

Translated into Traditional Chinese by Richard Cheng, M.D., Ph.D
<http://orthomolecular.org/resources/omns/v17n30.shtml>

正分子醫學新聞服務 (OMNS, 2021 年 12 月 16 日) 向大多數人詢問笑的治愈能力, 大多數人會說: “當然!” 公眾第一次聽說它是在《週六評論》編輯 Norman Cousins 1979 年出版的《疾病解剖》一書中。它被出版商描述為“諾曼·考辛斯 (Norman Cousins) 通過幽默和患者參與護理來對抗危及生命的疾病的暢銷、開創性經典……它開啟了患者與醫生合作並使用幽默來增強身體的革命。’治愈能力。” [1]

雖然 Covid 似乎已經耗盡了這場革命的大部分內容 (以及所有的幽默), 但這本著名的書仍在印刷中。它甚至被拍成電視電影。 [2]

有了這一切, 人們可能會認為, 到現在為止, 醫學界會更加仔細地關注考辛斯實際上為康復所做的事情。考辛斯康復的重要組成部分是通過靜脈輸注給予極高劑量的維生素 C。 [3] 但是, 大眾似乎將他從強直性脊柱炎 (一種慢性炎症性關節炎) 中恢復過來僅僅歸功於積極的態度和幽默感 (而沒有關注到大劑量維生素 C 的作用)。

扭轉這種嚴重的病情不僅是需要笑的問題。突出故事的其餘部分非常重要, 即被邊緣化或故意排除在大多數醫學討論之外的部分。

考辛斯講述了他使用高劑量維生素 C 的決定:

“我希望從 10 克 (10,000 毫克) 開始, 然後每天增加劑量, 直到達到 25 克。為了知道我們是否走在正確的軌道上, 我們在第一次靜脈注射 10 克抗壞血酸之前進行了血沉測試。四個小時後, 我們又做了一次血沉測試: 下降了九點! 我很少知道這樣的令人興奮的療效。抗壞血酸在起作用……發燒退了, 脈搏也趨向平穩。我們增加了 VC 劑量。第二天我們用 12.5 克抗壞血酸, 第三天, 15 克, 依此類推, 直到一周結束, 我們達到 25 克……第八天結束時我能夠毫無痛苦地移動我的拇指。” (第 42-43 頁)。

Cousins 並沒有展示醫生和患者之間的合作, 而是補充道:

“[A] 婦女兩天後打電話說她曾試圖討論抗壞血酸對她丈夫的可能功效, 結果醫生通過喊“嘎嘎, 嘎嘎”打斷了她, 然後將整個過程描述為“bs”這位婦女和她的丈夫決定停止為醫生提供服務, 儘管他一直是家庭的老朋友。” (第 132 頁)

整形外科醫生 Robert F. Cathcart, M.D. 指出, 只要將總的一天的劑量的維生素 C 在清醒的~16 小時內平均地喝 (而不是將一天的劑量一下子喝掉), 並不總是需要靜脈注射維生素 C。 [4]

無論是靜脈注射還是口服, VC 使用的關鍵是用量得足夠多。沒有比重新審視考辛斯自己的經歷更好的總結了:

“第二天我们服用了 12.5 克抗坏血酸，第三天服用了 15 克，依此类推，直到周末达到 25 克（25,000 毫克）。第八天结束时，我能够在没有疼痛的情况下移动我的拇指。”

45 年来，我一直在建议患者“服用足够的 C 以消除症状，无论数量是多少。”我支持这种说法。

（OMNS 主编 Andrew W. Saul 于 1976 年教授了他的第一门健康教育课程。从那时起，他撰写、合著或合编了 26 本书，其中与医学博士 Abram Hoffer 合著了 4 本书。应 Hoffer and Hugh Riordan 博士的明确要求，Saul 于 2005 年创立了正分子医学新闻服务。翻译：成长博士，正分子医学新闻服务编辑及中文主编。）

Sincerely yours,

Richard Cheng, M.D., Ph.D., ABAARM
Fellow and Diplomate, American Academy of Anti-Aging and Regenerative Medicine (A4M)
Fellow and Diplomate, A4M Integrative Cancer Therapies

President,
Cheng Integrative Health Center
Doctor's Weight Loss Center
6149 St. Andrews Rd, Suite C
Columbia, SC 29212-3149
www.DrWLC.com
Tel: (803)233-3420
Fax: (803)454-9339



[Subscribe to our email list](#)

Notice: This message contains information from Doctor's Weight Loss Center, LLC that may be privileged and/or confidential. The information is intended for the use of the addressee only. If you are not the addressee, please be advised that any disclosure, copying, distribution or other use of the contents of this message is prohibited.

On Wed, Jan 19, 2022 at 12:31 PM Andrew W. Saul <drsaul@doctoryourself.com> wrote:

Excellent. Thank you, Richard. Is this traditional Chinese?

On 1/19/2022 11:52 AM, Dr. Richard Cheng, M.D., Ph.D. wrote:

Dear Andrew, I found your following article interesting and useful and have translated and introduced to my readers.

Chinese Translation of your article

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v17n30.shtml>

正分子医学新闻服务（OMNS，2021年12月16日）向大多数人询问笑的治愈能力，大多数人会说：“当然！”公众第一次听说它是在《周六评论》编辑 Norman Cousins 1979年出版的《疾病解剖》一书中。它被出版商描述为“诺曼·考辛斯（Norman Cousins）通过幽默和患者参与护理来对抗危及生命的疾病的畅销、开创性经典……它开启了患者与医生合作并使用幽默来增强身体的革命。‘治愈能力。’ [1]

虽然 Covid 似乎已经耗尽了这场革命的大部分内容（以及所有的幽默），但这本著名的书仍在印刷中。它甚至被拍成电视电影。 [2]

有了这一切，人们可能会认为，到现在为止，医学界会更加仔细地关注考辛斯实际上为康复所做的事情。考辛斯康复的重要组成部分是通过静脉输注给予极高剂量的维生素 C。 [3] 但是，大众似乎将他从强直性脊柱炎（一种慢性炎症性关节炎）中恢复过来仅仅归功于积极的态度和幽默感（而没有关注到大剂量维生素C的作用）。

扭转这种严重的病情不仅是需要笑的问题。突出故事的其余部分非常重要，即被边缘化或故意排除在大多数医学讨论之外的部分。

考辛斯讲述了他使用高剂量维生素 C 的决定：

“我希望从 10 克（10,000 毫克）开始，然后每天增加剂量，直到达到 25 克。为了知道我们是否走在正确的轨道上，我们在第一次静脉注射 10 克抗坏血酸之前进行了血沉测试。四个小时后，我们又做了一次血沉测试：下降了九点！我很少知道这样的令人兴奋的疗

效。抗坏血酸在起作用.....发烧退了，脉搏也趋向平稳。我们增加了VC剂量。第二天我们用12.5克抗坏血酸，第三天，15克，依此类推，直到一周结束，我们达到25克.....第八天结束时我能够毫无痛苦地移动我的拇指。”（第 42-43 页）

Cousins 并没有展示医生和患者之间的合作，而是补充道：

“[A] 妇女两天后打电话说她曾试图讨论抗坏血酸对她丈夫的可能功效，结果医生通过喊“嘎嘎，嘎嘎”打断了她，然后将整个过程描述为“bs”这位妇女和她的丈夫决定停止为医生提供服务，尽管他一直是家庭的老朋友。”（第 132 页）

整形外科医生 Robert F. Cathcart, M.D. 指出，只要将总的一天的大剂量的维生素C在清醒的~16 小时内平均地喝（而不是将一天的剂量一下子喝掉），并不总是需要静脉注射维生素 C。[4]

无论是静脉注射还是口服，VC使用的关键是用量得足够多。没有比重新审视考辛斯自己的经历更好的总结了：

“第二天我们服用了 12.5 克抗坏血酸，第三天服用了 15 克，依此类推，直到周末达到 25 克（25,000 毫克）。第八天结束时，我能够在没有疼痛的情况下移动我的拇指。”

45 年来，我一直在建议患者“服用足够的 C 以消除症状，无论数量是多少。”我支持这种说法。

（OMNS 主编 Andrew W. Saul 于 1976 年教授了他的第一门健康教育课程。从那时起，他撰写、合着或合编了 26 本书，其中与医学博士 Abram Hoffer 合着了 4 本书。应 *Hoffer and Hugh Riordan* 博士的明确要求，Saul 于 2005 年创立了正分子医学新闻服务。翻译：成长博士，正分子医学新闻服务编辑及中文主编。）

References:

1. <https://wnorton.com/books/Anatomy-of-an-Illness/>
2. <https://www.imdb.com/title/tt0086891/>
3. How to Get Intravenous Vitamin C Given to a Hospitalized Patient: A Checklist <http://www.doctoryourself.com/strategies.html>
4. Vitamin C, Titration to Bowel Tolerance, Anascorbemia, and Acute Induced Scurvy, by Robert F. Cathcart, M.D. <http://doctoryourself.com/titration.html>

The Cathcart vitamin C paper is also posted in:

Italian: http://www.doctoryourself.com/Cathcart_Italian_Titration-1.pdf

French: http://www.doctoryourself.com/Cathcart_francais_Titration.rtf

Portuguese: http://www.doctoryourself.com/Cathcart_1981_Titration_Portuguese.pdf

Spanish: http://www.doctoryourself.com/Cathcart_1981_Titration_Spanish.pdf