. Interview - Helenka Spanjer
<https://www.dewereldmorgen.be/artikel/2023/06/02/terugblik-met-marc-van-ranst-op-de-coronacrisis-grote-hoop-van-de-mensen-heeft-zeer->

goed-meegewerkt/Viroloog Van Ranst.

50. “Hoe we een volgende pandemie kunnen vermijden (opinie Dr Proesmans)”

<https://www.mediquality.net/be-nl/news/article/23179061/wat-we-moeten-doen-om-een-volgende-pandemie-te-vermijden-opinie-dr-proesmans>

51. Peerreview is een methode om de kwaliteit van werk te verbeteren, verifiëren of controleren door het werk te onderwerpen aan de kritische blik van een aantal gelijken, meestal vakgenoten of collega's van de auteur.
<https://nl.wikipedia.org/wiki/Peerreview>

52. Christian Peronne, de als “anti-vax” geframede infectioloog wint al zijn rechtszaken

<https://www.tegenwind.tv/post/christian-perronne-de-als-anti-vax-bestempelde-infectioloog-wint-al-zijn-rechtszaken>

53. Shaping our Future: <https://www.youtube.com/watch?v=qKoU7odG42Q>)

54. Gazet van Antwerpen, 19 augustus 2023. https://www.gva.be/cnt/dmf20230819_91412544

55. “Mooi moment om echt te gaan verntileren”. De Morgen, 10 juni 2021

56. “Deze Mechelaar geloofde als eerste in de ernst van de coronacrisis”:
https://www.gva.be/cnt/dmf20210304_94886054

57. Camilla Rothe: https://en.m.wikipedia.org/wiki/Camilla_Rothe

58. “COVID-19 Vaccine Surveillance Report” voor week 42, zijnde de week van maandag 18 tot zondag 24 oktober van het jaar 2021

https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/1027511/Vaccine-surveillance-report-week-42.pdf

59. “Gezondheidspassen zijn niets nieuws onder de zon: de voorlopers van de coronapas”: <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2021/10/30/gezondheidspassen-niets-nieuws-onder-de-zon/>

60. ”De Morgen, 21/09/2020.

61. MediQualityActu van 2 november 2023: “Pfizer in het rood door teruglopende vraag naar COVID-medicatie” (https://www.mediquality.net/nl/news/article/1101672084_B1/pfizer-in-het-rood-door-teruglopende-vraag-naar-covid-medicatie)

Credit Commons:

Hoofdstuk 3:

1. Wikimedia Commons: https://nl.wikipedia.org/wiki/Wikimedia_

Commons

2. Wikimedia Commons: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/3/39/Anamirta_Cocculus_09.jpg
3. Wikimedia Commons: https://commons.wikimedia.org/wiki/Bryonia_alba
4. Wikimedia Commons: https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Calcium_carbonate
5. Wikimedia Commons: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/3/3f/Magnesium_crystals.jpg
6. Wikimedia Commons: <https://commons.wikimedia.org/wiki/Phosphorus#/media/File:Phosphor.JPG>
7. Wikimedia Commons: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Eupatorium_perfoliatum_001.JPG
8. Wikimedia Commons: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/5/5b/Conium_maculatum.jpg
9. Wikimedia Commons: https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Native_arsenic#/media/File:Arsenic-4jg33a.jpg

Hoofdstuk 4:

- 1) *Thuja occidentalis*: Wikimedia Commons [https://nl.wikipedia.org/wiki/Westerse_levensboom#/media/Bestand:Thuja_occidentalis_-_cone_1_\(aka\).jpg](https://nl.wikipedia.org/wiki/Westerse_levensboom#/media/Bestand:Thuja_occidentalis_-_cone_1_(aka).jpg)
- 2) Natrium chloride: <https://nl.wikipedia.org/wiki/Natriumchloride#/media/Bestand:Keukenzout.jpg>
- 3) *Aspidospermium*: https://en.wikipedia.org/wiki/Aspidosperma#/media/File:Aspidosperma_quebracho-blanco.jpg
- 4) *Aconitum napellus*: Wikimedia Commons <https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Aconitum>
By Bernd Haynold - Own work, CC BY-SA 2.5, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=237028>

Hoofdstuk 7:

1. Plumbum: Maker: Heinrich Pniok. Auteursrecht: Copyright: Heinrich Pniok.
<https://fr.wikipedia.org/wiki/Plomb>
2. Platina: <https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Platinum>