

La Vitamine C protège contre les Coronavirus

par Andrew W. Saul, Editeur

(OMNS, 26 janvier 2020) La pandémie de coronavirus peut être considérablement ralentie, voire stoppée, grâce à l'utilisation immédiate et généralisée de fortes doses de vitamine C. Les médecins ont démontré la puissante action antivirale de la vitamine C depuis des décennies. Cette approche efficace et réussie contre les virus en général, et les coronavirus en particulier, n'a pas été suffisamment couverte par les médias.

Il est très important de maximiser la capacité antioxydante et l'immunité naturelle de l'organisme pour prévenir et minimiser les symptômes lorsqu'un virus attaque le corps humain. L'environnement de l'hôte est crucial. Il est évidemment plus facile de prévenir que de traiter une maladie grave. Mais il faut traiter les maladies graves avec sérieux. N'hésitez pas à consulter un médecin. Ce n'est pas un choix à faire. La vitamine C peut être utilisée en même temps que les médicaments lorsqu'ils sont indiqués.

"Je n'ai encore vu aucune grippe qui n'ait pas été guérie ou nettement améliorée par des doses massives de vitamine C."

(Robert F. Cathcart, MD)

Les médecins de l'Orthomolecular Medicine News Service et de l'International Society for Orthomolecular Medicine préconisent une méthode à base de nutriments pour prévenir ou minimiser les symptômes d'une future infection virale. Les compléments alimentaires suivants, peu coûteux, sont recommandés pour les adultes ; pour les enfants, ils doivent être réduits en proportion de leur poids :

Vitamine C : 3 000 milligrammes (ou plus) par jour, en doses fractionnées.

Vitamine D3 : 2 000 UI par jour. (Commencer avec 5 000 UI/jour pendant deux semaines, puis réduire à 2 000)

Magnésium : 400 mg par jour (sous forme de citrate, de malate, de chélate ou de chlorure)

Zinc : 20 mg par jour

Sélénium : 100 µg (microgrammes) par jour

Il a été démontré que la vitamine C [1], la vitamine D [2], le magnésium [3], le zinc [4] et le sélénium [5] renforcent le système immunitaire contre les virus.

La base de l'utilisation de fortes doses de vitamine C pour prévenir et combattre les maladies causées par des virus remonte aux premiers succès de la vitamine C contre la polio, signalés pour la première fois à la fin des années 1940 [6]. D'autres preuves cliniques se sont accumulées au fil des décennies, ce qui a conduit à un protocole anti-virus publié en 1980 [7].

Il est important de rappeler que *la prévention et le traitement des infections respiratoires par de grandes quantités de vitamine C sont bien établis*. Ceux qui pensent que la vitamine C a généralement du mérite, mais que des doses massives sont inefficaces ou quelque peu nocives, feront bien de lire les articles originaux pour eux-mêmes. Rejeter le travail de ces médecins simplement parce qu'ils ont eu du succès il y a si longtemps élude une question plus importante : Pourquoi le bénéfice de leur expérience clinique n'a-t-il pas été présenté au public par les autorités gouvernementales responsables, en particulier face à une pandémie virale ?

References:

1. Vitamin C:

Case HS (2018) Vitamin C questions answered. *Orthomolecular Medicine News Service*, <http://orthomolecular.org/resources/omns/v14n12.shtml>.

Gonzalez MJ, Berdiel MJ, Duconge J (2018) High dose vitamin C and influenza: A case report. *J Orthomol Med.* June, 2018, 33(3). <https://isom.ca/article/high-dose-vitamin-c-influenza-case-report>.

Gorton HC, Jarvis K (1999) The effectiveness of vitamin C in preventing and relieving the symptoms of virus-induced respiratory infections. *J Manip Physiol Ther.* 22:8, 530-533. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10543583>

Hemilä H (2017) Vitamin C and infections. *Nutrients.* 9(4). pii:E339. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28353648>.

Hickey S, Saul AW (2015) Vitamin C: The real story. *Basic Health Pub.* ISBN-13: 978-1591202233.

Levy TE (2014) The clinical impact of vitamin C. *Orthomolecular Medicine News Service,* <http://orthomolecular.org/resources/omns/v10n14.shtml>

OMNS (2007) Vitamin C: a highly effective treatment for colds. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v03n05.shtml>.

OMNS (2009) Vitamin C as an antiviral <http://orthomolecular.org/resources/omns/v05n09.shtml>.

Taylor T (2017) Vitamin C material: where to start, what to watch. *OMNS,* <http://www.orthomolecular.org/resources/omns/v13n20.shtml>.

Yejin Kim, Hyemin Kim, Seyeon Bae et al. (2013) Vitamin C is an essential factor on the anti-viral immune responses through the production of interferon- $\alpha\beta$ at the initial stage of influenza A virus (H3N2) infection. *Immune Netw.* 13:70-74. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23700397>.

2. Vitamin D:

Cannell JJ, Vieth R, Umhau JC et al. (2006) Epidemic influenza and vitamin D. *Epidemiol Infect.* 134:1129-1140. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16959053>.

Cannell JJ, Zasloff M, Garland CF et al. (2008) On the epidemiology of influenza. *Viol J.* 5:29. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16959053>.

Ginde AA, Mansbach JM, Camargo CA Jr. (2009) Association between serum 25-hydroxyvitamin D level and upper respiratory tract infection in the Third National Health and Nutrition Examination Survey. *Arch Intern Med.* 169:384-390. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19237723>.

Martineau AR, Jolliffe DA, Hooper RL et al. (2017) Vitamin D supplementation to prevent acute respiratory tract infections: systematic review and meta-analysis of individual participant data. *BMJ.* 356:i6583. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28202713>.

Urashima M, Segawa T, Okazaki M et al. (2010) Randomized trial of vitamin D supplementation to prevent seasonal influenza A in schoolchildren. *Am J Clin Nutr.* 91:1255-60. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20219962>.

von Essen MR, Kongsbak M, Schjerling P et al. (2010) Vitamin D controls T cell antigen receptor signaling and activation of human T cells. *Nat Immunol.* 11:344-349. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20208539>.

3. Magnesium:

Dean C (2017) Magnesium. *OMNS,* <http://www.orthomolecular.org/resources/omns/v13n22.shtml>

Dean C. (2017) The Magnesium Miracle. 2nd Ed., Ballantine Books. ISBN-13: 978-0399594441.

Levy TE (2019) Magnesium: Reversing Disease. Medfox Pub. ISBN-13: 978-0998312408

4. Zinc:

Fraker PJ, King LE, Laakko T, Vollmer TL. (2000) The dynamic link between the integrity of the immune system and zinc status. *J Nutr.* 130:1399S-406S. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10801951>.

Liu MJ, Bao S, Gálvez-Peralta M, et al. (2013) ZIP8 regulates host defense through zinc-mediated inhibition of NF- κ B. *Cell Rep.* 3:386-400. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23403290>.

Mocchegiani E, Muzzioli M. (2000) Therapeutic application of zinc in human immunodeficiency virus against opportunistic infections. *J Nutr.* 130:1424S-1431S. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10801955>.

Shankar AH, Prasad AS. (1998) Zinc and immune function: the biological basis of altered resistance to infection. *Am J Clin Nutr.* 68:447S-463S. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9701160>.

5. Selenium:

Beck MA, Levander OA, Handy J. (2003) Selenium deficiency and viral infection. *J Nutr.* 133:1463S-1467S. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12730444>.

Hoffmann PR, Berry MJ. (2008) The influence of selenium on immune responses. *Mol Nutr Food Res.* 52:1273-1280. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18384097>.

Steinbrenner H, Al-Quraishy S, Dkhil MA et al. (2015) Dietary selenium in adjuvant therapy of viral and bacterial infections. *Adv Nutr.* 6:73-82. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25593145>.

6. Klenner FR. The treatment of poliomyelitis and other virus diseases with vitamin C. *J South Med Surg* 1949, 111:210-214. <http://www.doctoryourself.com/klennerpaper.html>.

7. Cathcart RF. The method of determining proper doses of vitamin C for treatment of diseases by titrating to bowel tolerance. *Australian Nurses J* 1980, 9(4):9-13. <http://www.doctoryourself.com/titration.html>