

A propos des "Objections" sur la thérapie à la Vitamine C

(OMNS 12 octobre 2010) À fortes doses, la vitamine C (acide ascorbique) arrête le rhume en quelques heures, la grippe en un jour ou deux et la pneumonie virale (douleur, fièvre, toux) en deux ou trois jours. (1) C'est un antihistaminique, un antiviral et un antitoxique très efficace. Il réduit l'inflammation et diminue la fièvre. Administré par voie intraveineuse, l'ascorbate tue les cellules cancéreuses sans nuire aux tissus sains. Nombre de personnes se demandent donc, face à de telles affirmations, pourquoi les professions médicales n'ont pas adopté la thérapie à la vitamine C à bras ouverts et reconnaissants.

Le principal obstacle à l'examen et à l'utilisation généralisée de cette technologie trop simple réside dans la conviction également répandue qu'il doit exister des dangers inconnus pour des dizaines de milliers de milligrammes d'acide ascorbique. Cependant, depuis que Fred R. Klenner, M.D. (2) a introduit le traitement au méga-ascorbate à la fin des années 1940, il a été suivi d'un bilan particulièrement sûr et extrêmement efficace.

Pourtant, pour certains, des questions demeurent. Voici des exemples de ce que les lecteurs ont demandé à OMNS à propos de la vitamine C:

2 000 mg / jour de vitamine C est-ce une mégadose ?

Il y a des décennies, Linus Pauling et Irwin Stone ont montré que la plupart des animaux produisent au moins autant (sinon plus) d'équivalent de poids corporel humain et par jour. (3,4)

Alors, pourquoi le gouvernement¹ a-t-il fixé la "limite supérieure tolérable" pour la vit.C à 2 000 mg / jour ?

La raison est peut-être l'ignorance. Selon les données nationales compilées par l'Association Américaine des Centres Antipoison, ni la vitamine C (ni l'utilisation de tout autre complément alimentaire) ne tue personne. (5)

La vitamine C endommage-t-elle l'ADN ?

Si la vitamine C endommage l'ADN, pourquoi la plupart des animaux produisent-ils (ne mangent pas, mais produisent) entre 2 000 et 10 000 milligrammes de vitamine C par équivalent de poids corporel humain par jour? L'évolution n'aurait jamais autant favorisé quoi que ce soit qui nuise au matériel génétique vital. Les globules blancs et les fluides reproducteurs masculins contiennent des quantités inhabituellement élevées d'ascorbate. Les systèmes vivants et reproducteurs aiment la vitamine C.

La vitamine C abaisse-t-elle le taux de sucre dans le sang, produit une carence en vitamine B-12, ou des anomalies congénitales ou une infertilité ?

La vitamine C ne provoque pas de malformations congénitales, ni d'infertilité, ni de fausse couche. "Les effets nocifs ont été attribués à tort à la vitamine C, notamment à l'hypoglycémie, au scorbut,

¹Gouvernement USA

à la stérilité, à la mutagenèse et à la destruction de la vitamine B-12. Les professionnels de la santé devraient reconnaître que la vitamine C ne produit pas ces effets." (6)

Est-ce que la Vitamine C fait ... ?

Un essai randomisé de 3000 mg de vitamine C par jour, à double insu et contrôlé par placebo, pendant 14 jours, a révélé une plus grande fréquence des rapports sexuels. Le groupe vitamine C (mais non le groupe placebo) a également connu une diminution quantifiable de la dépression. Ceci est probablement dû au fait que la vitamine C "module l'activité des catécholamines, diminue la réactivité au stress, approche l'anxiété et la libération de prolactine, améliore la fonction vasculaire et augmente la libération d'ocytocine. Ces processus sont pertinents pour le comportement et l'humeur sexuels". (7)

La Vitamine C cause-t-elle le formation de lithiase rénale ?

Non ! Le mythe de la pierre au rein causée par la vitamine C n'a d'égal que la popularité du monstre du Loch Ness. Les médias médicaux fous oublient souvent le fait que William J. McCormick, M.D., a démontré que la vitamine C empêche en fait la formation de calculs rénaux. Il l'a fait en 1946, lorsqu'il a publié un article sur le sujet. (8) Son travail a été confirmé par le professeur de médecine de l'Université de l'Alabama, Emanuel Cheraskin, M.D. Le Dr Cheraskin a montré que la vitamine C inhibait la formation de calculs d'oxalate. (9)

D'autres recherches indiquent que: «Même si une certaine partie de l'oxalate dans l'urine provient de l'acide ascorbique métabolisé, la prise de fortes doses de vitamine C n'augmente pas le risque de calculs rénaux d'oxalate de calcium. Selon l'étude de suivi sur les futurs professionnels de la santé de Harvard, les groupes du quintile supérieur ayant consommé de la vitamine C (plus de 1 500 mg / jour) présentaient un risque moins élevé de calculs rénaux que les groupes des quintiles inférieurs. " (10)

Le Dr Robert F. Cathcart a déclaré: "J'ai commencé à utiliser la vitamine C en doses massives chez des patients en 1969. A l'instant de la lecture que l'ascorbate causerait des calculs rénaux, j'avais l'évidence clinique qu'il ne causait pas de calculs rénaux. Aussi j'ai continué à prescrire des doses massives aux patients. Jusqu'en 2006, j'estime que j'ai soumis 25 000 patients à des doses massives de vitamine C et aucun n'a développé de calculs rénaux. Deux patients qui avaient laissé tomber leurs doses à 500 mg par jour, ont développé des calculs d'oxalate. Je les ai fait revenir à leur programme de doses plus massives, en ajoutant du magnésium et de la vitamine B6, et sans plus aucun calcul rénal. Je pense qu'ils ont développé ces calculs parce qu'ils ne prenaient pas assez de vitamine C. "

Pourquoi Linus Pauling est-il mort du cancer alors qu'il consommait tant de vitamine C ?

Linus Pauling, Ph.D., défenseur des mégadoses de vitamine C, est décédé du cancer de la prostate en 1994. Charles G. Moertel, chercheur en oncologie à la Mayo Clinic, détracteur de Pauling et de la vitamine C, est également décédé en 1994, et aussi d'un cancer (lymphome). Le Dr Moertel avait 66 ans. Le docteur Pauling en avait 93 ans. Il faut se faire une idée quant à savoir si cela apporte ou non un bénéfice de la part de la vitamine C.

Une revue de ce sujet indique que "la carence en vitamine C est fréquente chez les patients atteints d'un cancer à un stade avancé ... Les patients présentant de faibles concentrations plasmatiques de vitamine C ont une survie plus courte". (11)

La vitamine C rétrécit-elle les artères ou provoque-t-elle l'athérosclérose ?

Abram Hoffer, MD, a déclaré: "J'ai utilisé la vitamine C en mégadoses chez mes patients depuis 1952 et je n'ai vu aucun cas de maladie cardiaque se développer, même après des décennies d'usage ». Le Dr Robert Cathcart, avec l'expérience de plus de 25 000 patients depuis 1969. n'a observé aucun cas de maladie cardiaque chez des patients qui n'en avaient pas lors de leur première visite. Il ajoutait que l'épaississement des parois des vaisseaux, si c'est vrai, indique que l'amincissement survenant avec l'âge, est inversé ... Le fait est que la vitamine C **diminue** la formation de plaques (athéromateuses) d'après de nombreuses études cliniques, Certains critiques ignorent la connaissance selon laquelle des parois artérielles épaissies, en l'absence de formation de plaque, indiquent que les parois deviennent plus fortes et donc moins susceptibles de se rompre ... Gokce, Keaney, Frei et al. ont donné de la vitamine C à des patients, tous les jours pendant trente jours et ont mesuré le flux sanguin dans les artères. Le flux sanguin **a augmenté de près de 50 %** après une dose unique, et qui s'est maintenu après le traitement mensuel. (12).

"

Qu'en est-il de la pression sanguine ?

Une étude randomisée, à double insu et contrôlée par placebo a montré que les patients hypertendus prenant un supplément de vitamine C avaient une pression artérielle plus basse. (13)

Alors, pourquoi ce foisonnement à l'encontre de la-vitamine C, rapporté par les médias ?

Les nouvelles négatives attirent l'attention. Les nouvelles négatives font vendre les journaux et les magazines, et attirent des tas de téléspectateurs. Les études positives sur les **médicaments** font évidemment la une des journaux. Les études positives sur les vitamines ne le font pas. Est-ce un complot ? C'est à dire apercevoir des gens sans scrupules assis autour d'une table dans l'ombre d'une chambre sombre ? Bien sûr que non. Il s'agit néanmoins d'un énorme problème de santé publique aux conséquences énormes.

150 millions d'Américains prennent des suppléments de vitamine C chaque jour. C'est autant une question politique qu'une question scientifique. Que se passerait-il si tout le monde prenait des vitamines ? Peut-être que des médecins, des administrateurs d'hôpitaux et des vendeurs de produits pharmaceutiques feraient la file pour avoir leurs chèques de chômage.

Un sceptique pourrait conclure qu'il existe au moins certaines preuves que les politiciens sont du mauvais côté de la situation. Après tout, l'AJR² aux États-Unis de la vitamine C chez l'homme ne représente que 10% de la norme américaine USDA³ relative à la vitamine C pour le cochon d'Inde. (14) Mais un complot contre la médecine nutritionnelle? Certainement pas. Ça ne se pourrait pas

Bibliographie

(1) Cathcart RF. Vitamin C, titration to bowel tolerance, anascorbemia, and acute induced scurvy." Medical Hypothesis 7:1359-1376, 1981. <http://www.doctoryourself.com/titration.html>

² Apport Journalier Recommandé

³ United States Department of Agriculture

Voir aussi @ : <http://orthomolecular.org/resources/omns/v05n09.shtml> (vit. C as antiviral) et (Quantité et Fréquence : clés de la thérapie à la vit.C @ <http://orthomolecular.org/resources/omns/v05n11.shtml>

(2) Saul AW. Hidden in plain sight: the pioneering work of Frederick Robert Klenner, M.D. J Orthomolecular Med, 2007. Vol 22, No 1, p 31-38.

<http://www.doctoryourself.com/klennerbio.html> and <http://orthomolecular.org/hof/2005/fklenner.html>

Dr. F.R. Klenner's Clinical Guide to the Use of Vitamin C is posted in its entirety at http://www.seanet.com/~alexs/ascorbate/198x/smith-lh-clinical_guide_1988.htm

(3) Pauling L. How to Live Longer and Feel Better. Corvallis, OR: Oregon State University Press, 2006. Reviewed at <http://www.doctoryourself.com/livelonger.html> . Linus Pauling's complete vitamin and nutrition bibliography is posted at http://www.doctoryourself.com/biblio_pauling_ortho.html

(4) The complete text of Irwin Stone's book The Healing Factor is posted for free reading at <http://vitaminfoundation.org/stone/>

(5) Pas de mortalité dues aux Vitamines, Minéraux, Acides aminés ou aux Plantes <http://orthomolecular.org/resources/omns/v06n04.shtml>

(6) Levine M et al. JAMA, April 21, 1999. Vol 281, No 15, p 1419.

(7) High-dose ascorbic acid increases intercourse frequency and improves mood: a randomized controlled clinical trial. Brody S. Biol Psychiatry 2002 Aug 15; 52(4):371-4.

(8) McCormick WJ. Lithogenesis and hypovitaminosis. Medical Record, 1946. 159:7, July, p 410-413.

(9) Cheraskin E, Ringsdorf, Jr. M and Sisley E. The Vitamin C Connection: Getting Well and Staying Well with Vitamin C. New York: Harper and Row, 1983. Also paperback, 1984: New York, Bantam Books. "Vitamin C in the urine tends to bind calcium and decrease its free form. This means less chance of calcium's separating out as calcium oxalate (stones)." [page 213] See also: Ringsdorf WM Jr, Cheraskin E. Nutritional aspects of urolithiasis. South Med J. 1981 Jan;74(1):41-3, 46.

(10) Gerster H. No contribution of ascorbic acid to renal calcium oxalate stones. Ann Nutr Metab. 1997;41(5):269-82. See also: <http://orthomolecular.org/resources/omns/v01n07.shtml>

(11) Mayland CR, Bennett MI, Allan K. Vitamin C deficiency in cancer patients. Palliat Med. 2005 Jan;19(1):17-20. Voir aussi :

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v01n09.shtml> and <http://orthomolecular.org/resources/omns/v04n19.shtml>

(12) Free full text paper de Noyan Gokce , John F. Keaney Jr et al., at <http://circ.ahajournals.org/cgi/reprint/99/25/3234>

Voir aussi *Vitamin C and Cardiovascular Disease* @

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v06n20.shtml> ,

et *Vitamin C saves Lives* @ <http://orthomolecular.org/resources/omns/v01n02.shtml>

(13) Duffy SJ, Gokce N, Holbrook M, Huang A, Frei B, Keaney JF Jr, Vita JA. Treatment of hypertension with ascorbic acid. Lancet. 1999 Dec 11;354(9195):2048-9.

(14) *Êtes-vous en meilleure santé que l 'animal de laboratoire ?*

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v06n08.shtml>