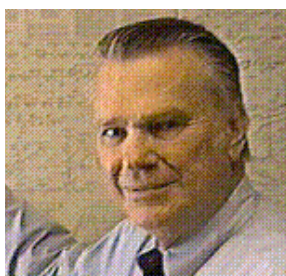


# Vitamin C mot astma og allergier

Den amerikanske legen Robert F. Cathcart (1932–2007) var en pioner i bruken av store doser vitamin C, som han ordinerte til flere titusen pasienter.<sup>1</sup> Han utviklet en metode der man skulle øke oppover (titrere) inntaket til det magen tålte uten at man fikk diaré 6–8 ganger hver dag inntil man ble frisk.<sup>2</sup> Her forteller forfatteren om Cathcarts erfaringer, som han blant annet gjorde bruk av i råd han ga en nabo som var bekymret for at barnet hennes hadde spist alt for mange vitamin C-tabletter.<sup>3</sup>

TEKST ANDREW W. SAUL TILRETTELAGT AV DAG VILJEN POLEZSYNSKI



Robert F. Cathcart

En dag kom naboen min på døra og sa at 5-åringen hennes hadde helt i seg en halv flaske med vitamin C tyggetabletter. Hun lurte naturligvis på om det var farlig. Jeg spurte om barnet viste noen symptomer. Hun tenkte seg om et øyeblikk og svarte: «Vel, astmaen hans ble borte.» Mot astma anbefalte Robert Cathcart en dagsdose vitamin C på mellom 15 og 50 g fordelt på åtte mindre doser per dag. Han fortalte at han hver gang hadde sett at dette virket.

Jeg så først Cathcart på The Phil Donahue Show på TV. Han ble sittende på scenen sammen med fem andre gjester, mens Donahue (f. 1935) gikk blant publikum og ba om deres innspill, som dominerte programmet. Når slutten av programmet fikk Cathcart et direkte spørsmål om

vitamin C. Han svarte med spesifikk informasjon om bruken av megadoser for behandling av sykdom. Publikum brøt ut med spørsmål, og hendene gikk opp over hele salen. Showet viste allerede teksten med deltakerne før han kunne svare videre.

Imponert begynte jeg å lese om denne mannens arbeid. Jeg fant ut at Cathcart vurderte allergier, astma og mange andre tilstander bare i lys av hvor mye C-vitamin som krevdes for å helbrede dem.<sup>1</sup>

Jeg hadde en klient en gang som var allergisk mot bokstavelig talt alt. Hun sa at hun hadde testet allergisk mot 72 forskjellige stoffer. Jeg hadde aldri



hørt om en så alvorlig tilstand før, og tilsynelatende hadde heller ikke allergilegen hennes det. Han sa at hun kunne ta en «megadose» på kanskje 1 000 milligram om dagen, men det hjalp ikke noe. Jeg foreslo at hun skulle ta vitamin C til magetoleranse og holde vitamin C-nivået rett under mengden som forårsaket løs avføring. Dette viste seg å være nesten 40 gram om dagen.

Hun tok så mye vitamin C hun kunne. Da hun ble testet på nytt, var hun ikke allergisk mot noen stoffer. Robert Cathcart hadde lang erfaring med å anbefale vitamin C:<sup>2</sup>

*«Vitaminskudd er trygt. Jeg har aldri sett en alvorlig reaksjon på*

*vitaminskudd. Siden 1969 har jeg tatt over 2 tonn askorbinsyre selv. Jeg har satt over 20 000 pasienter på magetoleransedoser av askorbinsyre uten alvorlige problemer og med stor nytte.»*

Her er en personlig kommunikasjon jeg mottok fra Cathcart i juni 2006 om vitamin C, allergi og legemiddelreaksjoner:

*«Jeg tror at akutt og kronisk mangel på vitamin C er nødvendig for anafylaktiske allergiske reaksjoner.*

*Da jeg først flyttet til Nevada i 1970, var de midt i en betahemolytisk streptokok-kepidemi. Jeg ga minst 300 pasienter*

En forkjølelse er ubehagelig, men kan lindes og i noen tilfeller helbredes raskt om man inntar magetoleranse av vitamin C med en gang man merker symptomene.

penicillin, askorbinsyre (til magetoleranse) og acidophilus. Ikke en eneste pasient fikk en allergisk reaksjon mot penicillin. Det er min forståelse at cirka 3 prosent av pasientene som ikke har hatt reaksjoner før, vil få dem ved påfølgende eksponeringer. En dag kom en mann som hadde fått penicillin et annet sted uten vitamin C, med elveblestutslett over alt. Jeg grep muligheten og ga ham en intravenøs injeksjon på 20 gram natriumaskorbat. I løpet av 15 minutter forsvant utslettet. Jeg instruerte ham om å ta tarmtoleranse-doser av askorbinsyre, og som en god lege skrev jeg resept på et antihistamin (Benadryl). Dagen etter kom han tilbake og spurte hvorfor jeg hadde kastet bort pengene hans på Benadryl, siden utslettet aldri hadde kommet tilbake.

Jeg har behandlet mange tilfeller av høysnue og astma og har fått mange pasienter med astma til å slutte med kortison. Det har aldri skjedd at en pasient med disse allergiske reaksjonene ikke markant har kunnet redusere eller eliminere behovet for andre medikamenter når de tok magetoleransedoser av askorbinsyre riktig. En av tingene som fikk meg til å ta store doser askorbinsyre, var at jeg kunne slutte å ta antihistaminer mot høysnue.

Det er interessant at når en pasient med mononukleose ved et uhell får penicillin [som ikke motvirker virus, red. anm.], får nesten halvparten en allergisk reaksjon mot penicillin. Med ampicillin får nesten alle en reaksjon. Jeg synes dette er interessant fordi mononukleose er en tilstand som nærmest har verdensrekord i å øke magetoleransen for askorbinsyre. Unge voksne finner ofte at deres mage-



## Om forfatteren

Andrew W. Saul, PhD (f. 1955) har redigert *Orthomolecular Medicine News Service* (OMNS) i 18 år, utgitt tallrike bøker og artikler og er sjefredaktør for *The orthomolecular treatment of chronic disease* (Laguna Beach, CA: Basic Health Publications, Inc., 2014).

Redaksjonsrådet i OMNS har over 60 medlemmer fra mer enn 25 land og sender nyhetsbrev til vel 30 000 mottakere over hele verden. Sauls forrige bidrag ble trykket i nr. 2/2022, og til nå har vi publisert 32 av Sauls artikler i *Helsemagasinet*. Abonner gratis på OMNS her: [www.orthomolecular.org/subscribe.html](http://www.orthomolecular.org/subscribe.html).

toleranse ligger et sted rundt 200 gram askorbinsyre per dag i et par dager med akutt mononukleose.

Det er mitt inntrykk på bakgrunn av erfaring gjennom årene at askorbinsyre oralt og natriumaskorbat intravenøst reduserer reaksjonene på alle slags medikamenter. Dette har vært spesielt lagt merke til hos pasienter som tar cellegifter mot kreft.

Med vennlig hilsen Bob Cathcart»

I 2000 fortalte Cathcart meg at jeg burde glemme medisinske tidsskrifter og kommersielle medier, og heller prioritere internettpublisering fordi det er en direkte metode for å nå ut til mange åpne, interesserte mennesker. Han var alltid veldig elskverdig mot meg, og arbeidet hans lærte meg mye.

På forelesninger ville jeg med et skjevt smil instruere mine universitetsstudenter om definitivt ikke å lese artiklene hans, for hvis de gjorde det, ville det forandre livene deres for alltid.

Det gjorde de med mitt.

## Etterord

Robert Cathcart ble nominert til Orthomolecular Medicine Hall of fame i 2008.<sup>3</sup> Samme år slettet Wikipedia hans biografiske nettside.<sup>4</sup> En video på YouTube viser en hans forelesninger om bruken av vitamin C.<sup>5</sup>

## Kilder:

- 1 Cathcart RF. The Method of Determining Proper Doses of Vitamin C for the Treatment of Disease by Titrating to Bowel Tolerance. *Journal of Orthomolecular Psychiatry* 1981; 10: 125-32. <http://orthomolecular.org/library/jom/1981/pdf/1981-v10n02-p125.pdf>
- 2 <http://www.doctoryourself.com/omns/v02n07.shtml>
- 3 <http://www.orthomolecular.org/hof/2008/cathcart.html>
- 4 [https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Wikipedia:Articles\\_for\\_deletion/Robert\\_Cathcart&oldid=361560177](https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Wikipedia:Articles_for_deletion/Robert_Cathcart&oldid=361560177)
- 5 [https://www.youtube.com/watch?v=VkkWDDSti\\_s](https://www.youtube.com/watch?v=VkkWDDSti_s)
- 1 Swenson R. Dr. Robert Fulton Cathcart III: Pioneer in Orthomolecular Medicine. OMNS 17.4.2020. <http://www.doctoryourself.com/omns/v16n24.shtml>
- 2 Cathcart RF. Vitamin C, titrating to bowel tolerance, anascorbemia, and acute induced scurvy. <http://www.doctoryourself.com/titration.html>
- 3 Saul AW. Vitamin C for asthma and allergies. OMNS 2.5.2023. [orthomolecular.org/resources/omns/v19n24.shtml](http://orthomolecular.org/resources/omns/v19n24.shtml)