



© Gezondeleefstijlcoach.nl

Wie aantoonbaar antistoffen heeft tegen Covid-19 (en dus beschermd is), kan dit niet formeel laten registreren in het *coronapaspoort*. De uitslag kan wel worden vastgelegd *in het gele vaccinatie boekje*. De Europese Commissie – en dus ook onze regering – accepteert echter de aantekening in het gele boekje niet als geldig reisdocument.

Dat is merkwaardig, want als je neutraliserende antistoffen hebt tegen corona (Covid-19), ben je beschermd tegen her-infectie. Antistoffen kun je krijgen door middel van het doormaken van een infectie (natuurlijke bescherming) of vaccinatie. Twee belangrijke zijn: hoe kun je erachter komen of je beschermende antistoffen hebt tegen corona (Covid-19)? En: waarom is uitslag van een serologische bloedtest ('de andere corona-test'), die kan aantonen of je antistoffen hebt, in Europa niet rechtsgeldig? Lees onderstaand artikel. Ik sprak ervoor met artsen en andere deskundigen. Rosaline Ratering McDonald, Jouw gezonde leefstijlcoach (www.gezondeleefstijlcoach.nl)

Veel mensen weten niet dat een serologische bloedtest ('de andere corona test') je niet alleen kan vertellen of je corona (Covid-19) hebt of hebt gehad en ook, maar ook of je antistoffen hebt of niet. Sterker nog, de bloedtest is de enige test die je aantoonbaar kan vertellen of je antistoffen hebt tegen corona.

De PCR test is zeker niet de enige test die iets zegt over corona. Die laat alleen zien of je besmet bent. Hoewel de meningen erover verdeeld zijn of de PCR test betrouwbaar is, baseert de overheid

haar beleid op de PCR test en gaat zij voorbij aan 'de andere' corona test: de serologische bloedtest, die wél kan aantonen of je beschermende antistoffen hebt.

Gezonde leefstijl helpt aantoonbaar risicogroep te verkleinen

Wat ook van belang is, is dat er een manier is om corona risicogroepen te verkleinen. Die manier heet preventieve leefstijlgeneskunde. Risicogroepen die heel erg ziek kunnen worden van corona en een grotere kans hebben op overlijden zijn (vooral) ouderen, mensen met diabetes, hart- en vaatziekten, fors overgewicht (morbide obesitas) of ander onderliggend lijden. Aan ouder worden kunnen we niks doen, maar we kunnen wel zo gezond mogelijk ouder worden en ziekten voorkomen met een gezonde leefstijl.

Wat voor alle mensen geldt, of je nou gevaccineerd bent of niet, is dat een gezonde leefstijl bijdraagt aan een betere immuniteit en betere gezondheid, in alle omstandigheden.

Wat voor alle mensen geldt, of je nou gevaccineerd bent of niet, is dat een gezonde leefstijl bijdraagt aan een betere immuniteit en betere gezondheid, in alle omstandigheden. Een gezonde leefstijl helpt virusinfecties en andere ziekten te voorkomen. Een gezonde leefstijl helpt aantóónbaar om de risicogroep kleiner te maken en gezonde mensen weerbaar te houden. Download hier [pdf Wetenschappelijk bewijs leefstijlgeneskunde \(*\)](#)

() Bron rapport Leefstijlgeneskunde: Lifestyle4Health. Deze organisatie streeft ernaar om de ziektelast van leefstijl gerelateerde ziekten binnen 10 jaar met 50% te verminderen door leefstijlinterventies in de behandeling van deze ziekten een centrale plek te geven, samen met zelfzorg en regie op eigen gezondheid.*

Hoe werkt de antistoffen bloedtest in de praktijk?

Als je gezond bent, niet tot een risicogroep behoort en je hebt een besmetting doorgemaakt met merkbare symptomen of zonder dat je iets gemerkt hebt, dan kan je lichaam corona-indringers bestrijden of zelfs helemaal buiten de deur houden.

Als je dus wilt weten of je antilichamen in je bloed hebt en aantoonbaar beter beschermd bent tegen een mogelijke volgende corona-infectie, dan kun je een serologische bloedtest laten afnemen. Als je een betrouwbaar resultaat wilt, moet de test worden uitgevoerd onder leiding van een deskundige

arts of BIG geregistreerde verpleegkundige, door middel van bloedafname uit een ader (zie: [Biovis](#), Duitsland) of een vingerprikje. Een serologische antistoffen test laten afnemen door middel van een vingerprikje kan in Nederland op verschillende plaatsen, onder meer bij 'de groene teststraat' [Sneltestpark](#) in Baarn en sinds kort ook via www.antistoffentest.nu

Ons afweer- of immuunsysteem gaat infecties op verschillende manieren te lijf. Als je ziek wordt van corona en je hebt er behoorlijk last van, dan gaat je lichaam antistoffen aanmaken. Er worden dan twee soorten antistoffen aangemaakt (IgG-en IgM antistoffen). Aanwezigheid van IgG-antilichamen duidt op een actuele besmetting en de aanwezigheid van IgM antistoffen spreekt voor een reeds doorgemaakte SARS-CoV-infectie. Bij een volgende besmetting herkennen de antilichamen het virus en ruimen het direct op.

Filmpje en rapport

Andere benamingen voor serologische testen zijn daarom ook wel IgM en IgG testen. Een duidelijke uitleg wordt in [dit filmpje](#) gegeven door drs. J.C.S.Hans Smeek, tandarts/implantoloog, die als vrijwilliger verbonden is aan de groene teststraat in Baarn.

In Baarn hebben inmiddels ruim 10.000 personen een antistoffen bloedtest laten afnemen. Een rapport daarover is [hier te downloaden](#)

“Als je wilt voorkomen dat er ingebroken wordt in je huis, zet je goede sloten op de deur en doe je ramen dicht. Je zorgt ervoor dat inbreken een niet zo aantrekkelijke optie is voor potentiële inbrekers. Dit geldt ook als het gaat om het beschermen van je gezondheid.”

Inbraakpreventie, hoe?

Voorkomen is beter dan genezen. Als je wilt voorkomen dat er ingebroken wordt in je huis, zet je goede sloten op de deur en doe je ramen dicht. Inbraakpreventie. Je maakt inbreken zo onaantrekkelijk mogelijk voor potentiële inbrekers. Dit geldt ook als het gaat om het beschermen van je gezondheid: je maakt het potentiële inbrekers (bijvoorbeeld virussen) die je gezondheid willen ondermijnen, zo lastig mogelijk. Dat doe je met gezond verstand en een gezonde leefstijl, met onder meer natuurlijke voeding, voldoende beweging, weinig of geen alcohol, niet roken en voldoende ontspanning en herstel (de 5 BRAVO basics). Er zijn in totaal [12 basics](#) die je op weg helpen gezonder te leven. Onder 'gezond verstand' valt goed nadenken over wel of niet vaccineren van risicogroepen en het wel of niet vaccineren van gezonde mensen. En nadenken over de veiligheid van de huidige vaccins.

Natuurlijke immuniteit superieur

Preventie is hoe dan ook altijd een goed idee, daar is iedereen het wel over eens. De meningen zijn echter verdeeld over hóe preventie eruit moet zien: door middel van vaccinatie (en zo ja: voor wie) of door middel van het opbouwen van natuurlijke bescherming via een natuurlijke een infectie (en zo ja: voor wie). Nieuwe wetenschappelijke studies laten trouwens steeds vaker zien, dat [natuurlijke bescherming op den duur wel eens beter zou kunnen werken](#) dan vaccinatie. Inmiddels hebben meta-onderzoeken bevestigd dat natuurlijke immuniteit betere bescherming biedt tegen herinfectie dan vaccinatie ([lees hier](#)).

De pineut met massavaccinatie?

Er zijn experts (waaronder Geert Vanden Bossche) die zeggen dat massavaccinatie ('iedereen vaccineren') op den de natuurlijke immuniteit op den duur kapot maakt. Als dat waar is zijn we met z'n allen mooi de pineut met het huidige massavaccinatie beleid. Vanden Bossche is onafhankelijk viroloog en vaccinexpert. Hij was voorheen werkzaam bij GAVI en The Bill & Melinda Gates Foundation, dus niet iemand wiens mening je zomaar aan de kant kunt schuiven. Anderen, waaronder minister Hugo de Jonge van VWS, denken daar anders over.

Israël

Terug naar het coronapaspoort en de registratie van antistoffen. Woon je in Israël, het eerste westerse land dat een coronapaspoort ontwikkelde, dan kun je een goede uitslag van een serologische test uploaden naar het ministerie van Volksgezondheid. Je krijgt dan je coronapaspoort om te kunnen reizen of als toegangsbewijs voor evenementen. 'De persoon is immers beschermd, net zoals de vaccins beschermen,' is de redenatie.

Ondertussen in Brussel...

Brussel, de regering van Europa, wil dit scenario niet. Dat is de reden waarom in Nederland de uitslag van een serologische test vooralsnog niet als bewijs geldt.

Het Europees Parlement wilde aanvankelijk wel dat de serologische test voor het zogeheten 'Europese Digital Green Certificate' erkend zou worden, maar de Europese Commissie kwam daar later op terug.

Mogelijk vindt er over een paar maanden een heroverweging plaats. Voor nu geldt: wie middels een serologische test kan aantonen dat hij of zij antistoffen heeft, krijgt van Nederland en de EU geen 'herstelbewijs'.

DIGITALE PASPOORTEN

Lees hier meer over de agenda van de EU met de digitale corona app: [agenda Europese Commissie / QR code](#) en [hier meer over de digitale koppeling met het reguliere paspoort.](#)

Bloedbank Sanquin

“Een herstelbewijs wordt alleen afgegeven aan wie in het afgelopen halfjaar een positieve PCR-testuitslag had,” aldus journalist Boris van Zonneveld in een artikel op 15 juli jl. in Technisch Weekblad.

“De lidstaten vonden dat er te weinig wetenschappelijke onderbouwing voor de test was, maar de Amerikaanse FDA keurde maar liefst 81 serologische tests goed en bloedbank Sanquin gebruikt de test om antistoffen te meten bij hun donoren.

Feit is dat er verschillende soorten serologische tests bestaan, waarbij het zaak is om eisen te stellen aan waar een test aan moet voldoen. De juiste tests meten antistoffen voor de lange termijn, neutraliserende IgG antistoffen. Het Haaglanden MC stelt bijvoorbeeld dat zij deze beste, meest doorontwikkelde serologische testin gebruik heeft. Commerciële labs bieden de test ook aan. Ze zijn een stuk goedkoper dan PCR-test.”

Goedgekeurd door de FDA en gebruikt door Nederlandse labs, is *bijvoorbeeld de Siemens Healthcare Diagnostics Atellica IM SARS-CoV-2 IgG test*, die de neutraliserende antistoffen meet.

“Met deze test zou het in principe kunnen, die meet voor ons als klinisch virologen wat er nodig is,” stelt Louis Kroes, hoogleraar klinische virologie aan het LUMC, in Technisch Weekblad. “Vele serologische testsystemen van gerenommeerde fabrikanten geven zeer goed gekalibreerde uitslagen. Het is daarbij theoretisch mogelijk een waarde en een beschermingsduur vast te stellen. Is iedere poging die iets bijdraagt om natuurlijke infecties te benutten niet welkom?”

Journalist Boris van Zonneveld

Boris van Zonneveld, de schrijver van het artikel in Technisch Weekblad, is journalist met specialisatie wetenschap & technologie. Hij schreef artikelen voor onder meer Elsevier Weekblad, Quest, KIJK, Technisch Weekblad en Bits&Chips. Ook entertainment artikelen verschenen in onder meer De Telegraaf, Nieuwe Revu, DJ Mag en Buma Stemra Magazine. Sinds zijn afstuderen in 2004 werkt hij fulltime als zelfstandig journalist voor verschillende opdrachtgevers. Inmiddels zijn er ruim

3600 artikelen van zijn hand gepubliceerd in kranten en tijdschriften. Ook heeft hij drie boeken geschreven.

Immunoloog Jona Walk

Van Zonneveld sprak voor het artikel in Technisch Weblad ook arts/immunoloog Jona Walk (Resident AIOS internal medicine / Translational researcher in immunology & infectious diseases). Jona Walk promoveerde op vaccin-immunologie. In het artikel zet zij vraagtekens bij het op voorhand uitsluiten van de serologische test voor het coronapaspoort om te kunnen reizen. “Ik vind het niet terecht om de serologische test buiten te sluiten als je wel een positieve PCR-test uit het afgelopen halfjaar of een vaccinatie accepteert. Dezelfde onzekerheden die je hebt bij serologie, bestaan ook rondom PCR-testen en uitslagen.” Ook Walk verwijst naar het bestaan van data die aantonen dat een doorgemaakte infectie beter beschermt dan vaccinatie. “Uit een publicatie in ‘s werelds toonaangevende wetenschappelijke tijdschrift Nature blijkt zelfs dat veel mensen die besmet raken, waarschijnlijk het grootste deel van hun leven antistoffen blijven aanmaken.” Op de vraag wat de reden is dat de Europese Commissie de antistoffentest vooralsnog niet wil opnemen in de green certificates, schrijft Van Zonneveld: “Eén van de overwegingen van de EU was de volgende, blijkt uit een document van de Europese Commissie: *‘Gebruik van Digital Green Certificates die zijn afgegeven op basis van positieve serologie kunnen impact hebben op de publieke houding ten opzichte van het relatieve belang van vaccinatie.’ Met andere woorden: men wil zoveel mogelijk mensen aan het vaccin krijgen.*”

Werner de Jonge

Een ander argument tegen de serologische antistoffen test is dat deze logistiek niet ingeregeld zou kunnen worden. In een reactie daarop op 7 sept. jl. op LinkedIn stelt Van Zonneveld: ‘Hoezo kan het logistiek niet? Je kunt bij heel veel labs op eigen kosten zo’n test doen, en het enige waar de overheid voor hoeft te zorgen, is een uploadmogelijkheid voor je certificaat naar de site van het ministerie van volksgezondheid. Zo gaat het in Israël ook. Of dat je huisarts de uitslag kan doorgeven. Maar de overheid wil dat niet.’

IT-expert Werner de Jonge reageert dat ‘de logistiek’ helemaal geen dealbreker hoeft te zijn. Hij is mede-oprichter van www.antistoffentest.nu. “Laat je het vaccin liever aan je voorbijgaan? En wil je ook geen PCR-tests? Maar je wilt wel je immuniteit aantonen? Maak dan een afspraak om je Covid-immuniteit te testen en deze vast te leggen in het gele vaccinatieboekje,” aldus De Jonge.

Kanttekeningen en conclusies

Een paar belangrijke kanttekening zijn hier voor de volledigheid op zijn plaats. Ze geven tevens aan hoe complex de materie is en laten concluderend zien, hoezeer de discussie eigenlijk zou moeten gaan over de veiligheid van het vaccin, natuurlijk opgebouwde immuniteit, het belang van een gezonde leefstijl en of we met z'n allen een testsamenleving moeten willen of niet.

- Het menselijk immuunsysteem werkt op verschillende manieren, het verkrijgen van antistoffen in het bloed is slechts één van de manieren om ziekte te voorkomen.
- Aan antistoffen in het bloed kun je niet zonder meer zien of iemand voldoende immuniteit heeft opgebouwd. T-cel immuniteit geeft betere garanties.
- Als er getest wordt en je bewijs moet aanleveren aan de hand van een PCR test in het afgelopen half jaar, dan is het niet meer dan redelijk om serologische antistoffentesten eveneens, alsnog, wettelijk te erkennen.
- Tenslotte twee vragen. De eerste is: wat is de toegevoegde waarde van een op den duur mogelijk onveilig vaccin, als natuurlijke immuniteit mogelijk beter beschermt? De tweede vraag is: willen we met z'n allen überhaupt een test-samenleving? Als het antwoord daarop 'ja' is, dan is een pleidooi voor het rechtsgeldig maken van de antistoffen test terecht. Als het antwoord 'nee' is, dan moeten we elkaar aanmoedigen om gezonder te leven en mensen die dat lastig vinden laagdrempelig ondersteunen met een gezondere leefstijl.

© De schrijfster van dit artikel Rosaline Ratering McDonald (Arnhem, 1962) is voormalig journaliste. Ze werkte onder meer voor Reed Business Information en was daarna als freelancer lid van de Nederlandse Vereniging voor Journalisten tot 2011. Ze is de oprichtster van opleidingsinstituut Gezond & Weldoen voor christen leefstijlcoaches (2013), CRKBO geregistreerd vakdocent leefstijl coaching, gediplomeerd voedingsdeskundige, KABIZ geregistreerd Stoppen Met Roken Coach en grondlegster van Leefstijlplan natuurlijk in balans (www.gezondeleefstijlcoach.nl). Ze is mede-oprichtster van Stichting Gratis Gezond (www.stichtinggratisgezond.nl). Samen met andere leefstijlprofessionals zet zij zich in voor een gezonde en rechtvaardige samenleving.

© De schrijfster van dit artikel Rosaline Ratering McDonald (Arnhem, 1962) is voormalig journaliste. Ze werkte onder meer voor Reed Business Information en was daarna als freelancer lid van de Nederlandse Vereniging voor Journalisten tot 2011. Ze is de oprichtster van opleidingsinstituut Gezond & Welzijn voor christen leefstijlcoaches (2013), CRKBO geregistreerd vakdocent leefstijl coaching , gediplomeerd voedingsdeskundige, KABIZ geregistreerd Stoppen Met Roken Coach en grondlegster van Leefstijlplan natuurlijk in balans (www.gezondeleefstijlcoach.nl). Ze is mede-oprichtster van Stichting Gratis Gezond (www.stichtinggratisgezond.nl). Samen met andere leefstijlprofessionals zet zij zich in voor een gezonde en rechtvaardige samenleving.