

Naturlig vitamin E motvirker kreft – tabloidpressen feilinformerer

Tabloidpressen og ulike nettsteder¹ rapporterer gjerne om negative virkninger av vitaminer og mineraler, trolig fordi dårlige nyheter selger bedre enn gode. En årsak til at mange er negative til vitaminer, er at farmasøytisk industri betaler for studier som bruker syntetiske i stedet for naturlige vitaminer, bruker for små doser og ikke finner gunstige effekter. Forskere utfører gjerne forsøk med mus og rotter, selv om resultatene av slike forsøk ofte ikke sier noe om virkningene av naturlige vitaminer på mennesker. De får likevel mye oppmerksomhet som bidrar til å forsterke inntrykket at store doser vitaminer kan være skadelige.

Tekst Andrew W. Saul Oversatt/tilrettelagt Dag Viljen Poleszynski Foto

Forutsigbart nok har enda en medieslakt av vitamin E fått masse oppmerksomhet i USA. Dette spesielle angrepet er bare ett i en pinlig lang serie angrep på vitaminer. En fersk studie skal ha vist at vitamin E til og med *fremmer* kreft.²

Med en så oppskrytt studie kunne forskerne i det minste ha brukt naturlig vitamin E, hvilket de ikke gjorde. Jeg har finlest originalartikkelen. Der nevnes “vitamin E” om og om og om igjen, men ordene “d- α -tokoferol” eller “blandede, naturlige tokoferoler” omtales ikke i det hele tatt – bortsett fra i én referanse. Hvorfor? Fordi det er akkurat *det* naturlig vitamin E kalles. Hvis forskerne hadde tatt seg bryet med å bruke naturlig vitamin E, ville det trolig ha funnet at det hadde *redusert* kreftforekomsten. Her er ett eksempel:

– Hvis man tar cirka 200 mg naturlig vitamin E per dag, kan man forvente at risikoen for å få lungekreft reduseres med 60 prosent.

Syntetisk Vitamin E er selvsagt mindre effektivt!

Hvis du pløyer deg grundig gjennom artikkelens fagsjargong, vil du oppdage at den negative studien brukte DL- α -tokoferylacetat, et syntetisk ”pseudovitamin E”. Naturlig vitamin E består av åtte ulike biokjemiske molekyler som kalles henholdsvis α -, β -, δ - og γ -tokoferol og α -, β -, δ - og γ -tokotrienol. Den hyppig siterte ”Vitamin-E-forårsaker-lungekreft”-studien overså dette. Jeg tror at forfatterne var flau over at de valgte *syntetisk* vitamin E, for som nesten alle vet, er syntetisk vitamin E det naturlige vitaminet underlegent. Derfor uttalte de forsiktig bare én gang i artikkelen hvilken form for ”E” de brukte.

*****boks*****

Helt gresk

Innen biokjemien er det vanlig å bruke greske bokstaver for å skille mellom ulike varianter (isomerer) av samme molekyl. I tråd med dette skriver vi α , β , δ og γ istedenfor alfa, beta, delta og gamma.

Dessuten overså forfatterne fullstendig tokotrienoler. Se etter det ordet i deres studie, som i sterke ordelag fordømmer vitamin E. Les virkelig nøye gjennom artikkelen. Ordet finnes ikke der, og heller ikke avisene skriver om tokotrienoler. Ikke én eneste gang.

Hvorfor? Kan det være fordi γ -tokotrienol er kjent for å ødelegge kreftstamceller?

- Forskning publisert i *International Journal of Cancer* viser at γ -tokotrienol, en kofaktor som finnes i naturlig vitamin E, faktisk dreper prostatakreftstamceller. Det er fra disse cellene prostatakreft utvikler seg. De enten er eller blir raskt motstandsdyktige mot cellegifter. Likevel inneholder naturlig vitamin E-komplekset akkurat det som dreper kreften. Mus som fikk γ -tokotrienol i føret, viste en forbløffende 75 prosents reduksjon i dannelsen av kreftsvulster.³
- γ -tokotrienol motvirker også effektivt eksisterende prostatakreft.^{4,5}

Konstruert for å mislykkes?

Syntetisk vitamin E ble valgt. Det fungerte ikke. Naturlig vitamin E ble ikke brukt, ei heller tokotrienoler. Jeg utfordrer enhver forsker eller journalist til å bortforklare disse utelatelsene.

Basert på data fra USAs landbruksdepartement⁶ (USDA) inntar så forbløffende mange som 90 prosent av alle nordamerikanere ikke en gang den lave, anbefalte dagsdosen av vitamin E. Hvis man forteller folk at de ikke bør ta vitamin E, vil de dø som fluer. Medisinske media burde skamme seg.

Hvis du vil vite mer om hvordan vitamin E og andre antioksidanter motvirker kreft, finnes det nok av studier.^{7,8,9,10,11}

***** boks*****

Om forfatteren

Andrew W. Saul (f. 1955) er redaktør og kontaktperson for OMNS og hovedredaktør for den omfattende læreboka *The orthomolecular treatment of chronic disease*, som utkom i juni 2014, jf. <http://www.doctoryourself.com/treatmentreviews.html>. Han ble sist presentert i VOF nr. 5-2014 og har til nå bidratt med 13 artikler i *Helsemagasinet*. Redaksjonsrådet i OMNS har for tida 24 medlemmer fra 11 land; e-post: omns@orthomolecular.org.

Kilder:

¹ Berman J. Antioxidants fuel lung cancer in mice. 1.2.2014. <http://www.voanews.com/content/antioxidants-fuel-lung-cancer-in-mice/1842365.html>

² Sayin VI, Ibrahim MX, Larsson E mfl. Antioxidants accelerate lung cancer progression in mice. *Science Translational Medicine* 2014; 29: 221ra15. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24477002>

³ Luk SU, Yap WN, Chiu YT mfl. Gamma-tocotrienol as an effective agent in targeting prostate cancer stem cell-like population. *International Journal of Cancer* 2011; 128: 2182-91. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20617516>

⁴ Nesaretnam K, Teoh HK, Selvaduray KR mfl. Modulation of cell growth and apoptosis response in human prostate cancer cells supplemented with tocotrienols. *European Journal of Lipid Science and Technology* 2008; 110: 23-31. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/ejlt.200700068/abstract>.

⁵ Conte C, Floridi A, Aisa C mfl. Gamma-tocotrienol metabolism and antiproliferative effect in prostate cancer cells. *Annals of the New York Academy of Sciences* 2004; 1031: 391-4. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15753178>

⁶ <http://lpi.oregonstate.edu/infocenter/vitamins/vitaminE/>; scroll down to "Deficiency".

⁷ Vitamin E attacked again. Of course. Because it works. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v07n11.shtml>

⁸ Vitamin C slows cancer down: And, doctors say, can reverse it as well. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v04n19.shtml>

⁹ Antioxidants prevent cancer and some may even cure it. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v09n02.shtml>

¹⁰ Vitamins decrease lung cancer risk by 50% <http://orthomolecular.org/resources/omns/v07n13.shtml>

¹¹ Vitamin E prevents lung cancer: News media virtually silent on positive vitamin research

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v04n18.shtml>