

PARA LIBERAÇÃO IMEDIATA

Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular, 1º de fevereiro de 2022

Como o COVID me ajudou a recuperar a boa saúde

Editorial por Thomas E. Levy, MD, JD

OMNS (1 de fevereiro de 2022) A maioria das pessoas verdadeiramente saudáveis não percebem que são saudáveis, especialmente se nunca tiveram uma doença crônica ou infecção significativa. E essa é uma reação normal a ser saudável. Você apenas aproveita a vida sem se concentrar em várias maneiras pelas quais pode acabar se tornando insalubre. Alguém que nunca sofreu com dores de cabeça não vai se maravilhar por não ter dor de cabeça. Alguém que nunca teve azia depois de uma cerveja e pizza não vai se maravilhar com o quão bom seu estômago e intestino se sentirão depois. A pessoa que é completamente saudável e sempre foi assim, que aprecia o quão preciosa é a saúde e que trabalha duro para fazer todo o possível para se manter saudável é o mais raro dos indivíduos. A maioria das pessoas que está trabalhando duro para se manter saudável já esteve significativamente doente no passado, e eles não têm nenhum desejo de adoecer novamente. É da natureza humana perceber e se concentrar em se sentir mal, não em celebrar o sentimento de bem.

Nunca me considere excepcionalmente saudável ou doente. Mas sempre senti que, por qualquer motivo, meu sistema imunológico não estava perto de funcionar de maneira ideal em nenhum momento da minha vida. "Febre do feno", espirros, coriza e tosse por gotejamento posnasal estão comigo desde os 7 ou 8 anos (tenho 71 anos no momento em que escrevo este livro). anti-histamínico no qual confiei para o alívio dos sintomas literalmente por toda a minha vida (há muito tempo disponível sem receita médica). Mesmo sabendo desde jovem que usar uma caixa de lenços faciais a cada poucos dias não era "normal", não tive escolha a não ser aceitar e trabalhar com isso.

Da mesma forma, meu maior problema de saúde durante a maior parte da minha vida se concentrou em contrair facilmente e depois manter resfriados e gripes. Essas infecções sempre duravam semanas para mim, com tosse crônica grave e muitas vezes me sentindo mal por meses. Uma congestão nasal crônica tornava o sono verdadeiramente reparador uma impossibilidade na maioria das vezes, junto com os espasmos comuns de tosse que me acordavam depois de finalmente adormecer. Por muitos anos, minha tosse crônica estaria associada a um gosto metálico no fundo da garganta, que eu sentia ser devido aos patógenos ricos em ferro que deveriam estar colonizando lá.

Sempre que eu fazia raios-X no dentista, os níveis de fluido aéreo eram consistentemente observados nos seios da face diretamente acima do meu maxilar superior (nunca deve haver fluido nos seios da face). E mesmo que eu tivesse dentes infetados adjacentes a esses seios extraídos no passado, nunca pareceu melhorar a sinusite crônica com a qual eu sofria.

Foram essas condições crônicas que resultaram em minhas experiências com a nebulização de um grande número de agentes diferentes por vários meses a um ano, começando vários

anos atrás, quando percebi pela primeira vez os potenciais terapêuticos da nebulização enquanto pesquisava a literatura para meu livro , Magnésio: Revertendo Doença. Quando finalmente pesquisei a fisiologia do peróxido de hidrogênio no corpo e comecei a nebulizá-lo, consegui um alívio incrível de muitos dos sintomas de sinusite e garganta descritos acima. As razões científicas para essas experiências clínicas são explicadas em meu livro, Rapid Virus Recovery, cujo eBook disponibilizei devido à sua capacidade de acelerar consistentemente a resolução de infecções virais do trato respiratório, incluindo COVID. (Para baixar uma cópia gratuita, vá para www.rvr.medfoxpub.com). Os artigos anteriores do OMNS que abordam esses e outros problemas relacionados também incluem:

- <http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n37.shtml>
- <http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n43.shtml>
- <http://orthomolecular.org/resources/omns/v17n13.shtml>
- <http://orthomolecular.org/resources/omns/v17n15.shtml>
- <http://orthomolecular.org/resources/omns/v17n24.shtml>

Em 11 de dezembro de 2021, outro dos meus artigos OMNS foi publicado (<http://orthomolecular.org/resources/omns/v17n28.shtml>) Este artigo discutiu a relação sinérgica entre vitamina C e cortisol [hidrocortisona], especialmente no contexto de seu papel na resposta do corpo ao estresse agudo, infecção e exposição a toxinas. Em poucas palavras, a premissa do artigo é que todas as possíveis respostas clínicas positivas a qualquer condição são, em última análise, realizadas pela normalização dos níveis citoplasmáticos de vitamina C nas células afetadas. Doses muito altas de vitamina C (doses de 50 gramas por via intravenosa ou superiores) são eficazes para fazer isso, mas doses mais baixas de vários gramas de vitamina C, por via oral ou intravenosa, parecem exigir a assistência de cortisol para atingir níveis intracelulares ideais de vitamina C.

Ironicamente, este artigo apareceu cerca de duas semanas antes de eu ter um calafrio prolongado e trêmulo logo antes de ir para a cama. Na manhã seguinte, minha infecção com COVID estava bem estabelecida em meu corpo. Como não havia falta de ar, minha suposição não testada era que eu contraí a variante Omicron. No entanto, pelos próximos 10 dias, eu estava mais doente do que nunca na minha vida. Os sintomas mais proeminentes eram fadiga profunda e uma incapacidade quase completa de se concentrar e pensar em qualquer coisa. Eu não tinha apetite ou fome, e imediatamente perdi minha capacidade de provar qualquer comida. Na verdade, era muito esforço para querer mastigar. Na pior das hipóteses, eu sustentava a pouca energia que tinha com alguns shakes de proteína por dia. Acho que agora posso perceber como um zumbi deve se sentir.

Depois que os primeiros dias se passaram, decidi me dar um pouco de vitamina C intravenosa. Não fiz isso no início porque simplesmente não tinha energia ou foco para fazê-lo. Coloquei 25 gramas de vitamina C em uma seringa de 50 cc e inseri uma agulha borboleta de calibre 21 no meu braço esquerdo. Como geralmente fico com muita sede durante esse procedimento, tinha uma cerveja de raiz pronta para beber enquanto prosseguia com a injeção. É importante notar que meu primeiro gole antes de colocar a agulha de borboleta tinha muito pouco sabor e apenas remotamente era identificável como cerveja de raiz. Após cerca de 3 ou 4 minutos, durante os quais administrei cerca de 9 a 10 gramas de vitamina C como uma injeção intravenosa, tomei outro gole de cerveja. eu fiquei **atordoado**. Naquele

momento, recuperei completamente meu paladar e a cerveja de raiz estava cheia de sabor. Ficou imediatamente claro que a administração rápida de uma grande dose de vitamina C por via intravenosa poderia reverter completamente a perda de paladar associada à infecção por COVID.

Não tendo realmente o desejo de passar repetidamente pelo processo de me dar injeções intravenosas de vitamina C nos dias seguintes, meu cérebro embaçado se lembrou do artigo que eu havia escrito sobre vitamina C e cortisol. Depois de discutir a situação com meu amigo e colega Dr. Ron Hunninghake da Clínica Riordan, decidi começar a tomar hidrocortisona oral junto com minha vitamina C oral. Várias vezes ao dia tomei um comprimido de 20 mg de hidrocortisona junto com 4 gramas de vitamina C e 3 a 10 gramas de vitamina C encapsulada em lipossomas da LivOn Labs. Rapidamente comecei a responder positivamente.

De nota adicional é que eu tinha um bom amigo cuidando de mim graciosamente durante este período de tempo. Ela havia acabado de lidar com o COVID cerca de uma semana antes e se sentia bem, exceto pela contínua perda completa do paladar, o que compreensivelmente a angustiava muito. Após minha injeção intravenosa de vitamina C altamente dosada com o rápido retorno do paladar, decidi dar a ela 3 gramas de vitamina C encapsulada em lipossomas por via oral com 20 mg de cortisol. Várias horas depois, ela notou algum gosto retornando. Isso foi repetido pelos 3 dias seguintes com seu paladar retornando a um grau quase normal após o período completo de 4 dias de terapia com VC-cortisol. Ficou muito claro para mim que a combinação VC-cortisol estava fazendo alguma mágica para obter vitamina C dentro das células.

Recuperação pós-COVID

Quando minha recuperação auxiliada por VC-cortisol se tornou completa, percebi que minhas surpresas clínicas estavam apenas começando. Não só eu finalmente resolvi completamente minha luta com o COVID após um período de doença de cerca de 2 semanas, mas rapidamente notei que meu estado anterior de "saúde" não apenas havia retornado, mas que eu estava me sentindo **melhor** do que em literalmente 30 a 40 anos. Ao discutir a situação com o Dr. Hunninghake, decidi que minha ingestão diária habitual de vitamina C precisava ser otimizada com uma administração concomitante de cortisol. A administração crônica de baixas doses de hidrocortisona é amplamente discutida em William McK. livro de Jefferies, *usos seguros de cortisol*. Após a dosagem de tentativa e erro com base em uma sensação de bem-estar, finalmente me acomodei com uma dose de 3 gramas de vitamina C encapsulada em lipossomas acompanhada de uma dose de 10 mg de hidrocortisona duas vezes ao dia, uma às 8 da manhã e a outra por volta das 16h.

O trabalho do Dr. Jefferies deixou claro para mim que eu sofria de um grau avançado de fadiga adrenal com insuficiência de cortisol quase toda a minha vida, mas especialmente nos últimos 30 anos. O protocolo de vitamina C-cortisol teve os seguintes efeitos notáveis descritos abaixo, melhorando ou resolvendo uma ampla gama de sintomas, quase todos presentes há décadas:

- A eliminação completa do nariz escorrendo e os sintomas de alergia associados
- A resolução de um acúmulo crônico de fluido/muco no ouvido médio esquerdo, às vezes associado à vertigem, e uma incapacidade literal de dormir com a cabeça virada para a esquerda no travesseiro sem ficar tonto
- O retorno da respiração livre e fácil em todos os momentos, sem períodos de congestão nasal e a necessidade de respirar pela boca. Além disso, a perda de uma "fome de ar", uma incapacidade peculiar, aparentemente neurótica, de respirar "completamente", mas sem uma falta de ar subjacente genuína. Ele "desapareceria" no momento em que eu me distraísse e começasse a fazer outra coisa além de me concentrar na respiração.
- A capacidade de dormir profundamente de forma consistente, algo que eu nunca tinha conhecido em toda a minha vida
- A eliminação **completa** da tosse crônica (que havia sido bastante reduzida, mas não completamente eliminada pelo protocolo de nebulização com peróxido de hidrogênio); família e amigos próximos tinham acabado de aceitar minha "necessidade" de tossir centenas de vezes por dia, mesmo na ausência de qualquer infecção respiratória aguda. Na verdade, é o retorno mínimo do desejo de tossir (um sintoma de "sentinela") que me permite aumentar, geralmente temporariamente, o tamanho ou a frequência de uma dose de cortisol com minha vitamina C.
- A eliminação da necessidade de continuar minha nebulização regularmente, pois a tosse tenderia a se repetir se não fosse feita pelo menos a cada poucos dias
- O completo desaparecimento de anos de gosto metálico na garganta
- Um aumento impressionante de energia, sem a necessidade ou desejo de tirar sonecas
- Uma diminuição impressionante no pulso e uma estabilização da pressão arterial frequentemente elevada (pulso de 80 a 90 baixo agora caindo para 60 anos; BPs passando de diastólicos de 80 a 90 até meados de 60 a 70 baixo)
- A resolução completa da azia e do estômago ácido, presentes há muitas décadas com uma enorme ingestão diária de bicarbonato de sódio para alívio, juntamente com outros agentes
- Uma melhora na sensibilidade de longa data ao calor e ao frio, juntamente com uma diminuição dramática na ocorrência do que havia sido suores noturnos diários presentes nos últimos 8 anos ou mais
- Um declínio significativo na dor lombar crônica presente por muitos anos
- A perda de uma tendência a ser deprimido
- A perda completa dos desejos de açúcar, com muito pouco desejo de consumir doces, mesmo quando disponíveis. Ainda estou maravilhado com o desaparecimento dessa "obsessão" ao longo da vida.

Insuficiência adrenal/cortisol: a pandemia não reconhecida

Percebendo que a maioria dos indivíduos mais velhos perde a capacidade de produzir quantidades adequadas de hormônios sexuais ou de hormônio tireoidiano, tornou-se logicamente aparente, juntamente com as informações relatadas no livro do Dr. Jefferies, que a grande maioria dos adultos eventualmente chega a um ponto em que não são mais

capazes de produzir cortisol suficiente, seja em repouso ou após o estresse, para se manterem saudáveis. E como acontece com qualquer deficiência hormonal, pode ser de grau mínimo a grave, dependendo do indivíduo. Com minha série de sintomas, parecia que minha deficiência foi substancial durante a maior parte da minha vida e, sem dúvida, bastante grave nos últimos 30 anos.

A perda completa da síntese e secreção de cortisol pelas glândulas adrenais é conhecida como doença de Addison. A terapia de reposição completa de cortisol, que pode exigir até 40 mg de hidrocortisona diariamente em doses divididas, pode permitir que esses indivíduos tenham uma vida normal. No entanto, sem essa terapia de substituição, a morte ocorrerá muito rapidamente, muitas vezes ocorrendo no contexto de uma infecção rápida e devastadora, geralmente viral.

Conforme discutido no artigo do OMNS de 11 de dezembro de 2022 citado acima, um diagnóstico de trabalho de algum grau de fadiga adrenal/insuficiência de cortisol pode ser feito quando você contrai uma infecção respiratória, mas não pode resolvê-la em um dia ou menos. Os sintomas clássicos da gripe aguda, por exemplo, são essencialmente **idênticos** aos sintomas de apenas uma profunda deficiência de secreção de cortisol no corpo. No entanto, quando você tem vitamina C e cortisol suficientes presentes, você simplesmente não (ou mais precisamente, **não pode**) contrair uma infecção viral. E se você for submetido a uma grande exposição viral avassaladora, terá apenas sintomas leves que se resolvem prontamente. Como regra geral, ficar doente com resfriado, gripe ou COVID por vários dias é visto com fadiga adrenal leve. Quanto mais tempo a infecção permanece, no entanto, maior o grau de insuficiência de cortisol pode estar presente.

Basicamente, os patógenos que causam doenças estão sempre presentes, e a capacidade de manter níveis normais de vitamina C dentro das células do corpo (e do trato respiratório) é o que nos mantém bem e os patógenos afastados. Quando essa capacidade é comprometida, sempre resultam infecções e, eventualmente, doenças crônicas se seguirão.

Claro, a única maneira de ser capaz de tomar a terapia de suporte de cortisol com sua vitamina C é ter um médico integrador disposto a trabalhar com você. Se você encontrar um médico que esteja aberto a esse protocolo, ele/ela pode se sentir à vontade para me enviar um e-mail: televymd@yahoo.com .

(O cardiologista e advogado Thomas E. Levy é editor colaborador do Orthomolecular Medicine News Service . O Dr. Levy atua como consultor do LivOn Labs.)

Medicina Nutricional é Medicina Ortomolecular

A medicina ortomolecular usa terapia nutricional segura e eficaz para combater doenças. Para mais informações: <http://www.orthomolecular.org>