

La vitamine D stoppe le cancer et réduit les risques de moitié La Société américaine du Cancer (American Cancer Society) traîne les pieds

par Andrew W. Saul

(OMNS, 2 octobre 2008) Une nouvelle étude portant sur 3 299 personnes a montré que les personnes ayant un taux de vitamine D plus élevé réduisent de moitié leur risque de mourir d'un cancer. (1) Une autre étude récente montre qu'un apport important en vitamine D, environ 2 000 UI par jour, peut réduire de moitié l'incidence du cancer du sein. (2) D'autres recherches encore ont montré qu'un apport insuffisant en vitamine D est "associé à des taux d'incidence élevés de cancer colorectal" et demandent expressément que "des mesures de santé publique soient prises rapidement pour augmenter l'apport en vitamine D-3 à 1 000 UI/jour". (3)

Les propriétés anticancéreuses de la vitamine D sont si évidentes et si importantes que la Société canadienne du cancer recommande désormais une supplémentation de 1 000 UI de vitamine D par jour pour tous les adultes en hiver, et toute l'année pour les personnes à risque. (4)

L'American Cancer Society, cependant, traînasse, soutenant toujours que "davantage de recherche est nécessaire pour définir les meilleurs niveaux d'apport et de taux sanguins de vitamine D pour la réduction des risques de cancer". (5)

Qu'est-ce qui leur prend autant de temps ?

En 2006, des chercheurs ont noté que "les preuves suggèrent que les efforts visant à améliorer le statut en vitamine D, par exemple par une supplémentation en vitamine D, pourraient réduire l'incidence du cancer et la mortalité à faible coût, avec peu ou pas d'effets indésirables". (6)

Si vous faites une recherche dans la base de données en ligne Medline des US National Institutes of Health sur la "vitamine D du cancer", vous trouverez plus de cinq mille articles. . . dont certains remontent à près de 60 ans.

C'est vrai : les rapports des médecins sur la vitamine D pour arrêter le cancer ont été ignorés pendant des décennies. En 1951, T. Desmonts a rapporté que le traitement à la vitamine D était efficace contre la maladie de Hodgkin (un cancer du système lymphatique). (7) Cette même année, il y a 57 ans, on a également observé que des doses massives de vitamine D amélioraient l'épithélioma. (8) En 1955, le cancer de la peau a de nouveau été signalé comme guéri grâce à un traitement à la vitamine D. (9) En 1963, des recherches prometteuses ont été menées sur la vitamine D et le cancer du sein. (10) Puis, en 1964, on a constaté que la vitamine D était efficace contre le réticulosarcome des ganglions lymphatiques, un cancer lymphatique non hodgkinien. (11)

L'American Cancer Society est obsédée par la recherche d'un médicament contre le cancer. Les chercheurs pharmaceutiques ne cherchent pas de remède à base de vitamines. Et lorsqu'on en présente un, comme le font sans cesse depuis 1951 les enquêteurs et les médecins indépendants, il est ignoré.

Il y a peu, Michael Holick, MD, professeur de médecine à l'université de Boston, l'a dit sans détour : "*Nous pouvons réduire le risque de cancer de 30 à 50 % en augmentant la vitamine D. Nous avons donné à des souris un cancer du côlon, et les avons suivies pendant 20 jours. La croissance des tumeurs a été nettement réduite par la simple présence de vitamine D dans l'alimentation. La taille de la tumeur a été réduite de 40 %. Et une exposition occasionnelle au soleil diminue en fait le risque de mélanome. Tout le monde a besoin de 1 000 UI de vitamine D3 chaque jour*". (12)

Qu'en est-il de la sécurité ? Oui, il est possible d'avoir un excès de vitamine D, mais ce n'est pas facile. "Un homme a pris un million d'UI de vitamine D par jour, par voie orale, pendant six mois", explique le Dr Holick. "Bien sûr, il présentait les symptômes d'une grave intoxication à la vitamine D. Son traitement a consisté à beaucoup l'hydrater, à ne plus prendre de vitamine D ni de soleil pendant un certain temps. Il est parfaitement heureux et en bonne santé. Cela a été publié dans le *New England Journal of Medicine*(13). Je n'ai aucune expérience de décès dus à une exposition aux vitamines. En trente ans, je ne l'ai jamais vu".

Il y a, bien sûr, quelques précautions raisonnables à prendre concernant son utilisation. Les personnes souffrant d'hyperparathyroïdie, de lymphome, de lupus érythémateux, de tuberculose, de sarcoïdose, de maladie rénale, ou celles qui prennent de la digitaline, des inhibiteurs calciques ou des diurétiques thiazidiques, doivent être supervisées par un médecin avant et pendant la prise de vitamine D supplémentaire.

Mais 1 000 UI de vitamine D par jour, c'est simple et sûr. Certaines autorités en recommandent beaucoup plus. (14, 15) L'American Cancer Society en recommande moins.

Quel dommage !

Références

- (1) Pilz S, Dobnig H, Winklhofer-Roob B et al. Low serum levels of 25-hydroxyvitamin D predict fatal cancer in patients referred to coronary angiography. *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev.* 2008 May;17(5):1228-33. Epub 2008 May 7.
- (2) Garland CF, Gorham ED, Mohr SB et al. Vitamin D and prevention of breast cancer: pooled analysis. *J Steroid Biochem Mol Biol*, 2007. Mar;103(3-5):708-11.
- (3) Gorham ED, Garland CF, Garland FC, Grant WB, Mohr SB, Lipkin M, Newmark HL, Giovannucci E, Wei M, Holick MF. Vitamin D and prevention of colorectal cancer. *J Steroid Biochem Mol Biol.* 2005 Oct;97(1-2):179-94.
- (4) http://www.cancer.ca/Canada-wide/About%20us/Media%20centre/CW-Media%20releases/CW-2007/Canadian%20Cancer%20Society%20Announces%20Vitamin%20D%20Recommendation.aspx?sc_lang=en
- (5) http://www.cancer.org/docroot/PED/content/PED_3_2X_Diet_and_Activity_Factors_That_Affect_Risks.asp Accessed Aug 29, 2008.

- (6) Garland CF, Garland FC, Gorham ED, Lipkin M, Newmark H, Mohr SB, Holick MF. The role of vitamin D in cancer prevention. *Am J Public Health*. 2006 Feb;96(2):252-61.
- (7) Desmonts T, Duclos M, Dalmau. [Favorable effect of vitamin D on the evolution of a case of Hodgkin's disease.] *Sang*. 1951;22(1):74-5. And: DESMONTS T. [Favorable action of vitamin D in leukemic erythroderma and Hodgkin's disease.] *Pathol Gen*. 1951 Mar;51(326):161-4. Also: VACCARI R. [Vitamin D2 and experimental carcinogenesis.] *Boll Soc Ital Biol Sper*. 1952 Aug-Oct;28(8-10):1567-9.
- (8) Sainz de Aja Ea. [Case of an epithelioma in a patient treated with massive doses of vitamin D.] *Actas Dermosifiliogr*. 1951 Nov;43(2):169-70.
- (9) Linser P. [Spontaneous cure of skin carcinoma by vitamin D treatment.] *Dermatol Wochenschr*. 1955;132(40):1072-3. German.
- (10) Gordan GS, Schachter D. Vitamin D activity of normal and neoplastic human breast tissue. *Proc Soc Exp Biol Med*. 1963 Jul;113:760-1.
- (11) Desmonts T, Blin J. [Action of Vitamin D3 on the course of a lymph nodal reticulosarcoma.] *Rev Pathol Gen Physiol Clin*. 1964 Mar;64:137. French.
- (12) Andrew W. Saul Interviews Michael F. Holick, MD, PhD. <http://www.doctoryourself.com/holick.html>
- (13) Koutkia P, Chen TC, Holick MF. Vitamin D intoxication associated with an over-the-counter supplement. *N Engl J Med*. 2001 Jul 5;345(1):66-7.
- (14) Vitamin D Boosts Health, Cuts Cancer Risk in Half. Orthomolecular Medicine News Service, October 3, 2007. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v03n06.shtml> (**traduit en français**)
- (15) Doctors Say, Raise the RDAs Now. Orthomolecular Medicine News Service, October 30, 2007. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v03n10.shtml> (**traduit en français**)

Pour plus d'Information

Saul AW. Vitamin D: Deficiency, diversity and dosage. *J Orthomolecular Med*, 2003. Vol 18, No 3 and 4, p 194-204. <http://www.doctoryourself.com/dvitamin.htm>

Online access to free archive of nutritional medicine journal papers: <http://orthomolecular.org/library/jom/>

A free, non-commercial vitamin D newsletter is available from John Cannell, M.D., and the Vitamin D Council: <http://www.vitamindcouncil.org>

Sunlight, Nutrition And Health Research Center: <http://www.sunarc.org>