

# 用维生素 C 和其他营养素治疗传染病

作者：Margot DesBois；译者：张惠华；审阅：成长

原文链接 <http://www.doctoryourself.com/omns/v17n04.shtml>

OMNS Jan.20, 2021

The Treatment of Infectious Disease Using Vitamin C and other Nutrients

by Margot DesBois

The Chinese translation of this article is made possible by a generous grant from Dr. Bill Grant and from the Cheng Integrative Health.

本文翻译工作得到 Bill Grant 博士资助及上海成氏健康资助。

（正分子医学简报 2021 年 1 月 20 日） 在当前的 COVID-19 抗疫工作中，我们可以借鉴 20 世纪少数有眼光的医生开创的有效并安全的正分子病毒治疗方法。几十年来，大量的临床证据和研究表明，最佳剂量的维生素和矿物质补充剂可以预防、治疗和治愈当下的传染病，而这些传染病影响了大量人群。维生素 C（抗坏血酸或抗坏血酸盐）是正常免疫系统功能所必需的。维生素缺乏症是指维生素含量不足导致人体易受感染。抗坏血酸加强中性粒细胞、巨噬细胞和淋巴细胞的生成能力和吞噬能力。白细胞利用抗坏血酸产生过氧化氢分解产物，破坏微生物病原体。机体受到的致病压力，会导致机体以更快的速度消耗维生素 C，从而降低可用的维生素 C 储备。抗坏血酸是合成胶原蛋白的必要辅助因子，胶原蛋白是体内最丰富的蛋白质，对包括动脉、肺、骨骼和皮肤在内的所有器官的机能都至关重要。1977 年的一项研究中，将人类受试者从几乎所有的新感染源中分离出来，并补充不同数量的维生素。研究表明，维生素 C 摄入量高的人能产生更多的抗体（IgG 和 IgM）。而在豚鼠中，补充维生素 C 也增加了 C1 酯酶的数量，这是免疫补体系统的首要组成部分。低维生素 C 水平可提高豚鼠植皮耐受性，可能是因为降低了循环中活跃的淋巴细胞水平。20 世纪 70 年代，Yonemoto 博士的团队对 5 名健康成年人进行了研究，发现连续几天每天补充 5 克维生素 C 会使新的淋巴细胞生成率增加一倍，而补充 10 克和 18 克维生素 C 的淋巴细胞生成率分别为三倍和四倍。某些免疫调节物质的制造，如前列腺素 E1，

需要几种膳食微量营养素，其中也包括维生素 C。因此，抗坏血酸促进了部分炎症反应，但它也同时通过加强血管结构、调节组胺释放和分解血栓来预防败血症。

在病毒感染期间补充高水平的维生素 C 不仅可以治疗急性感染，还有助于预防在缺乏维生素的环境中可能出现的继发性感染。Irwin Stone、Linus Pauling 和 Thomas Levy 等研究者提供了大量的证据，证明维生素 C 在“克”剂量下是一种有效的抗病毒和抗菌物质。维生素可能通过产生自由基和/或“芬顿”反应，无论在体内和体外都能灭活病毒。（芬顿反应：将有机化合物如羧酸、醇、酯类氧化为无机态。）在 Thomas Levy 博士所著的《用维生素 C 治疗脊髓灰质炎和其他病毒性疾病》的书中，收集了高剂量维生素 C 治疗传染病的报告，包括脊髓灰质炎、肝炎、麻疹、腮腺炎、病毒性脑炎、疱疹、流感、破伤风、链球菌和葡萄球菌，以及显著改善艾滋病、疟疾和结核病等可怕疾病。

在二十世纪中叶，Frederick R. Klenner 博士证明了维生素 C 是杀死病毒、细菌和其他微生物病原体的理想药剂。他还得出结论：维生素 C 能够中和并消除大多数毒素，包括微生物产物、化学污染物和其他毒物。Klenner 博士是第一批给病人注射高剂量抗坏血酸（每公斤体重 350 毫克到 1200 毫克）来治疗疾病的医生之一。他通过频繁注射抗坏血酸来治疗和治愈急性脊髓灰质炎，使用体温（发烧测量）作为剂量指南。在 1948 年北卡罗来纳州的一次小儿麻痹症流行中，他通过注射抗坏血酸治疗治愈了 60 个病例。剂量为每天 6 至 12 克，通常超过 3 天。初始给药后，间隔两小时给一次，直到病人体温下降，然后在接下来的几天增大给药间隔。首个 72 小时后，所有患者均临床表现良好——没有出现发烧、头痛、四肢颈部背部疼痛、恶心、呕吐等症状。其中 3 名患者出现临床复发，Klenner 博士重复同样的治疗手段（只是剂量间隔时间更长），以 48 小时为周期，直到症状完全消除。治疗后，没有患者出现与疾病相关的畸形，甚至有 2 例晚期病例还出现逆转。Klenner 博士进一步改进并使用了这种治疗方法（通常在 72 小时内增加剂量直到症状缓解，然后用几天到两周的时间逐渐减药）。症状消除后，继续口服维生素 C 来预防复发。

Klenner 博士采用这种方法来治疗许多其他病毒性疾病，包括单纯疱疹、病毒性脑炎、单核细胞增多症和麻疹，他发现，病人对几小时内几十克的剂量反应良好。Klenner 博士强调，通过持续给药维持维生素 C 组织饱和水平直到完全根除疾病是非常必要的。

其他医生也发现了高剂量维生素 C 治疗的价值。如医学博士 Claus Jungeblut 也在 20 世纪 30 年代研究了维生素 C 作为脊髓灰质炎病毒的治疗方法。通过实验，成功通过维生素 C 在“体外”灭活病毒，并确定感染脊髓灰质炎的猴子接受维生素 C 治疗后，比对照组更明显地避免了麻痹。在临床上，他发现小儿麻痹症患者的维生素 C 水平较低，并发现适当剂量的维生素可以治愈这种疾病。

20 世纪 60 年代，Robert Cathcart 博士也成功地将维生素用作抗病毒药物，但他也指出大多数临床医生面临的困难，即在研究中使用大剂量的维生素 C，需要获得伦理学、大学、药学和其他委员会的许可。Cathcart 博士介绍了患者肠耐受剂量滴定法，他写道：“患者口服抗坏血酸的耐受量在不产生腹泻的情况下与他的疾病的压力或毒性成比例。”与所有最佳剂量的维生素一样，肠道耐受量是高度动态的。对于身体健康的人来说，这个量大约在每天 4 克到 15 克之间，在病毒性疾病期间可以增加至 200 克以上。

William McCormick 博士在上世纪中叶率先使用“克”剂量维生素 C 注射。他宣称抗坏血酸是“化学和细菌毒素的特异性拮抗剂”，并主张将其用作抗病毒药物和抗生素。在他的“使用维生素 C 治疗普通感冒”讨论中，Pauling 写道，“现有的证据表明，与感冒药供应商推荐的止痛剂、抗组胺药、和其他危险的药物相比，维生素 C 是更好的选择”。令所有正分子医师感到震惊的是，医学界继续以牺牲公共健康为代价来推广这些姑息性药物，却去忽视维生素 C 的预防和治疗功效的强有力证据。其他维生素也通过各种化学和物理机制影响免疫系统功能。短期内，高剂量补充维生素 E 可导致辅助 T (CD4) 细胞相对杀伤 T (CD8) 细胞的比例增加，并增加促炎细胞因子的产生。机体需要维生素 A 或  $\beta$ -胡萝卜素来维持粘膜和上皮组织的健康，包括皮肤、口腔、呼吸膜、胃肠道和泌尿生殖道。而这些上皮组织和膜是感染原的主要物理屏障。维生素 D 是免疫系统调节剂，对抗感染和预防自身免疫性疾病，如多发性硬化症、狼疮和甲状腺炎。烟酸使肥大细胞释放组胺，引起暂时性血管扩张。然而，补充烟酸不会引发整体血压的下降，它最终会抑制促炎分子的持续释放和脓毒症。关于正分子物质的一些现有知识的简要总结只是触及了营养素促进健康和治疗传染病能力的表面。如果广泛使用足够剂量的维生素和矿物质补充剂，COVID-19 大流行有可能会放缓甚至停止。

## 结论

正分子医学，是使用适当剂量的天然分子来预防和逆转疾病的实践，有着悠久的历史。它与当今心血管疾病、中风、癌症、糖尿病、眼病流行和 COVID-19 新冠疫情尤其相关。在我们的现代社会中，许多人缺乏必要的营养，包括维生素、矿物质和其他必要的生物分子。如果通过适当的饮食和最佳剂量的补充来纠正缺陷，许多进展性疾病就可以预防和逆转。

(作者 Margot DesBois 最近从明德学院 (Middlebury College) 毕业, 获得了生物学学士学位, 并完成了医学预科课程。她希望继续接受医学教育, 以实践正分子医学和环境医学。在过去的十年中, 她一直在专业指导下使用个性化营养疗法治疗和管理自己的慢性传染病和自身免疫疾病。)