



Karl Hecht

Vitamin C ist mehr als ein Vitamin



Vitamin C rettet Leben
und gibt Gesundheit



Vitamin C ist mehr als ein Vitamin

**Vitamin C rettet Leben und
gibt Gesundheit**



Prof. em. Prof. Dr. med. habil. Karl Hecht

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

1. Auflage Januar 2023
© Spurbuchverlag, 96148 Baunach
info@spurbuch.de, www.spurbuch.de

Ausführung: pth-mediaberatung GmbH, Würzburg
Umschlaggestaltung, Satz und Layout: Anke von Schalscha-Ehrenfeld

ISBN 978-3-88778-066-1

Weitere Bücher zu den Themen Gesundheit und Alternative Medizin finden Sie unter **www.spurbuch.de** und **www.aktivundgesund.de**. Fordern Sie auch unser Gesamtprogramm „Aktiv & Gesund leben“ an – im Internet oder unter **info@spurbuch.de**.

Inhalt

Editorial	Wichtiger Hinweis	6
	Vorwort	7
Kapitel 1	Definitionen zum Vitamin C	10
Kapitel 2	Geschichte des Vitamin C	13
Kapitel 3	Neue Studien (2020)	20
Kapitel 4	Vitamin C und Covid-19	25
Kapitel 5	Vitamin C als Antioxidant	30
Kapitel 6	Weitere wichtige Funktionen des Vitamin C	35
Kapitel 7	Superheilmittel Vitamin C	46
Kapitel 8	Blick in die Zukunft	54
Kapitel 9	Zusammenfassung	58
Anhang	Literatur	60
	Kurzbiografie des Autors	63
	Danksagung	64

Wichtiger Hinweis

Das Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt vor allem für Vervielfältigung, Übersetzung, Mikroverfilmung und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen. Der Autor erklärt, dass kein Interessenkonflikt besteht.

Die Ausführungen in diesem Buch sind nach aktuellsten wissenschaftlichen Erkenntnissen unter systemregulatorischen (ganzheitlichen) Aspekten zusammengestellt worden.

Die Empfehlungen basieren auf praktischen Erfahrungen und sind sorgfältig geprüft. Sie können durch die angegebene weiterführende Literatur nachvollzogen werden. Alle Angaben dienen der Aufklärung und der Information.

Mit Bezug auf den weltbekannten Arzt Rudolf Virchow (1821-1902) wird unsererseits nachdrücklich betont, dass die Medizin eine individuumsbezogene Lebenswissenschaft ist. Deshalb können z. B. Verläufe von Erkrankungen und Therapieeffekte und ihre Dosierung bei jedem Menschen unterschiedlich sein.

Der vorliegende Text dieses Buches ist von uns mit bestem Wissen und Gewissen, unter Einbeziehung des gegenwärtigen wissenschaftlichen Erkenntnisstandes sorgfältig bearbeitet worden.

Ungeachtet dessen und der Tatsache, dass die Medizin eine individuumsbezogene Lebenswissenschaft ist, können die Autoren und der Verlag für gegebene Empfehlungen keine Gewähr und keine Haftung übernehmen. Beratungen mit dem jeweiligen Arzt sind daher unbedingt erforderlich.

Vorwort

Vitamin C rettet Leben

Seitdem James Cook (1728-1779) die Seefahrer-Krankheit Skorbut durch Vitamin-C-reiche Nahrung ausrottete und damit den Seefahrern das Leben rettete, ist das Vitamin C in Form der Ascorbinsäure als ein für den Menschen unverzichtbarer Wirkstoff für Gesundheit und Verhinderung von Krankheit (besonders von Infektionen) bekannt geworden. Diese Aussage wird seitdem in über 15.000 wissenschaftlichen Studien belegt.

Vitamin C besitzt eine große Vielfalt an Wirkungen. Aufgrund seiner antioxidativen Wirkung spielt die Ascorbinsäure in biologischen Systemen als Radikalfänger eine wichtige Rolle und schützt Lipide, Proteine, Nukleinsäuren und Zellmembranen vor oxidativen Schäden. Eine weitere Hauptfunktion des Vitamin C ist dessen Immunkompetenz, also die Stärkung des Immunsystems.

Ärzte und andere Heilberufler, denen Gesundheit und Leben ihrer Patienten ein Bedürfnis ist, empfehlen richtig dosiertes Vitamin C. Sie können auf Erfolge ihrer ärztlichen Kunst zurückblicken.

Es gibt aber auch einen unheilvollen Trend gegen das Vitamin C. Von der Pharmaindustrie und der Schulmedizin wird die

Wirkung von Vitamin C ohne wissenschaftliche Grundlage oder mit Studien in niedriger Dosisverabreichung kleingeredet. Damit wird eine flächendeckende Anwendung von Vitamin C verhindert.

Ärzte, die Vitamin C verordnen, werden vor allem von der Pharmaindustrie als Scharlatane diffamiert. So auch vor Jahren der US-amerikanische Chemiker und Doppelnobelpreisträger Linus Pauling.

Warum ist das so?

Der Autor des Buchs „Superheilmittel Vitamin C“, Thomas E. Levy, der seine Ausführungen mit 1200 Quellenangaben von Studien belegt, gibt folgende Antwort.

„Vitamin C ist für jedermann zugänglich und deshalb nicht patentierbar – somit lässt sich kein Geld damit verdienen. Die Verleumdungskampagne geht sogar so weit, dass die amerikanische Gesundheitsbehörde FDA ein mit spektakulären Erfolgen eingesetztes, intravenös injizierbares Vitamin-C-Präparat verbieten ließ.“

Analogen lässt sich auch bei der Behandlung und Verhinderung der Covid-19-Infektionskrankheit feststellen. In der Volksrepublik China kam Vitamin C zum Einsatz.

Die chinesische Regierung hat von der Dutch Mine Company am 1. März 2020 fünfzig Tonnen Ascorbinsäure (Vitamin C) aufgekauft und sofort zum Einsatz gebracht und zwar als i. v. Infusionen mit täglich 15.000 bis 30.000 mg.

Sowohl über den Kauf des Vitamin C als auch über den erfolgreichen Einsatz wurde in Asien sehr breit berichtet. In den USA und in Europa wurde es verschwiegen. Die Volksrepublik China konnte deshalb sofort wieder ihre Wirtschaft ankurbeln und sich damit ihre Weltmachtstellung sichern!

Die Effektivität hoher Vitamin-C-Gaben bei allen Virus- und Bakterienerkrankungen ist in Tausenden von Studien belegt. Mehr dazu in Kapitel 7 dieses Buchs.



Als Ärzte haben wir den Hippokratischen Eid abgelegt, in dem es heißt:

„Meine Verordnungen werde ich treffen zu Nutz und Frommen der Kranken, nach bestem Vermögen und Urteil; ich werde sie bewahren vor Schaden und willkürlichem Unrecht.“

Zudem fühle ich mich an das ärztliche Gelöbnis der Genfer Deklaration des Weltärztebundes [2017] gebunden, in dem es unter anderem heißt:

„Als Mitglied der ärztlichen Profession gelobe ich feierlich, mein Leben in den Dienst der Menschlichkeit zu stellen. Die Gesundheit und das Wohlergehen meiner Patientin oder meines Patienten werden mein oberstes Anliegen sein.

Ich werde die Autonomie und die Würde meiner Patientin oder meines Patienten respektieren. Ich werde den höchsten Respekt vor menschlichem Leben wahren.

Ich werde nicht zulassen, dass Erwägungen von Alter, Krankheit oder Behinderung, Glaube, ethnischer Herkunft, Geschlecht, Staatsangehörigkeit, politischer Zugehörigkeit, Rasse, sexueller Orientierung, sozialer Stellung oder jeglicher anderer Faktoren zwischen meine Pflichten und meine Patientin oder meinen Patienten treten.

Ich werde die mir anvertrauten Geheimnisse auch über den Tod der Patientin oder des Patienten hinaus wahren. Ich werde meinen Beruf nach bestem Wissen und Gewissen, mit Würde und im Einklang mit guter medizinischer Praxis ausüben.

Ich werde die Ehre und die edlen Traditionen des ärztlichen Berufes fördern.

Ich werde meine Patienten richtig informieren.“

Das möchte ich in diesem Büchlein wahrheitsgemäß tun, so wie es unser großer Dichter und Denker Johann Wolfgang von Goethe gefordert hat:

„... Man muss das Wahre immer wiederholen, weil auch der Irrtum um uns her immer wieder gepredigt wird und zwar nicht von einzelnen, sondern von der Masse. In Zeitungen und Enzyklopädiën, auf Schulen und Universitäten, überall ist der Irrtum obenauf, und es ist ihm wohl und behaglich, im Gefühl der Majorität, die auf seiner Seite ist.“

[Johann Wolfgang von Goethe, 1749-1832, Quelle: Goethe, J. W., Gespräche mit Peter Eckermann, 16. Dezember 1828]

Was ist Vitamin C?



Abbildung 1:

Albert Szent-Györgyi: Mediziner, Biochemiker, Nobelpreisträger für Physiologie und Medizin für die Isolierung der Ascorbinsäure (Vitamin C)

[Wikipedia, Von FOTO:FORTEPAN / Semmelweis Egyetem Levél-tára, CC BY-SA 3.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=50839515>]

Vitamin C ist Ascorbinsäure.

Die Ascorbinsäure wurde 1928 von dem ungarischen Biochemiker Albert Szent-Györgyi erstmals in reiner Form dargestellt. Sie ist im menschlichen Körper in einer großen Anzahl von Stoffwechselprozessen wichtig. Das Fehlen von Vitamin C hat die Multimorbidität zur Folge, d. h. es treten viele Krankheitssymptome gleichzeitig auf.

Zwei Nobelpreise für Vitamin C

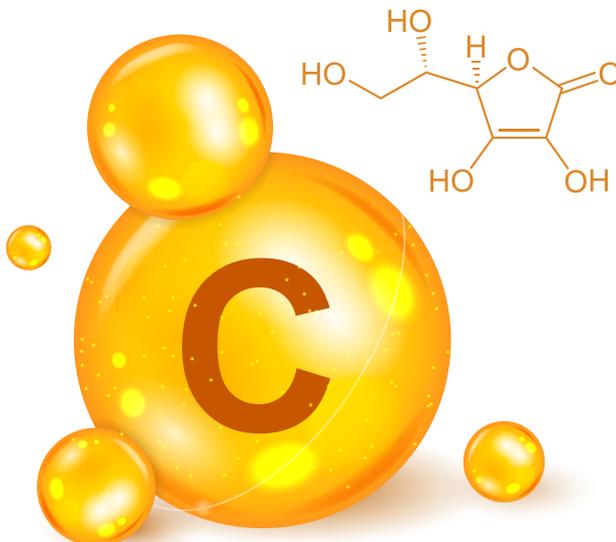
Albert Szent-Györgyi hat Vitamin C aus Paprikaschoten und Kohl durch Kristallisationsversuche isoliert. Die molekulare Struktur wurde 1933 von dem britischen Chemiker Norman Haworth beschrieben, der gemeinsam mit Szent-Györgyi auch den

Namen von ursprünglich Hexuronsäure in L-Ascorbinsäure änderte. Bereits ein Jahr später gelang Haworth gemeinsam mit dem Schweizer Chemiker Tadeus Reichstein die Synthese von L-Ascorbinsäure aus Glucose, sodass es für weitere Forschungen in ausreichender Menge zur Verfügung stand.

Dr. med. Albert Szent-Györgyi erhielt 1937 für seine Arbeiten über Vitamin C den Nobelpreis für Medizin und Norman Haworth 1937 den Nobelpreis für Chemie.

Von Dr. med. Albert Szent-Györgyi stammen die folgenden weisen Worte:

„Entdeckung bedeutet: Etwas zu sehen, was jeder andere gesehen hat und zu denken, was niemand gedacht hat.“



Geschichte des Vitamin C



Abbildung 2:

In der Zeit von Johannes Lind war Skorbut die häufigste Todesursache von Seeleuten.

(Shutterstock.com)

Die Seefahrerkrankheit Skorbut

Die chemische Bezeichnung von Vitamin C ist Ascorbinsäure. C-Vitaminmangel verursacht die Krankheit Skorbut. Daher bekam die Ascorbinsäure ihren Namen „Anti-Skorbut-Säure“.

Die erste Studie zur Anti-Skorbut-Wirkung von Vitamin C führte der englische Schiffsarzt Johannes Lind 1754 durch. Er konnte nachweisen, dass Skorbut bei Seefahrern durch Verzehr von Zitrusfrüchten geheilt wurde. In diesen Zeiten war Skorbut die häufigste Todesursache von Seeleuten.

Historische Aspekte zur Seefahrerkrankheit

Am 20. September 1519 startete der portugiesische Seefahrer Ferdinand Magellan zur ersten Weltumsegelung. Als Nahrungsmittel erhielten die Seefahrer fast ausschließlich Zwieback, gepökelttes Fleisch und getrockneten Fisch.

Der größte Teil der Besatzung erkrankte an Skorbut und starb. An Bord befand sich auch der italienische Chronist Antonio

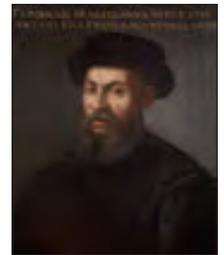


Abbildung 3:

Ferdinand Magellan, 1519-1522 Weltumsegelung. Von den 240 Matrosen umrundeten nur 35 die Erde. Viele Seeleute starben an Skorbut.

[Wikipedia, The Mariner's Museum Collection, Gemeinfrei, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=44265>]

Zusammenfassung

Vitamin C in Form von Ascorbinsäure ist neben seiner Antiskorbutwirkung in über 15.000 Funktionen des menschlichen Organismus einbezogen und übt sehr viele Aufgaben zur Erhaltung von Leben und Gesundheit aus. Es wirkt als:

- Regulator • Aktivator
- Promotor und • Moderator

Vitamin C stimuliert die Funktion des Immunsystems über die Antikörperimmunität und über die zellvermittelte Immunreaktion (Helferzellen, Naturkillerzellen, Leukozyten u. a.). Diese Zellen enthalten die 10-20-fach höhere Menge an Vitaminen als das Blut.

Vitamin C ist ein maßgeblicher Regulator des RED-OX-Funktionssystems und wirkt als starkes Antioxidant.

Immunkompetenz und Antioxidantienfunktionen des Vitamin C sind bei den gegenwärtig gestressten Menschen wichtig für die Resistenz (Widerstandsfähigkeit) gegen alle Umwelteinflüsse.

Vitamin C hemmt, ähnlich wie das Siliziumdioxid, den Alterungsprozess.

Vitamin C und Siliziumdioxid haben eine Anzahl von gleichen Funktionen im menschlichen Körper.

Während die meisten Tiere selbst Vitamin C produzieren können, fehlt dem Menschen diese Eigenschaft. Er benötigt die ausreichende Zufuhr von Vitamin C. Diese soll mit einer Tagesdosis von 1000 mg für Gesunde erfolgen.

Zur Erhaltung der Gesundheit benötigt der heute auf unserem Planeten lebende, stark gestresste und einer schleichenden Vergiftung ausgesetzte Mensch hohe Dosen von Vitamin C.

Die Hochdosierung von Vitamin C wurde in den 50er Jahren des vergangenen Jahrhunderts erstmals effektiv bei Patienten und Polioinfizierten und Herpesvirenfekten angewendet. Heute ist sie Goldstandard.

Die Wirkung der Hochdosierungstherapie und -prophylaxe ist durch viele Studien belegt. Im Buch von T. Levy (2020): „Superheilmittel Vitamin C“ werden 1200 Literaturquellen angegeben.

In der Volksrepublik China werden 50 Tonnen Ascorbinsäure für die Covid-19-Viruserkrankten effektiv eingesetzt. Es werden Tagesdosierungen von 15.000-30.000 mg pro Person angewendet. Während in Asien über die erfolgreiche Anwendung von hochdosiertem Vitamin C ausführlich berichtet wurde, wurden in Europa und den USA die Effekte verschwiegen. Die Volksrepublik China hat schon nach kurzer Zeit die Covid-19-Pandemie überwunden und ihre Wirtschaft ist aufgeblüht.

Mit vitaminreichen Früchten (heutzutage möglich als Fracht), natürlichem Saft oder Fruchtexttrakten wie von Camu-Camu, Acerolakirsche, Sanddorn, Schwarze Johannisbeere, Hagebutte u. a. kann der tägliche Vitaminbedarf gedeckt werden (aber zuckerarm).

Vitamin C ist wärme- und lichtempfindlich. Obst und Gemüse nicht in der Sonne lagern und auch nicht über 60 °C kochen.

Kranke und Risikopersonen sollten in regelmäßigen Abständen (in Absprache mit dem Arzt / Heilpraktiker) Vitamin C mit Infusion (15 g) in Anspruch nehmen. Die Krankenkassen sollten diese hochdosierte Vitamin-C-Behandlung /-Prophylaxe in ihr Programm aufnehmen.

Vitamin-C-Mangel ist heute durch das stressende und umweltverschmutzte Leben als chronischer subklinischer Skorbut als Volkskrankheit unbedingt anzuerkennen. Damit einher geht die Schwächung der Immunzellen und dieses erlaubt den Viren ihre volle Entfaltung: Das haben die chinesischen Ärzte gut verstanden.

BITTE MERKEN SIE:

Alle Tiere (außer Affen und Meerschweinchen) haben die genetische Anlage zur Selbstproduktion von Vitamin C.

Dem Menschen fehlt diese Schutzfunktion offensichtlich aufgrund einer genetischen Fehlentwicklung.

Die Anlage für die Vitamin-C-Produktion hat der Mensch, aber sie funktioniert nicht. Deshalb muss der Mensch durch permanente Zufuhr dafür sorgen, dass seine Abwehrkraft, besonders wenn er permanent gestresst ist, ausreichend mit Vitamin C gestärkt wird.

Prof. em. Prof. Dr. med. habil. Karl Hecht

Vitamin C ist mehr als ein Vitamin

Vitamin C rettet Leben und gibt Gesundheit

Der Autor nimmt kein Blatt vor den Mund: Vitamin C in Form der Ascorbinsäure ist ein für den Menschen unverzichtbarer Wirkstoff für Gesundheit und zur Verhinderung von Krankheit (besonders Infektionen). Die Effektivität hoher Vitamin-C-Gaben bei allen Virus- und Bakterienerkrankungen wird in über 15.000 wissenschaftlichen Studien belegt. Vitamin C besitzt eine große Vielfalt an Wirkungen. Aufgrund seiner antioxidativen Wirkung spielt die Ascorbinsäure in biologischen Systemen als Radikalfänger eine wichtige Rolle. Eine weitere Hauptfunktion des Vitamin C ist dessen Immunkompetenz (Stärkung des Immunsystems).

Ärzte und andere Heilberufler, denen Gesundheit und Leben ihrer Patienten ein Bedürfnis ist, empfehlen richtig dosiertes Vitamin C. Sie können auf Erfolge ihrer ärztlichen Kunst zurückblicken. Beispielsweise hat die chinesische Regierung von der Dutch Mine Company am 1. März 2020 rund 50 Tonnen Ascorbinsäure aufgekauft und sofort zum Einsatz gebracht und zwar als i. v. Infusionen für die an Covid-19 erkrankten Personen mit täglich 15.000 bis 30.000 mg. Sowohl über den Kauf des Vitamin C als auch über den erfolgreichen Einsatz wurde in Asien sehr breit berichtet. In den USA und in Europa wurde es verschwiegen. Denn es gibt auch einen unheilvollen Trend gegen das Vitamin C: So wird eine flächen-deckende Anwendung von Vitamin C verhindert. Ärzte, die Vitamin C verordnen, werden als Scharlatane diffamiert, wie vor Jahren der Doppel-Nobelpreisträger Linus Pauling.

Warum ist das so? Lesen Sie die informative Gesamtanalyse des Gesundheits-Professors.

„... Man muss das Wahre immer wiederholen, weil auch der Irrtum um uns her immer wieder gepredigt wird und zwar nicht von einzelnen, sondern von der Masse. In Zeitungen und Enzyklopädiën, auf Schulen und Universitäten, überall ist der Irrtum obenauf, und es ist ihm wohl und behaglich, im Gefühl der Majorität, die auf seiner Seite ist.“

Johann Wolfgang von Goethe, 1749-1832

ISBN 978-3-88778-585-7



9 783887 785857

www.spurbuch.de