

Gesundheitsstärkung mit Vitamin C

Über die Wirkungen von hochdosiertem Vitamin C und die Überlegenheit von dessen liposomaler Form als komfortabler Alternative zu Tabletten und Infusionen

Hans Holzherr

Vitamin C werden viele Wunder nachgesagt. Was ist daran wahr? Hier Näheres! Das Besondere an der Bezugsquelle durch den Autor dieses Beitrags ist dies, dass er den Versand für die Schweiz übernimmt und dafür die Webseite (am Schluss sichtbar) kreiert hat. Hergestellt werden die Produkte in Süddeutschland. Da der Jupiter-Verlag auch in Deutschland (Jetsetten) eine Adresse hat, können dort Produkte aus Deutschland empfangen und von dort wiederum verschickt werden.



Vitamin-C kommt vor allem in Früchten vor, deren Anblick allein Lebensfreude auslöst.

Wundermittel Vitamin C

Einführung der Redaktion: Am 25. Oktober 2002 führten wir in Bensheim die Tagung "Energie und Heilung" durch. Das Buch mit den Vorträgen wird auch heute noch viel ver-



ISBN 3-906571-21-1 Sammelband der Vorträge der Tagung vom 25. Oktober 2002 in Bensheim über aussergewöhnliche Heilmethoden, Zellular-Medizin, Rheumakonzepte, philippinische Geistheiler, Bruno-Gröning-Freundeskreis usw. Fr./Euro 20.-, viele s/w-Fotos, brosch. A5, 144 S., 2003

langt, weil die dortigen Wahrheiten auch heute noch gelten. Unter ande-

rem zum Thema Vitamin C. Damals war das Vitaminprogramm für schwere Krankheiten von Dr.med. Matthias Rath ein wichtiges Thema in gesundheitsbewussten Kreisen. Wir hatten damals Dr. Rath angefragt, ob er an der Tagung einen Vortrag halten könnte. Er sagte ab mit dem Hinweis auf seine berufliche Überbelastung, aber er gestattete die Vorführung eines Films über seine Arbeit. In jahrelanger Forschungstätigkeit erlangte er die Erkenntnis, dass durch die von ihm entwickelte Zellularmedizin, vor allem durch Vitamin C, schwere Krankheiten zu heilen sind.

Es war aber damals so, dass das Engagement von Dr. Rath die Pharmalobby auf den Plan gerufen hatte, die versuchte, die Vitamin-C-Abgabe zu monopolisieren und künstlich zu verteuern. In diversen Untersuchungen hatte Dr. Rath bewiesen, dass Vitamine und speziell Vitamin C gerade vor Herzkrankheiten schützt und sie heilen kann. Im folgenden nun der Text von Hans Holzherr.

Vitamin C in der Ernährung

Vitamin C ist ein wasserlösliches Vitamin, das der menschliche Körper nicht herstellen kann und deshalb ein wesentlicher Nahrungsbestandteil ist¹. Es ist u.a. an der Bildung und der

Reparatur von Bindegewebe beteiligt, ist ein wichtiges Antioxidans², regeneriert andere Antioxidantien im Körper und spielt eine wichtige Rolle im Immunsystem³.

Vitamin C ist stark entzündungshemmend und trägt so dazu bei, chronische Entzündungen zu blockieren, die vielfach nicht bemerkt werden, aber mit der Zeit zu Schäden führen können. Gegen Viren aller Art ist Vitamin C erfolgreich, indem es Zellen vor oxidativem Stress schützt und die Produktion von antiviralen Cytokinen fördert⁴. Vitamin C hat ferner eine antitoxische Wirkung bei Schwermetallbelastung⁵. Allerdings kann das Vitamin keine irreparablen Schäden am Gewebe beheben. Auch bei Autoimmunerkrankungen wie z.B. Lupus SLE ist Hilfe durch Vitamin C möglich, welches auch präventiv wirkt^{6,7}.

Vitamin C bei Krebs

Als alternative Krebstherapie wird hochdosiertes Vitamin C schon seit einiger Zeit eingesetzt. Da Vitamin C in seiner chemischen Struktur derjenigen von Glukose (Zucker) ähnelt und Krebszellen sehr zuckerhungrig sind, nehmen sie auch Vitamin C auf.

Bei hoher Dosierung reagieren die meisten Krebszellen sehr empfindlich auf das Vitamin und bilden sich

zurück. Vitamin C kann die Bildung von Karzinogenen begrenzen^{8,9} und durch seine antioxidative Funktion möglicherweise oxidative Schäden abschwächen, die zu Krebs führen können¹. Obwohl Krebspatienten niedrigere Plasmakonzentrationen von Vitamin C als Gesunde aufweisen⁸, sind die Ergebnisse von Studien über den Zusammenhang von Vitamin C mit der Wahrscheinlichkeit von Krebserkrankungen inkonsistent.

In den 1970er Jahren legten Studien von Cameron, Campbell und Pauling nahe, dass hochdosiertes Vitamin C positive Auswirkungen auf die Lebensqualität und die Überlebenszeit von Patienten mit Krebs im Endstadium hat^{10,11}. Einige nachfolgende Studien – darunter eine randomisierte, doppelblinde, placebokontrollierte klinische Studie von Moertel und Kollegen an der Mayo Clinic⁴⁵ – stützten diese Ergebnisse nicht, aber dieser Widerspruch kann durch die Art der Vitamin-C-Verabreichung erklärt werden^{1,12,13}, denn die meisten dieser Studien verwendeten nur die orale Verabreichung, während Cameron und Kollegen eine Kombination aus oraler und intravenöser Verabreichung verwendeten. Bei der oralen Einnahme ist die Plasmakonzentration auf 200 mmol/L begrenzt¹⁴, während die intravenöse Verabreichung derselben Dosis Vitamin C zu einer ca. 25-fachen Plasmakonzentration führt.

Höhere intravenöse Dosen erzielen ein Mehrfaches dieser schon hohen Konzentrationen^{13,15}, und Konzentrationen dieser Größenordnung sind toxisch für Tumorzellen^{1,16}, indem das Vitamin C als Prooxidans wirkt und Wasserstoffperoxid erzeugt^{17,18,19}. Es gibt denn auch Fallberichte von Patienten mit fortgeschrittenem Krebs, die nach der intravenösen Verabreichung von hochdosiertem Vitamin C bemerkenswert lange überlebten. Eine Interaktion von hochdosiertem Vitamin C mit Standard-Krebstherapien ist unklar²¹, aber Daten deuten darauf hin, dass Antioxidantien normales Gewebe vor durch Chemotherapie und Bestrahlung verursachten Schäden schützen^{22, 23} und/oder die Wirksamkeit der konventionellen Krebsbehandlung verbessern können²⁴.

Vitamin C bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Oxidative Schäden sind eine der Hauptursachen für Herz-Kreislauf-Erkrankungen^{1,3,25}. In der Nurses' Health Study, einer 16-jährigen prospektiven Studie mit 85'118 Krankenschwestern, war die Gesamtaufnahme von Vitamin C sowohl aus Nahrungsmitteln als auch aus Nahrungsergänzungsmitteln umgekehrt proportional zum Risiko für koronare Herzkrankheiten²⁶; dies aufgrund der antioxidativen Eigenschaften des Vitamins. Ergebnisse aus Studien, die Zusammenhänge zwischen der Vitamin-C-Einnahme und dem Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen untersuchen, sind widersprüchlich²⁵, aber dies könnte wiederum wie bei Krebs mit unterschiedlichen Plasmakonzentrationen des Vitamins erklärt werden.

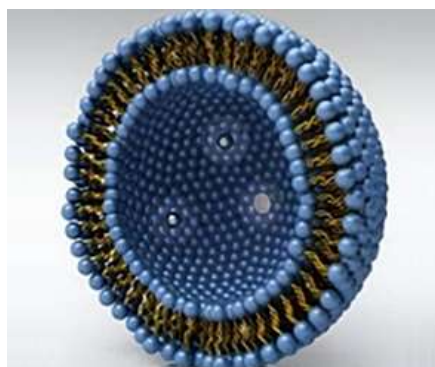
Vitamin C bei Erkältung

Gesundheitsrisiken durch übermäßiges Vitamin C

Vitamin C ist kaum toxisch und verursacht auch bei hoher Einnahme bei Erkältungen kaum schwerwiegende Nebenwirkungen³¹.

Liposomales Vitamin C von LipoLab

Liposome sind Fettkapseln in der Grössenordnung von 100 nm Durchmesser, die Inhaltsstoffe (in diesem Fall Vitamin C) einschliessen und diese bei Kontakt mit einer Zellwand in die Zelle entladen. Das liposomale Vitamin C von LipoLab hat die einzigartige Konzentration von 3000 mg pro 15 ml-Gabe. Eine Halbliter-Flasche reicht bei dieser Dosis für einen



Schnittmodell eines Liposoms.



Liposome werden in einem aufwändigen Verfahren mit sog. Sonotroden erzeugt.

guten Monat. Im Hinblick auf die Bioverfügbarkeit von 90-95% lässt sich die liposomale Form des Vitamins kaum mit Darreichungsformen wie Tabletten, Brausetabletten und Kapseln vergleichen, die sich mit einer Bioverfügbarkeit von 5-15 % begnügen müssen und bei denen somit bis zu 95% ausgeschieden werden, bevor das Vitamin im Körper seine Wirkung entfaltet.

Nicht einmal die intravenöse Verabreichung mit 60-70% reicht in dieser Hinsicht an die liposomale Form heran. Vor diesem Hintergrund erscheinen die scheinbar hohen Preise von liposomalen Produkten in einem anderen Licht.

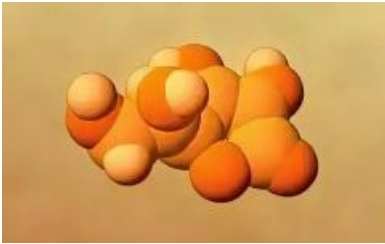
Die beiden Produkte von LipoLab:

1. 500 ml Liposomales Vitamin C (synthetische Ascorbinsäure), 3000 mg pro 15 ml-Gabe, Fr. 52.- + Fr. 8.50 CH-Versand.
2. 500 ml natürliches liposomales Vitamin C aus biologischen Acerolakirschen, ohne künstliche Ascorbinsäure, 1000 mg pro 15 ml-Gabe, Fr. 62.- + Fr. 8.50 CH-Versand.

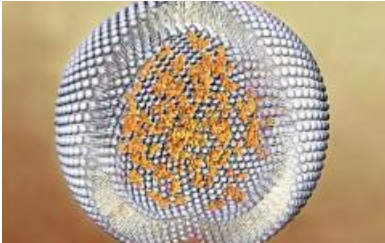
CH-Internet-Shop:
vitamin-c-liposomal.ch

Für umfassende Informationen über diese Produkte, ihre Herstellung und Wirkungen und für den Versand in Deutschland und der restlichen EU: Website des Herstellers, liposomal-vitamin-c.net

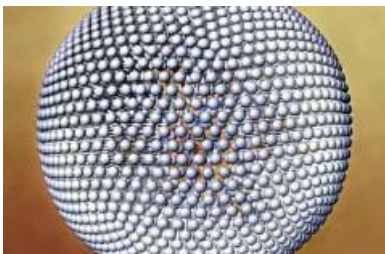
Siehe auch: liposomales-vitamin-c-selbermachen.org



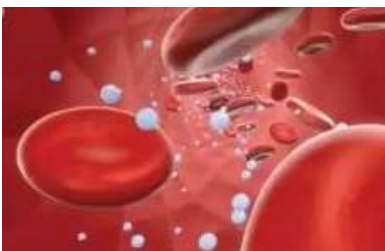
Kalottenmodell des Vitamin C-Moleküls.



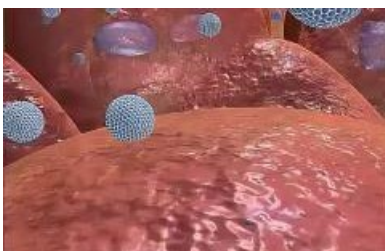
Eine winzige Menge von Vitamin C wird von einer Lipidkapsel eingeschlossen.



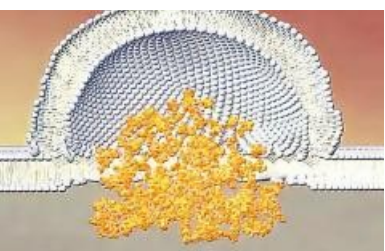
Fertiges Liposom.



Die Liposome gelangen vom Darm in den Blutkreislauf...



... zu den Zellen



... wo sie an die Zellmembranen andocken, sich öffnen und ihren Inhalt ins Zellinnere abgeben.

Referenzen

- Li Y, Schellhorn HE. New developments and novel therapeutic perspectives for vitamin C. *J Nutr* 2007;137:2171-84. [PubMed abstract]
- Frei B, England L, Ames BN. Ascorbate is an outstanding antioxidant in human blood plasma. *Proc Natl Acad Sci U S A* 1989;86:6377-81. [PubMed abstract]
- Jacob RA, Sotoudeh G. Vitamin C function and status in chronic disease. *Nutr Clin Care* 2002;5:66-74. [PubMed abstract]
- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9233349/>
- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3783921/>
- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6327661/>
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12672194/>
- Carr AC, Frei B. Toward a new recommended dietary allowance for vitamin C based on antioxidant and health effects in humans. *Am J Clin Nutr* 1999;69:1086-107. [PubMed abstract]
- Hecht SS. Approaches to cancer prevention based on an understanding of N-nitrosamine carcinogenesis. *Proc Soc Exp Biol Med* 1997;216:181-91. [PubMed abstract]
- Cameron E, Campbell A. The orthomolecular treatment of cancer. II. Clinical trial of high-dose ascorbic acid supplements in advanced human cancer. *Chem Biol Interact* 1974;9:285-315. [PubMed abstract]
- Cameron E, Pauling L. Supplemental ascorbate in the supportive treatment of cancer: prolongation of survival times in terminal human cancer. *Proc Natl Acad Sci U S A* 1976;73:3685-9. [PubMed abstract]
- Bruno EJ Jr, Ziegenfuss TN, Landis J. Vitamin C: research update. *Curr Sports Med Rep* 2006;5:177-81. [PubMed abstract]
- Padayatty SJ, Riordan HD, Hewitt SM, Katz A, Hoffer LJ, Levine M. Intravenously administered vitamin C as cancer therapy: three cases. *CMAJ* 2006;174:937-42. [PubMed abstract]
- Padayatty SJ, Sun H, Wang Y, Riordan HD, Hewitt SM, Katz A, Wesley RA, Levine M. Vitamin C pharmacokinetics: implications for oral and intravenous use. *Ann Intern Med* 2004;140:533-7. [PubMed abstract]
- Hoffer LJ, Levine M, Assouline S, Melnychuk D, Padayatty SJ, Rosadiuk K, et al. Phase I clinical trial of i.v. ascorbic acid in advanced malignancy. *Ann Oncol* 2008;19:1969-74. [PubMed abstract]
- Shekelle P, Morton S, Hardy M. Effect of supplemental antioxidants vitamin C, vitamin E, and coenzyme Q10 for the prevention and treatment of cardiovascular disease. Evidence Report/Technology Assessment No. 83 AHRQ Publication No. 03-E043. Rockville, MD: Agency for Healthcare Research and Quality, 2003. [PubMed abstract]
- Chen Q, Espey MG, Sun AY, Pooput C, Kirk KL, Krishna MC, et al. Pharmacologic doses of ascorbate act as a prooxidant and decrease growth of aggressive tumor xenografts in mice. *Proc Natl Acad Sci U S A* 2008;105:11105-9. [PubMed abstract]
- Chen Q, Espey MG, Krishna MC, Mitchell JB, Corpe CP, Buettner GR, et al. Pharmacologic ascorbic acid concentrations selectively kill cancer cells: action as a pro-drug to deliver hydrogen peroxide to tissues. *Proc Natl Acad Sci U S A* 2005;102:13604-9. [PubMed abstract]
- Chen Q, Espey MG, Sun AY, Lee JH, Krishna MC, Shacter E, et al. Ascorbate in pharmacologic concentrations selectively generates ascorbate radical and hydrogen peroxide in extracellular fluid in vivo. *Proc Natl Acad Sci U S A* 2007;104:8749-54. [PubMed abstract]
- Levine M, Espey MG, Chen Q. Losing and finding a way at C: new promise for pharmacologic ascorbate in cancer treatment. *Free Radic Biol Med* 2009;47:27-9. [PubMed abstract]
- Seifried HE, Anderson DE, Sorkin BC, Costello RB. Free radicals: the pros and cons of antioxidants. Executive summary report. *J Nutr* 2004;134:3143S-63S. [PubMed abstract]
- Lawenda BD, Kelly KM, Ladas EJ, Sagar SM, Vickers A, Blumberg JB. Should supplemental antioxidant administration be avoided during chemotherapy and radiation therapy? *J Natl Cancer Inst* 2008;100:773-83. [PubMed abstract]
- Block KI, Koch AC, Mead MN, Tothy PK, Newman RA, Gyllenhaal C. Impact of antioxidant supplementation on chemotherapeutic efficacy: a systematic review of the evidence from randomized controlled trials. *Cancer Treat Rev* 2007;33:407-18. [PubMed abstract]
- Prasad KN. Rationale for using high-dose multiple dietary antioxidants as an adjunct to radiation therapy and chemotherapy. *J Nutr* 2004;134:3182S-3S. [PubMed abstract]
- Willcox BJ, Curb JD, Rodriguez BL. Antioxidants in cardiovascular health and disease: key lessons from epidemiologic studies. *Am J Cardiol* 2008;101:75D-86D. [PubMed abstract]
- Osganian SK, Stampfer MJ, Rimm E, Spiegelman D, Hu FB, Manson JE, et al. Vitamin C and risk of coronary heart disease in women. *J Am Coll Cardiol* 2003;42:246-52. [PubMed abstract]
- Pauling L. The significance of the evidence about ascorbic acid and the common cold. *Proc Natl Acad Sci U S A* 1971;68:2678-81. [PubMed abstract]
- Douglas RM, Hemilä H. Vitamin C for preventing and treating the common cold. *PLoS Med* 2005;2:e168. [PubMed abstract]
- Hemilä H. The role of vitamin C in the treatment of the common cold. *Am Fam Physician* 2007;76:1111, 1115. [PubMed abstract]
- Douglas RM, Hemilä H, Chalker E, Treacy B. Vitamin C for preventing and treating the common cold. *Cochrane Database Syst Rev* 2007;(3):CD000980. [PubMed abstract]
- Institute of Medicine. Food and Nutrition Board. Dietary Reference Intakes for Vitamin C, Vitamin E, Selenium, and Carotenoids. Washington, DC: National Academy Press, 2000.