

Per approfondire: [www.casasalute.it](http://www.casasalute.it)

## WWW.DISINFORMAZIONE.IT

### Oltre la Verità Ufficiale

[Home Page](#) - [Contatti](#) - [La libreria](#) - [Link](#) - [Cerca nel sito](#) - [Pubblicità nel sito](#) - [Sostenitori](#)

- [Pagina vitamine](#)

Questo articolo può essere diffuso liberamente posto che 1) sia riportata una chiara attribuzione all'*Orthomolecular Medicine News Service*, 2) che siano riportati sia il link per la sottoscrizione gratuita alle news dell'OMNS subscription <http://orthomolecular.org/subscribe.html> che il link all'archivio dell'OMNS <http://orthomolecular.org/resources/omns/index.shtml>.

---

Orthomolecular Medicine News Service, 15 Dicembre, 2009

## Usare la "C" come cura: quantità e frequenza sono le Chiavi per la Terapia con Ascorbato

Di Andrew W. Saul - Redattore capo, Orthomolecular Medicine News Service

(OMNS, 15 Dicembre, 2009 ) Cos'ha una piccola molecola levogira, sei atomi di carbonio, sei di ossigeno e otto di idrogeno, da inquietare così tante persone della comunità medica? Forse ha a che fare con casi come questo: Ray, professionista in campo sanitario di mia conoscenza, aveva un bimbo di 11 mesi che era molto malato da più di una settimana. In famiglia nessuno, proprio nessuno, riusciva più a dormire da giorni. Restavano svegli, notte dopo notte assieme a questo bambino, che aveva febbre alta, occhi lucidi e colanti, una grande quantità di muco denso e respiro affannoso. Il bimbo non riusciva a dormire, e faceva poco altro che piangere. Era sotto le cure di un pediatra, il quale, negli undici mesi fino allora trascorsi in terra, gli aveva già prescritto dodici cicli di alcuni antibiotici molti seri. Per Ray era fin troppo apparente che questi non funzionassero e, mosso dalla disperazione, decise di provare qualcosa che in precedenza gli era stato detto di non tentare: ascorbato orale in quantità fino alla tolleranza intestinale. Ray e sua moglie diedero al loro bimbo vitamina C all'incirca ogni 15 minuti. Come risultato, il bambino migliorò notevolmente nel giro di poche ore e dormì tutta la notte. Le dosi frequenti continuarono e il bimbo si ristabilì del tutto in meno di 48 ore. Ray calcolò che il bambino aveva ricevuto unicamente poco più di 2.000 mg di vitamina C per chilogrammo di peso corporeo al giorno. Ciò è anche di più di quello che l'esperto della vitamina C, il dott. Frederick Robert Klenner, prescriveva abitualmente ai pazienti malati. E' rimarchevole che, a 20.000 milligrammi di vitamina C/giorno, quel bimbo non presentasse mai diarrea. (1)

Con un corpo così minuto, potreste meravigliarvi e chiedervi dove andasse a finire tutto l'ascorbato dato al bimbo. Naturalmente è opinione di quelli che promulgano la quantità RDA negli Stati Uniti, e relativa mitologia nutrizionale, che quasi tutta quella vitamina C finisse inutilmente nel water. Ray e sua moglie ve la racconterebbero diversamente. Vi direbbero che il loro bimbo ammalato l'ha assorbita come una spugna, e poi si è prontamente ripreso. Ognuno scelga la risposta che gli aggrada maggiormente.

### Quantità della Dose

Il dott. Frederick Robert Klenner ricevette il suo titolo MD (dottore in medicina) alla Duke University School di Medicina e in seguito divenne specialista delle malattie toraciche. (2) Una

sintesi utilizzabile dell'uso terapeutico della vitamina C fatto dal dott. Klenner è di 350 milligrammi di vitamina C per chilogrammo di peso corporeo al giorno (350 mg/kg/die), suddiviso in dosi. (3) Ciò si traduce in:

mg of Vitamin "C"	Body Weight	Number of Doses	Amount per dose
35,000 mg	100 kg	17-18	2,000 mg
18,000 mg	50 kg	18	1,000 mg
9,000 mg	25 kg	18	500 mg
4,500 mg	12,5 kg	9	500 mg
2,300 mg	6,25 kg	9	250 mg
1,200 mg	3 kg	9	130 - 135 mg

Sebbene queste quantità possano apparire elevate, il *dott. Klenner in effettivo ne adoperò fino a quattro volte tanto per diverse malattie virali severe*, somministrate con iniezione. Le dosi orali sopra riportate sono, per il dottore, relativamente modeste.

### Frequenza della Dose

Per coloro che non possono ottenere vitamina C endovena, è essenziale porre un'attenzione particolare a uno degli aspetti più importanti della terapia con vitamina C: **dividere la dose aumenta l'assorbimento e la ritenzione della vitamina C**. Dosi elevate di vitamina C implicano livelli sanguigni di vitamina più elevati, e suddividere le dosi orali mantiene quei livelli elevati. Anche se all'inizio appaiono quasi troppo ovvi per essere menzionati esplicitamente, questi sono concetti non auto-evidenti. Molti siti web medici e raccomandazioni dietetiche delle autorità continuano a ignorarli. Hilary Roberts, PhD, scrive: "Le persone stressate e anche poco ammalate possono tollerare 1.000 volte più vitamina C, e ciò implica un cambio della biochimica che è stato ignorato nello stabilire la RDA. Fissando la RDA, si è data grande importanza ai rischi, mai sostanziali, di prendere troppa vitamina C, mentre i rischi di non prenderne abbastanza sono stati ignorati. Gli scienziati reali sanno che 'nessuna evidenza scientifica' è un'espressione fantasiosa per dire 'quest'idea non ci piace.'" (4)

E ci sono parecchie evidenze di cui dispiacersi. La vitamina C, in dosi molto elevate, è stata impiegata con successo per curare dozzine di malattie (5), con letteratura *peer-reviewed* pubblicata durante gli ultimi 60 anni. Pertanto, l'efficacia e la sicurezza della terapia con vitamina C in megadosi dovrebbe, ormai, essere notizia vecchia. Invece non finisco mai di sorprendermi del numero di persone che rimangono all'oscuro di come la vitamina C sia il miglior antibiotico ad ampio spettro, antistaminico, antitossico e la miglior sostanza antivirale che esista. Analogamente sorprendente è la facilità con la quale alcune persone, per lo più nella professione medica, e praticamente tutti i media sono stati convinti che, in qualche modo, la vitamina C sarebbe non solo inefficace ma anche proprio pericolosa.

### Pregiudizio contro l'Ascorbato Terapia

Quando prendete in mano un libro di nutrizione o di salute e volete sapere in tutta fretta se sia buono oppure no, basta vedere se l'indice contiene la voce "Klenner" e tre altri nomi chiave: Cathcart, Stone e Pauling. Robert F. Cathcart, un chirurgo ortopedico, ha somministrato dosi elevate di vitamina C a decine di migliaia di pazienti per decenni (6), senza riferire nemmeno di un singolo calcolo renale. Irwin Stone, il biochimico che per primo introdusse Linus Pauling alla vitamina C, è l'autore di *The Healing Factor: Vitamin C against Disease*. (7) Pauling cita Stone tredici volte nel suo libro fondamentale *How to Live Longer and Feel Better* (8), raccomandato, se ce ne fosse

bisogno. L'importanza del potere della vitamina C contro le malattie infettive e croniche è straordinaria. Per me, trascurarla, è equivalente a omettere Shakespeare da un corso di letteratura inglese.

A causa di questo pregiudizio, la maniera principale attraverso cui i pazienti (e attraverso loro, i loro medici) sono arrivati in contatto col lavoro del dott. Klenner è stato attraverso il libro di 68 pagine del dott. Lendon Smith *Clinical Guide to the Use of Vitamin C: The Clinical Experiences of Frederick R. Klenner, M.D.* (9) Dopo la scoperta di questo libro, uno dei miei studenti presentò una ricerca in un altro corso dibattendo un notevole numero di referenze mediche che aveva scovato sull'uso della vitamina C come cura per la poliomielite. L'insegnante di quel corso mi confidò in privato come il lavoro dello studente fosse assurdo, e lo descrisse letteralmente come un "dial tone." (10) Mi ricordo di una presentazione nutrizionale che feci allo staff di un ospedale. Stava andando tutto bene fino a quando menzionai l'uso della vitamina C come antibiotico, come faceva il dott. Klenner. L'atmosfera cambiò subito. E quanti di noi hanno sentito questo vecchio stereotipo: "Se la vitamina C fosse così buona, ogni dottore la prescriverebbe!"

Il cardiologo Thomas Levy, MD, spiega: "Non ho trovato nessun ricercatore medico convenzionale che abbia effettuato qualche studio clinico su qualche malattia infettiva impiegando dosi di vitamina C comparabili a quelle usate da Klenner. Qualsiasi agente terapeutico, se usato in dose abbastanza piccola, dimostrerà poco o nessun effetto su un processo infettivo o una malattia." (11)

### Dosi Preventive

Il dott. Klenner raccomandava dosi preventive tra 10.000 e 15.000 mg/die. Consigliava ai genitori di dare ai loro bambini tanti grammi di vitamina C per quanti anni avevano ( 1 g = 1.000 mg). Cioè 2.000 mg/die per un bambino di due anni, 9.000 mg/die per uno di nove, e per bambini più grandi raggiungere un tetto di circa 10.000 mg/die. Per quanto mi riguarda, dico solo, "Prendete abbastanza C da essere senza sintomi, di qualsiasi quantità si tratti." Per la mia famiglia ha funzionato. Ho cresciuto i miei figli fino al college e non hanno mai assunto una dose di antibiotico. Neanche una volta .

E' ormai tempo che i professionisti medici accettino di buon grado la vitamina C in megadosi e il suo potere di curare gli ammalati. Cura è, di molto, la miglior parola che esista nella medicina. Sembra che non si possa dire "cura" senza "C." Non penso che il dott. Klenner avrebbe qualcosa da ridire.

(Andrew W. Saul insegna nutrizione, scienza della salute e biologia cellulare per i college, e ha vinto tre fellowship come insegnante del New York State. E' autore di *Doctor Yourself* e *Fire Your Doctor!* (Trad.it. *Fire your doctor - Ottieni la buona salute in maniera indipendente*, Ed.Macro, 2009) e, con il dott. Abram Hoffer, coautore di *Orthomolecular Medicine for Everyone* e *The Vitamin Cure for Alcoholism*. Saul è apparso nel documentario *Food Matters*.)

### References:

(1) La tolleranza intestinale come indicatrice della saturazione della vitamina C è discussa dal dott. RF Cathcart in <http://www.doctoryourself.com/titration.html> e [http://www.doctoryourself.com/cathcart\\_thirdface.html](http://www.doctoryourself.com/cathcart_thirdface.html)

(2) Per ulteriori informazioni sulla vita e sul lavoro del dott. Klenner:

<http://www.doctoryourself.com/klennerbio.html>

(3) Klenner FR. The significance of high daily intake of ascorbic acid in preventive medicine, p 51-59, in: *A Physician's Handbook on Orthomolecular Medicine*, Third Edition, Roger Williams, PhD, ed. Keats, 1979.

(4) Hickey S and Roberts H. *Ascorbate: The science of vitamin C*. 2004. ISBN 1-4116-0724-4 .

Morrisville , NC : Lulu.

(5) <http://www.doctoryourself.com/vitaminc.html>

(6) [http://www.doctoryourself.com/biblio\\_cathcart.html](http://www.doctoryourself.com/biblio_cathcart.html)

(7) Il testo completo del libro di Irwin Stone *The Healing Factor* è liberamente accessibile su <http://vitamincfoundation.org/stone/>

(8) Pauling L. *How to Live Longer and Feel Better*, revised edition, 2006. ISBN-13: 9780870710964 . Commentato su <http://www.doctoryourself.com/livelonger.html>

(9) Il testo completo dello scritto del dott. Frederick R. Klenner *Clinical Guide to the Use of Vitamin C* è liberamente accessibile su [http://www.seanet.com/~alexs/ascorbate/198x/smith-lh-clinical\\_guide\\_1988.htm](http://www.seanet.com/~alexs/ascorbate/198x/smith-lh-clinical_guide_1988.htm)

(10) N.d.t. Segnale di linea libera, per indicare nessun contenuto informativo trasmesso.

(11) Levy TE. *Vitamin C, Infectious Diseases, and Toxins: Curing the Incurable*. Livon Books, 2002. ISBN: 1-4010-6963-0 and 978-1-4010-6963-6 - Trad.it Vitamina C, Malattie infettive e tossine, Ed Macro, 2006

Tradotto per [www.disinformazione.it](http://www.disinformazione.it) da Stefano Pravato



[www.disinformazione.it](http://www.disinformazione.it)