

# Pionnier de la Vitamine C, le Docteur Frederick R. Klenner, M.D.

## Une Interview historique

par **Martin Zuker**

(OMNS 26 juin 2020) En tant qu'auteur de longue date dans le domaine de la santé, ayant un grand respect pour la valeur significative (mais hélas largement négligée) de grandes doses de vitamine C, il a été intéressant pour moi de voir ce nutriment fondamental mentionné, étudié et même utilisé à des fins thérapeutiques dans la lutte actuelle contre le COVID-19.

Il a été bien dit que la vitamine C est le complément ultime de renforcement du système immunitaire, tout aussi vital pour la protection contre le diabète, les maladies cardiovasculaires, les affections cutanées, et bien plus encore.

Bien plus encore, en effet.

Il y a plus de 40 ans, j'ai eu la chance d'interviewer un médecin américain qui appliquait de fortes doses de vitamine C dans ses protocoles préventifs et thérapeutiques. Et avec d'excellents résultats. Je suis devenu un méga-utilisateur dévoué de vitamine C, une habitude qui perdure encore aujourd'hui.

En 1978, je me suis entretenu en détail avec Frederick Klenner, M.D., de Reidsville, NC. Je partage mes notes originales avec le service d'information sur la médecine orthomoléculaire parce que je pense que l'information est encore très valable toutes ces années plus tard, et qu'elle peut être particulièrement instructive pour les médecins d'aujourd'hui qui pratiquent la médecine intégrative et préventive.

## **Conversation avec le Dr. Fred Klenner sur la Grossesse et l'Accouchement Assisté par la Vitamine C, Juin 1978.**

*Transcription sommaire des commentaires du Dr Klenner*

Pour une série consécutive de 322 grossesses, nous avons donné de la vitamine C à des doses similaires à celles recommandées par Irwin Stone dans son livre "The Healing Factor". Nous avons conseillé 4 grammes par jour au cours du premier trimestre, 6 g/j au cours du deuxième et 10 g/j au cours du dernier trimestre[1]. J'ai été impliquée dans 2 500 grossesses au cours de ma carrière... cela m'a donné une base de comparaison. Tous les accouchements ont eu lieu dans un seul hôpital, l'Annie Penn Memorial Hospital à Reidsville, NC.

Nous avons toujours observé que la vitamine C était un facteur d'aide -- très certainement ! La première chose que j'ai commencé à remarquer, il y a 30 ans (1948), c'est que lorsque je donnais de la vitamine C à certaines femmes, leur numération globulaire restait meilleure que celle de celles qui n'en recevaient pas. C'est la première chose qui nous a incités à donner de fortes doses de vitamine C. Nous avons découvert que la vitamine C, administrée au cours de la grossesse, rend généralement l'accouchement plus court et moins douloureux. C'est là qu'intervient l'élasticité du périnée. Bien que le travail dure généralement 24 heures, le travail avec la vitamine C a été réduit à six heures au maximum et la plupart du temps, il n'a duré que trois ou quatre heures. Lorsque vous réduisez le temps, vous réduisez la douleur. L'accouchement était facile car le périnée s'étirait beaucoup plus facilement que chez les femmes qui ne recevaient pas de vitamine C.

Une autre chose que vous pouvez parfois avoir après la naissance de l'enfant est une hémorragie. Dans cette série, nous n'avons pas eu d'hémorragie ni de saignement excessif. Les deux tiers des patientes qui n'ont pas reçu de vitamine C ont eu des hémorragies, mais avec la vitamine C, nous n'en avons eu aucune. Donc la vitamine C, dans le programme de 4 à 10 grammes par jour, a amélioré l'élasticité non seulement du périnée, mais aussi des vaisseaux sanguins eux-mêmes.

***"Nous n'avons jamais eu une seule vergeture après avoir commencé ce régime à forte dose de vitamine C."***

On voyait rarement les raies abdominales -- les "stries". Nous n'avons jamais eu une seule vergeture après avoir commencé ce régime à forte dose de vitamine C. Auparavant, nous atteignons un quota qui était d'environ un sur trois assez mauvais, et un autre tiers présentait un certain degré de stries. L'abdomen s'étire lorsque l'utérus s'élargit rapidement, et la peau est endommagée lorsqu'elle ne peut pas s'élargir assez vite. Nous l'avons constaté chez celles que nous avons accouchées. Une femme a accouché de plusieurs bébés dans le cadre de notre programme. Avant d'entrer dans notre programme, elle avait quelques vergetures dues à ses deux premières grossesses et à son travail. Après cela, nous l'avons fait suivre ce protocole de vitamine C et elle a réellement amélioré sa peau abdominale. Nous avons constaté que dans ce programme, le périnée s'est remis rapidement et complètement.

Avons-nous eu des manifestations toxiques ? À peine, dans ce groupe - nous n'avons eu des manifestations toxiques que dans environ un pour cent des cas. J'ai constaté qu'en moyenne, la bonne quantité était de 10 000 mg/jour. Il est important de trouver et de maintenir le bon niveau. Szent-Györgyi aussi, dans ses récentes expériences, a prouvé que la dose était correcte. C'est juste pour que le corps reste normal. Si vous avez un rhume ou quelque chose de plus grave (et vous pourriez l'attraper même en prenant 10 grammes), par exemple si vous avez un virus vraiment puissant, il faudrait doubler cette dose ou plus pour compenser.

Des fausses couches ? Pas une seule.

***Les enfants ont été appelés "bébés de la vitamine C" parce qu'ils étaient en excellente santé. "***

Les enfants ont été appelés "bébés à la vitamine C" parce qu'ils étaient en excellente santé par rapport aux autres bébés nés à l'hôpital. C'étaient des bébés forts. Aucune réanimation n'a été nécessaire avec aucun d'entre eux. Lorsqu'on les sortait de la salle d'accouchement dans les "moïses roulants", ils s'agrippaient sur les côtés. Certains d'entre eux se retournaient même.

Les quadruplés Fultz faisaient partie de ce groupe. Ce sont des jumeaux identiques, issus d'un seul oeuf. Ce sont les seuls quadruplés du sud-est des États-Unis à avoir survécu jusqu'à ce jour. Nés en 1946, ils se portent toujours très bien. ( NdT «The Fultz Sisters» appelées aussi "Fultz Quads" voir Wikipédia)

Pourquoi les mères se portent-elles mieux avec la vitamine C ? En raison de ses propriétés bénéfiques pour la santé. C'est la première vitamine antifatigue. Nous n'avons pas eu une seule carie dentaire chez une mère pendant cette série, et cela m'a paru très inhabituel. La vitamine C contribue également au métabolisme des protéines chez le bébé et la mère, ce qui lui permet de conserver ses forces. C'est un facteur primordial dans la construction du collagène, le tissu conjonctif de notre corps, et c'est important pour la fabrication du bébé.

La clé d'un accouchement plus rapide grâce à la vitamine C est qu'elle rend le périnée plus élastique. Bien qu'aucune étude officielle n'ait encore été réalisée à ce sujet, nous savons que le périnée se plie beaucoup plus facilement et de manière plus sûre si la patiente a reçu de fortes doses de vitamine C. C'est la clé.

Les bébés Fultz : 2 livres chacun sauf un, qui pesait 3. Nous leur avons donné 50 mg de vitamine C. Ils sont nés à minuit, et ils ont reçu 50 mg le lendemain matin. Nous leur avons donné cette quantité alors que la plupart des gens en donnaient 25 mg. Il n'y avait tout simplement pas de problèmes de sommeil.

Si vous demandez à la plupart des gynécologues-obstétriciens ce qu'ils donnent : la plupart ne donnent rien, sauf un comprimé de grossesse qui contient un peu de fer et de minéraux. Nous avons utilisé 50 mg/jour de vitamine C pendant un certain temps et nous avons augmenté progressivement la dose pour qu'à six mois, les bébés reçoivent 500 mg/jour, et à un an, 1000 mg/jour. Nous la donnions sous forme de gouttes sur la langue.

Nous avons constaté que le temps de revalidation après l'accouchement était 50 % plus rapide que pour les personnes qui n'avaient pas reçu de vitamine C. (Le Dr Ringsdorf le confirme [2]), et la plupart du temps, les personnes qui ne recevaient pas de vitamine C ne guérissaient tout simplement pas. La vitamine C est la meilleure vitamine de la grossesse. Cela ne fait aucun doute. Bien sûr, elles ont besoin de fer et la vitamine C a tendance à

oxyder le fer, il est donc important de ne pas leur donner trop de fer. Nous avons donné à nos mères de la vitamine C, une bonne préparation de fer et un litre de lait chaque jour.

***"Ma femme a pris de la vitamine C et n'a pas eu plus d'une heure de travail avec l'une de nos trois filles."***

J'ai commencé à me rendre compte qu'elles se remettaient mieux, grâce à la vitamine C. De toute évidence, le métabolisme du collagène est beaucoup plus efficace que chez les autres femmes qui avaient beaucoup de problèmes. Ma femme a pris de la vitamine C et elle n'a pas eu plus d'une heure de travail avec l'une de nos trois filles. Elle a été prompte et elle était sur pied en un jour ou deux. Beaucoup de pratiques médicales sont mises au point dans les cliniques - dans leur bureau, avec une attention personnelle - et non dans des écoles de médecine ou de grandes études. C'est le colloque singulier, le tête-à-tête.

Nous avons donc conseillé aux femmes de prendre de la vitamine C à partir de 3 000 mg/jour, en doses fractionnées. Je leur suggère d'utiliser des granules ou des cristaux d'acide ascorbique, qui peuvent être mélangés dans leur jus d'orange ou saupoudrés sur leurs céréales. C'est beaucoup moins fastidieux qu'avec des comprimés. Ensuite, nous leur avons fait augmenter leur dose lentement.

Il y a beaucoup de problèmes liés aux nourrissons nés dans ce pays et nous ne savons pas pourquoi. Nous commençons à penser maintenant que peut-être la nutrition, après tout, y est pour beaucoup. Notre mode de vie et notre régime alimentaire sont peut-être un facteur important à cet égard. Nous sommes un pays riche, mais involontairement, certains ont développé de mauvaises habitudes alimentaires et même la malnutrition. C'est pourquoi je mets tous mes patients sur un régime alimentaire bien équilibré avec des suppléments de vitamines et de minéraux essentiels. Et je pense en outre qu'un dosage adéquat de vitamine C y est pour beaucoup.

***"La plupart des médecins courent comme des autruches quand vous mentionnez le mot "vitamine"... La prise d'acide ascorbique n'a pas d'effet nocif, mais seulement un effet bénéfique."***

La plupart des médecins courent comme des autruches quand vous mentionnez le mot "vitamine". Il me semble qu'ils n'arrivent pas à se mettre dans la tête que ces produits chimiques sont très sûrs. "Vitamine" n'est qu'un nom. La prise d'acide ascorbique n'a pas d'effet nocif, elle n'a qu'un effet bénéfique. Pendant la grossesse, il est important pour la bonne santé de la mère et du bébé qu'ils en prennent.

Le processus de grossesse proprement dit draine l'acide ascorbique de la mère. C'est un stress pour l'organisme. Un rat produit normalement 3,8 grammes (3800 mg) d'acide ascorbique par jour (dans une quantité équivalente à celle du corps humain de 70 Kg). Si vous soumettez le rat à un stress, il commencera automatiquement à en produire 15 000 mg. Or, la grossesse est un facteur de stress majeur pour l'organisme et donc les besoins en soins vitaminiques sont multipliés par plusieurs fois. C'est pourquoi c'est si nécessaire.

Pour entrer dans ces détails du métabolisme, puisque les humains ne produisent pas leur propre ascorbate, nous devons aller le chercher. Les mères devraient faire suivre l'acide ascorbique. C'est une bonne médecine. Tout bon médecin prescrira une préparation de vitamines pour le bébé, et la plupart d'entre elles contiennent une petite quantité de vitamine C ; 6,25 mg ou une quantité similaire. Mais nous avons déterminé que vous devriez donner à un enfant 1000 mg/jour de vitamine C par année de vie jusqu'à 10 ans. Nous le recommandons toujours. Et nous recevons un énorme retour d'information ; les bébés qui en prennent sont en bien meilleure santé que ceux qui n'en prennent pas. Ils mangent mieux, dorment bien et n'ont pas de problèmes.

Le Dr Irwin Stone, biochimiste qui a fait des recherches sur la vitamine C pendant des décennies, dit que les travaux d'autres médecins, remontant à 40 ans, montrent que la vitamine C "est la meilleure chose pour la grossesse". Elle réduit également le risque d'hémorragie et de fausses couches. Toute personne qui a tendance à perdre son bébé après une grossesse devrait prendre ces taux élevés d'ascorbate pour prévenir les hémorragies. Le premier symptôme du scorbut est une hémorragie, et la vitamine C prévient cela.

Il y a eu plus d'un millier de patients dans notre programme de vitamine C, sans aucune réaction indésirable, et jamais un bébé difforme lorsque la mère suivait ce programme. Lors de la consultation post-natale, j'ai conseillé à mes patientes de continuer à prendre de fortes doses de vitamine C. Lorsqu'elles ont commencé à remarquer les bons effets, comme une meilleure guérison et moins de rhumes, elles se sont peu à peu convaincues.

*(Martin Zucker, ancien journaliste de l'Associated Press, écrit sur la médecine alternative depuis plus de 40 ans. Il a co-écrit ou écrit plus d'une douzaine de livres, ainsi que des articles pour des publications aussi diverses que Smithsonian Magazine, Readers Digest, Los Angeles Times, Cook's Magazine, Vegetarian Times, and The National Enquirer..)*

**Note de l'auteur :** J'ai interviewé plusieurs autres médecins ayant des pratiques contemporaines à celle du Dr Klenner, notamment le Dr Archie Kalokerinos, [3] le Dr W. Marshall Ringsdorf, [2] le Dr Robert Scott et le Dr William J. Saccoman. Tous ont recommandé le protocole du Dr. Klenner concernant les fortes doses de vitamine C.

Pour apprendre d'avantage sur le Dr. Klenner

Saul AW. (2007) Hidden in plain sight: The Pioneering Work of Frederick Robert Klenner, MD. J Orthomolecular Med, Vol 22, No 1, p 31-38. <http://www.doctoryourself.com/klennerbio.html>

Klenner FR (1991) Clinical Guide to the Use of Vitamin C. The Clinical Experiences of Frederick R. Klenner, M.D. Edited by Lendon H. Smith, MD. Life Sciences Press, ISBN-13: 978-0943685137

[https://www.seanet.com/~alexs/ascorbate/198x/smith-lh-clinical\\_guide\\_1988.htm](https://www.seanet.com/~alexs/ascorbate/198x/smith-lh-clinical_guide_1988.htm) or

<http://vitaminc.co.nz/pdf/CLINICAL-GUIDE-TO-THE-USE-OF-VITAMIN-C-FREDERICK-KLENNER-MD.pdf>

## **Références**

1. Stone I (1972) The Healing Factor - Vitamin C Against Disease: How to live longer and better. Grosset & Dunlap (1972), ISBN-13: 978-0448021300; Books on Demand (2017), ISBN-13: 978-3743173910  
<https://vitamincfoundation.org/stone/>

2. Cheraskin E, Ringsdorf WM, Sisley ED (1983) The Vitamin C Connection. Harper Collins, ISBN-13: 978-0060380243.

3. Kalokerinos A (1981) Every Second Child. Keats Pub. ISBN-13: 978-0879832506.