

# **La Vitamine C prévient les Effets secondaires de la Vaccination – Elle accroît son efficacité**

**par Thomas E Levy, MD, JD (Juris Doctor)**

(OMNS, 14 février 2012) L'administration systématique de vaccins continue à faire l'objet de controverses aux États-Unis, ainsi que dans le monde entier. Les parents qui veulent le meilleur pour leurs bébés et leurs enfants continuent d'être confrontés à des décisions qu'ils craignent de nuire à leurs enfants si elles sont prises de manière incorrecte. La controverse sur les dommages potentiels de la vaccination ou de la non-vaccination ne sera pas résolue à la satisfaction de toutes les parties dans un avenir proche, si tant est qu'elle le soit. Ce bref rapport vise à offrir quelques informations pratiques aux pédiatres et aux parents qui souhaitent la meilleure santé à long terme pour leurs patients et leurs enfants, quels que soient leurs sentiments sur le sujet de la vaccination en général.

Si la fréquence à laquelle une vaccination peut avoir un résultat négatif semble faire l'objet d'une grande controverse, il n'y a guère de controverse sur le fait qu'au moins dans certains cas les vaccins causent des dommages. La question qui se pose alors est de savoir s'il est possible de faire quelque chose pour minimiser, voire éliminer, l'infliction de tels dommages, même s'ils peuvent survenir de temps en temps.

## **Causes des effets secondaires de la vaccination**

Lorsque les vaccins ont des effets secondaires et des réactions indésirables, ces résultats sont souvent classés comme résultant de réactions allergiques ou d'une interaction négative avec un système immunitaire affaibli. Si l'un ou l'autre de ces types de réactions peut être évité par la suite lorsqu'il existe des antécédents de mauvaises réactions survenues au moins une fois dans le passé à la suite d'une vaccination, il est vital d'essayer d'éviter de rencontrer un résultat négatif lors de la première administration des vaccins.

Étant donné que toutes les toxines, les effets toxiques, les réactions allergiques importantes et les compromis immunitaires induits ont pour dénominateur commun final de provoquer et/ou d'entraîner l'oxydation de biomolécules vitales, la vitamine C, antioxydante, s'est avérée être l'antidote non spécifique ultime contre toute toxine ou tout stress oxydatif excessif. Bien que la toxicité inhérente des antigènes que de nombreux vaccins présentent pour le système immunitaire des personnes vaccinées soit également très controversée, il ne fait aucun doute, par exemple, que le thimérosal, un agent de conservation contenant du mercure, est hautement toxique lorsqu'il est présent en quantités importantes. Cela pose donc la question : Plutôt que de discuter de la toxicité infinitésimale, minimale, modérée ou importante associée aux quantités de thimérosal ou d'autres composants potentiellement toxiques actuellement utilisés dans les vaccins, pourquoi ne pas simplement neutraliser toute toxicité présente de manière aussi complète et définitive que possible ?

## **La vitamine C est une puissante antitoxine**

Outre ses propriétés antitoxiques générales (Levy, 2002), il a été démontré que la vitamine C est très efficace pour neutraliser la nature toxique du mercure sous toutes ses formes chimiques. Dans des

études sur les animaux, la vitamine C peut prévenir la mort d'animaux ayant reçu des doses de chlorure de mercure autrement mortelles (Mokranjac et Petrovic, 1964). La présence de vitamine C à bord avant l'exposition au mercure a permis d'éviter les lésions rénales que le mercure causait habituellement (Carroll et al., 1965). La vitamine C a également bloqué l'effet fatal du cyanure de mercure (Vauthey, 1951). Il a été démontré que même les formes organiques très toxiques du mercure sont efficacement détoxifiées par la vitamine C (Gage, 1975).

## **La vitamine C améliore l'efficacité des vaccins**

Rien que pour des raisons de toxicité potentielle, il ne semble donc y avoir aucune bonne raison de ne pas pré et post-supplémenter un nourrisson ou un enfant avec une certaine quantité de vitamine C pour minimiser ou bloquer la toxicité qui pourrait en affecter quelques-uns de manière significative. Cependant, il existe une autre raison impérieuse de faire de la vitamine C une partie intégrante de tout protocole de vaccination : Il a été prouvé que la vitamine C augmente la réponse des anticorps du système immunitaire (Prinz et al., 1977 ; Vallance, 1977 ; Prinz et al., 1980 ; Feigen et al., 1982 ; Li et Lovell, 1985 ; Amakye-Anim et al., 2000 ; Wu et al., 2000 ; Lauridsen et Jensen, 2005 ; Azad et al., 2007). Comme l'objectif de toute vaccination est de stimuler une réponse anticorps maximale aux antigènes du vaccin tout en causant des dommages toxiques minimes ou nuls aux personnes vaccinées les plus sensibles, il ne semble pas y avoir de raison médicalement valable de ne pas faire de la vitamine C une partie de tous les protocoles de vaccination. Sauf chez les personnes souffrant d'une insuffisance rénale importante et avérée, la vitamine C est sans doute le nutriment le plus sûr de tous ceux qui peuvent être administrés, en particulier dans les quantités mentionnées ci-dessous. Contrairement à pratiquement tous les médicaments délivrés sur ordonnance et à certains compléments, la vitamine C ne s'est jamais avérée avoir un niveau de dosage au-dessus duquel on peut s'attendre à ce qu'elle présente une quelconque toxicité.

## **La vitamine C réduit la mortalité chez les nourrissons et les enfants vaccinés**

Kalokerinos (1974) a démontré à plusieurs reprises et de manière assez concluante que les nourrissons et les enfants aborigènes, un groupe dont le taux de mortalité après vaccination est exceptionnellement élevé, étaient presque entièrement protégés contre ce résultat en leur administrant de la vitamine C avant et après les vaccinations. La raison de ce taux de mortalité élevé était le régime alimentaire exceptionnellement pauvre en vitamine C et proche du scorbut, qui était courant dans la communauté aborigène. Cela démontre également qu'avec une meilleure nutrition aux États-Unis et ailleurs dans le monde, les doses de vitamine C suggérées devraient donner une protection absolue contre la mort (essentiellement un scorbut aigu induit par une toxine) et une protection presque absolue contre les résultats moins toxiques de toute vaccination administrée. Il ne semble certainement pas y avoir de raison logique de ne pas donner une substance non toxique connue pour neutraliser la toxicité et stimuler la production d'anticorps, ce qui est le but même de l'administration d'un vaccin.

## **Informations sur le dosage pour les pédiatres et les parents**

Dans la pratique, comment le pédiatre ou le parent doit-il procéder ? Pour une stimulation optimale des anticorps et une protection contre les toxines, il serait préférable de doser pendant trois à cinq jours avant la ou les piqûres et de continuer pendant au moins deux à trois jours après la piqûre. Pour les nourrissons et les très jeunes enfants, l'administration d'une dose de 1 000 mg de vitamine

C encapsulée dans des liposomes serait à la fois la plus facile et la meilleure, car la nature gélifiée de cette forme de vitamine C permet de la mélanger facilement à du yaourt ou à tout autre aliment appétissant, et l'absorption proximale complète des liposomes éviterait d'éventuelles selles molles ou d'autres effets intestinaux indésirables.

La vitamine C sous forme de poudre d'ascorbate de sodium fonctionne également bien. Les nourrissons de moins de 4,5 Kg peuvent en prendre 500 mg par jour dans certains jus de fruits, tandis que les bébés de 4,5 à 9 Kg peuvent en prendre entre 500 mg et 1 000 mg au total par jour, en doses fractionnées. Les enfants plus âgés peuvent prendre 1 000 mg par jour par année de vie (5 000 mg pour un enfant de 5 ans, par exemple, en doses fractionnées). S'il faut éviter le sodium, l'ascorbate de calcium est bien toléré et, comme l'ascorbate de sodium, il est non acide. Certaines vitamines à croquer pour enfants, mais pas toutes, sont fabriquées avec de l'ascorbate de calcium. Veillez à bien lire l'étiquette. Donner de la vitamine C en doses fractionnées, tout au long de la journée, améliore l'absorption et la tolérance. En grandissant, les enfants peuvent plus facilement supporter la forme acide ascorbique de la vitamine C, surtout si elle est administrée avec les repas. Pour tout enfant présentant une sensibilité intestinale importante, on peut soit utiliser de la vitamine C encapsulée dans des liposomes, soit réduire la quantité de vitamine C régulière à une quantité facilement tolérée.

Des considérations très similaires existent pour les personnes plus âgées qui reçoivent l'un des nombreux vaccins de prévention des infections, comme le vaccin annuel contre la grippe. Lorsqu'il n'y a pas vraiment d'urgence, et c'est rarement le cas, ces personnes doivent prendre un complément de vitamine C pendant plusieurs semaines avant et plusieurs semaines après, si possible.

Même une dose unique de vitamine C dans la fourchette de dosage suggérée ci-dessus, prise directement avant les injections, peut avoir un effet significatif de neutralisation des toxines et de stimulation des anticorps. Mais la probabilité d'obtenir un résultat positif est encore plus grande si l'on prolonge la période précédant et suivant l'injection.

*(Thomas Levy, MD, JD est un cardiologue certifié et admis au barreau du Colorado et du district de Colombie. Il est l'auteur de plusieurs livres sur la vitamine C ainsi que de nombreux articles. En guise de clause de non-responsabilité, il est consultant pour une société qui vend une marque de vitamine C encapsulée dans des liposomes. Une conférence sur la vitamine C donnée par le Dr Levy peut être consultée à l'adresse suivante : <http://www.youtube.com/watch?v=k0GC9Fq8lfg>)*

## **References:**

Amakye-Anim, J., T. Lin, P. Hester, et al. (2000) Ascorbic acid supplementation improved antibody response to infectious bursal disease vaccination in chickens. *Poultry Science* 79:680-688

Azad, I., J. Dayal, M. Poornima, and S. Ali (2007) Supra dietary levels of vitamins C and E enhance antibody production and immune memory in juvenile milkfish, *Chanos chanos* (Forsskal) to formalin-killed *Vibrio vulnificus*. *Fish & Shellfish Immunology* 23:154-163

Carroll, R., K. Kovacs, and E. Tapp (1965) Protection against mercuric chloride poisoning of the rat kidney. *Arzneimittelforschung* 15:1361-1363

- Feigen, G., B. Smith, C. Dix, et al. (1982) Enhancement of antibody production and protection against systemic anaphylaxis by large doses of vitamin C. *Research Communications in Chemical Pathology and Pharmacology* 38:313-333
- Gage, J. (1975) Mechanisms for the biodegradation of organic mercury compounds: the actions of ascorbate and of soluble proteins. *Toxicology and Applied Pharmacology* 32:225-238
- Kalokerinos, A. (1974) *Every Second Child*. New Canaan, CT: Keats Publishing, Inc.
- Lauridsen, C. and S. Jensen (2005) Influence of supplementation of all-rac-alpha-tocopheryl acetate preweaning and vitamin C postweaning on alpha-tocopherol and immune responses in piglets. *Journal of Animal Science* 83:1274-1286
- Levy, T. (2004) *Curing the Incurable. Vitamin C, Infectious Diseases, and Toxins*. Henderson, NV: MedFox Publishing
- Li, Y. and R. Lovell (1985) Elevated levels of dietary ascorbic acid increase immune responses in channel catfish. *The Journal of Nutrition* 115:123-131
- Mokranjac, M. and C. Petrovic (1964) Vitamin C as an antidote in poisoning by fatal doses of mercury. *Comptes Rendus Hebdomadaires des Seances de l'Academie des Sciences* 258:1341-1342
- Prinz, W., R. Bortz, B. Bregin, and M. Hersch (1977) The effect of ascorbic acid supplementation on some parameters of the human immunological defence system. *International Journal for Vitamin and Nutrition Research* 47:2248-257
- Prinz, W., J. Bloch, G., G. Gilich, and G. Mitchell (1980) A systematic study of the effect of vitamin C supplementation on the humoral immune response in ascorbate-dependent mammals. I. The antibody response to sheep red blood cells (a T-dependent antigen) in guinea pigs. *International Journal for Vitamin and Nutrition Research* 50:294-300
- Vallance, S. (1977) Relationships between ascorbic acid and serum proteins of the immune system. *British Medical Journal* 2:437-438
- Vauthey, M. (1951) Protective effect of vitamin C against poisons. *Praxis (Bern)* 40:284-286
- Wu, C., T. Dorairajan, and T. Lin (2000) Effect of ascorbic acid supplementation on the immune response of chickens vaccinated and challenged with infectious bursal disease virus. *Veterinary Immunology and Immunopathology* 74:145-152