

# 用維生素 C 和其他營養素治療傳染病

作者：Margot DesBois 譯者：張惠華；審閱：成長

原文鏈接 <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.

本文翻譯工作得到 Bill Grant 博士資助及上海成氏健康資助。

（正分子醫學簡報 2021 年 1 月 20 日） 在當前的 COVID-19 抗疫工作中，我們可以借鑒 20 世紀少數有眼光的醫生開創的有效並安全的正分子病毒治療方法。幾十年來，大量的臨床證據和研究表明，最佳劑量的維生素和礦物質補充劑可以預防、治療和治癒當下的傳染病，而這些傳染病影響了大量人群。

維生素 C（抗壞血酸或抗壞血酸鹽）是正常免疫系統功能所必需的。維生素缺乏症是指維生素含量不足導致人體易受感染。抗壞血酸加強中性粒細胞、巨噬細胞和淋巴細胞的生成能力和吞噬能力。白細胞利用抗壞血酸產生過氧化氫分解產物，破壞微生物病原體。機體受到的致病壓力，會導致機體以更快的速度消耗維生素 C，從而降低可用的維生素 C 儲備。抗壞血酸是合成膠原蛋白的必要輔助因數，膠原蛋白是體內最豐富的蛋白質，對包括動脈、肺、骨骼和皮膚在內的所有器官的機能都至關重要。

1977 年的一項研究中，將人類受試者從幾乎所有的新感染源中分離出來，並補充不同數量的維生素。研究表明，維生素 C 攝入量高的人能產生更多的抗體（IgG 和 IgM）。而在豚鼠中，補充維生素 C 也增加了 C1 酯酶的數量，這是免疫補體系統的首要組成部分。

低維生素 C 水準可提高豚鼠植皮耐受性，可能是因為降低了迴圈中活躍的淋巴細胞水準。20 世紀 70 年代，Yonemoto 博士的團隊對 5 名健康成年人進行了研究，發現連續幾天每天補充 5 克維生素 C 會使新的淋巴細胞生成率增加一倍，而補充 10 克和 18 克維生素 C 的淋巴細胞生成率分別為三倍和四倍。某些免疫調節物質的製造，如前列腺素 E1，需要幾種膳食微量營養素，其中也包括維生素 C。因此，抗壞血酸促進了部分炎症反應，但它也同時通過加強血管結構、調節組胺釋放和分解血栓來預防敗血症。

在病毒感染期間補充高水準的維生素 C 不僅可以治療急性感染，還有助於預防在缺乏維生素的環境中可能出現的繼發性感染。Irwin Stone、Linus Pauling 和 Thomas Levy 等研究者提供了大量的證據，證明維生素 C 在“克”劑量下是一種有效的抗病毒和抗菌物質。維生素可能通過產生自由基和/或“芬頓”反應，無論在體內和體外都能滅活病毒。（芬頓反應：將有機化合物如羧酸、醇、酯類氧化為無機態。）在 Thomas Levy 博士所著的《用維生素 C 治療脊髓灰質炎和其他病毒性疾病》的書中，收集了高劑量維生素 C 治療傳染病的報告，包括脊髓灰質炎、肝炎、麻疹、腮腺炎、病毒性腦炎、皰疹、流感、破傷風、鏈球菌和葡萄球菌，以及顯著改善愛滋病、瘧疾和結核病等可怕疾病。

在二十世紀中葉，Frederick R. Klenner 博士證明了維生素 C 是殺死病毒、細菌和其他微生物病原體的理想藥劑。他還得出結論：維生素 C 能夠中和並消除大多數毒素，包括微生物產物、化學污染物和其他毒物。Klenner 博士是第一批給病人注射高劑量抗壞血酸（每公斤體重 350 毫克到 1200 毫克）來治療疾病的醫生之一。他通過頻繁注射抗壞血酸來治療和治癒急性脊髓灰質炎，使用體溫（發燒測量）作為劑量指南。在 1948 年北卡羅來納州的一次小兒麻痺症流行中，他通過注射抗壞血酸治療治癒了 60 個病例。劑量為每天 6 至 12 克，通常超過 3 天。初始給藥後，間隔兩小時給一次，直到病人體溫下降，然後在接下來的幾天增大給藥間隔。首個 72 小時後，所有患者均臨床表現良好——沒有出現發燒、頭痛、四肢頸部背部疼痛、噁心、嘔吐等症狀。其中 3 名患者出現臨床復發，Klenner 博士重複同樣的治療手段（只是劑量間隔時間更長），以 48 小時為週期，直到症狀完全消除。治療後，沒有患者出現與疾病相關的畸形，甚至有 2 例晚期病例還出現逆轉。

Klenner 博士進一步改進並使用了這種治療方法（通常在 72 小時內增加劑量直到症狀緩解，然後用幾天到兩周的時間逐漸減藥）。症狀消除後，繼續口服維生素 C 來預防復發。Klenner 博士採用這種方法來治療許多其他病毒性疾病，包括單純皰疹、病毒性腦炎、單核細胞增多症和麻疹，他發現，病人對幾小時內幾十克的劑量反應良好。Klenner 博士強調，通過持續給藥維持維生素 C 組織飽和水準直到完全根除疾病是非常必要的。

其他醫生也發現了高劑量維生素 C 治療的價值。如醫學博士 Claus Jungeblut 也在 20 世紀 30 年代研究了維生素 C 作為脊髓灰質炎病毒的治療方法。通過實驗，成功通過維生素 C 在“體外”滅活病毒，並確定感染脊髓灰質炎的猴子接受維生素 C 治療後，比對照組更明顯地避免了麻痺。在臨床上，他發現小兒麻痺症患者的維生素 C 水準較低，併發現適當劑量的維生素可以治癒這種疾病。

20 世紀 60 年代，Robert Cathcart 博士也成功地將維生素用作抗病毒藥物，但他也指出大多數臨床醫生面臨的困難，即在研究中使用大劑量的維生素 C，需要獲得倫理學、大學、藥學和其他委員會的許可。Cathcart 博士介紹了患者腸耐受劑量滴定法，他寫道：“患者口服抗壞血酸的耐受量在不產生腹瀉的情況下與他的疾病的壓力或毒性成比例。”與所有最佳劑量的維生素一樣，腸道耐受量是高度動態的。對於身體健康的人來說，這個量大約在每天 4 克到 15 克之間，在病毒性疾病期間可以增加至 200 克以上。

William McCormick 博士在本世紀中葉率先使用“克”劑量維生素 C 注射。他宣稱抗壞血酸是“化學和細菌毒素的特異性拮抗劑”，並主張將其用作抗病毒藥物和抗生素。在他的“使用維生素 C 治療普通感冒”討論中，Pauling 寫道，“現有的證據表明，與感冒藥供應商推薦的止痛劑、抗組胺藥、和其他危險的藥物相比，維生素 C 是更好的選擇”。令所有正分子醫師感到震驚的是，醫學界繼續以犧牲公共健康為代價來推廣這些姑息性藥物，卻去忽視維生素 C 的預防和治療功效的強有力證據。

其他維生素也通過各種化學和物理機制影響免疫系統功能。短期內，高劑量補充維生素 E 可導致輔助 T（CD4）細胞相對殺傷 T（CD8）細胞的比例增加，並增加促炎細胞因數的產生。機體需要維生素 A 或  $\beta$ -胡蘿蔔素來維持粘膜和上皮組織的健康，包括皮

膚、口腔、呼吸膜、胃腸道和泌尿生殖道。而這些上皮組織和膜是感染原的主要物理屏障。維生素 D 是免疫系統調節劑，對抗感染和預防自身免疫性疾病，如多發性硬化症、狼瘡和甲狀腺炎。煙酸使肥大細胞釋放組胺，引起暫時性血管擴張。然而，補充煙酸不會引發整體血壓的下降，它最終會抑制促炎分子的持續釋放和膿毒症。關於正分子物質的一些現有知識的簡要總結只是觸及了營養素促進健康和治療傳染病能力的表面。如果廣泛使用足夠劑量的維生素和礦物質補充劑，COVID-19 大流行有可能會放緩甚至停止。

## 結論

正分子醫學，是使用適當劑量的天然分子來預防和逆轉疾病的實踐，有著悠久的歷史。它與當今心血管疾病、中風、癌症、糖尿病、眼病流行和 COVID-19 新冠疫情尤其相關。在我們的現代社會中，許多人缺乏必要的營養，包括維生素、礦物質和其他必要的生物分子。如果通過適當的飲食和最佳劑量的補充來糾正缺陷，許多進展性疾病就可以預防和逆轉。

（作者 Margot DesBois 最近從明德學院（Middlebury College）畢業，獲得了生物學學士學位，並完成了醫學預科課程。她希望繼續接受醫學教育，以實踐正分子醫學和環境醫學。在過去的十年中，她一直在專業指導下使用個性化營養療法治療和管理自己的慢性傳染病和自身免疫疾病。）