

## Vitamin C reduziert COVID-Todesfälle um zwei Drittel

### Kommentar von Patrick Holford

(OMNS 13. Oktober 2020)

Die weltweit erste randomisierte, placebo-kontrollierte Studie, die darauf ausgerichtet war, die Wirkung von hochdosiertem intravenösen Vitamin C zu testen, ergab eine Reduzierung der Sterblichkeit bei den am schwersten erkrankten Patienten um zwei Drittel. [1] In der von Professor Zhiyong Peng am Zhongnan University Hospital in Wuhan geleiteten Studie, die im Februar begann, wurde Patienten, die kritisch an COVID-19 erkrankt waren und beatmet wurden, entweder zweimal täglich 12.000 Milligramm Vitamin C oder steriles Wasser über den Tropfer verabreicht. Weder die Patienten noch die Ärzte wussten, wer Vitamin C oder ein Placebo bekommen hat, sodass es sich um eine „Doppelblindstudie“ handelte. Das ist der sogenannte „Gold-Standard“ im Forschungsdesign.

Insgesamt 5 von 26 Patienten (19%) verstarben in der Vitamin C-Gruppe, während 10 von 28 (36%) starben, die das Placebo erhalten hatten. Das bedeutet, dass Vitamin C die Zahl der Todesfälle fast halbiert hat. Die Patienten, die Vitamin C bekamen, hatten eine 60% höhere Überlebenschance.

Das Schlüsselmaß für den Schweregrad der Symptome ist der SOFA Oxigenierungsindex. Patienten mit einem SOFA-Score größer als drei sind am schwersten erkrankt. Von diesen Schwerkranken starben 4 (18%) in der Vitamin C-Gruppe gegenüber 10 (50%) in der Placebo-Gruppe. Das sind zwei Drittel weniger Todesfälle. Rein statistisch bedeutet das, dass es für 80% der Schwerkranken, die Vitamin C erhielten, weniger wahrscheinlich war zu sterben. Dieses Ergebnis, das durch eine deutliche Reduzierung der Entzündungsmarker im Blut untermauert wurde, war ohne Zweifel statistisch signifikant. Dieser Nutzen war erheblich größer als der Nutzen, den man der randomisiert-kontrollierten Studie mit Dexamethason entnehmen konnte. Dem entzündungshemmenden Steroid-Medikament, das Schlagzeilen gemacht hat als die einzige nachgewiesene Behandlungsweise von COVID-19. [2] In dieser Studie starben 23% der Patienten, die das Medikament erhalten hatten, im Vergleich zu 26% in einer Placebo-Gruppe. Es gab jedoch mehr als 6.000 Teilnehmer an der Studie, sodass die Ergebnisse statistisch signifikant waren.

Aber nun gibt es ein anderes bewährtes Mittel zur Behandlung: Vitamin C. Für die Studie in Wuhan wurden 140 Patienten benötigt, um ausreichend für die Statistiken aufgestellt zu sein. Im März gingen ihnen jedoch die COVID-Fälle aus. Einen Monat, nachdem 50 Tonnen Vitamin C, das sind 50 Millionen ein-Gramm-Dosierungen, nach Wuhan verfrachtet worden waren, die an Patienten und Beschäftigte in den Kliniken verteilt wurden. Die Zahlen der Neuaufnahmen auf den Intensivstationen sanken. Professor Peng erreichte schließlich nur ein Drittel der ursprünglich geplanten Teilnehmerzahl. Obwohl das statistische Gesamtergebnis, das fast halb so viele Todesfälle zeigte, nicht signifikant war, waren die Ergebnisse aus dem SOFA-Oxygenierung-Score und anderen Markern statistisch signifikant.

Diese Ergebnisse sind besonders wichtig, wenn zugleich Fallberichte von amerikanischen Intensivstationen zeigen, dass bei Nutzung von 12.000 mg Vitamin C fast keine Todesfälle bei Patienten auftraten, die nicht bereits an einer Vorerkrankung im Endstadium litten und auch über 85 Jahre alt waren. [3] Und von einer britischen Intensivstation, die 2.000 mg Vitamin C anwendete, wurde die niedrigste Mortalität aller Intensivstationen im Vereinigten Königreich berichtet. Mit einer Reduzierung um ein Viertel. [4]

Die besten Ergebnisse werden von Intensivstationen berichtet, die Vitamin C, Steroide und Antikoagulantien in Kombination einsetzen, was bereits seit April die Standardbehandlung in China gewesen ist. Die Mortalitätsrate für COVID-19 liegt in China bei 3 Personen pro Million, gegenüber 624 pro Million im Vereinigten Königreich - gemäß Worldometer Daten. [5]

Darüber hinaus werden Berichte von Intensivstationen erbracht, die bei ihren Patienten die Vitamin C-Blutwerte testen und feststellen, dass die Mehrheit einen Vitamin C-Mangel hat. Viele davon mit nicht nachweisbaren Vitamin C-Spiegeln, die als skorbutisch zu diagnostizieren wären. Eine Intensivstation in Barcelona stellte fest, dass 17 von 18 Patienten nicht nachweisbare Vitamin C-Werte hatten, ähnlich wie bei Skorbut. [6] Eine andere Intensivstation in Amerika fand heraus, dass fast alle ihre Patienten einen Vitamin

C-Mangel hatten. Aber diejenigen, die nicht überlebten, hatten erheblich niedrigere Werte als die anderen.  
[3]

Skorbut „killed“ in der Zeit zwischen 1500 und 1800 zwei Millionen Seefahrer auf der ganzen Welt. James Lind fand 1747 den Weg zur Heilung: das Vitamin C in Zitronen. Aber es dauerte fünfzig Jahre, bis die Marine seine Entdeckung ernst nahm. Der lebensrettende Effekt war so dramatisch, dass die Seefahrer als „Limeys“ (lime = Zitrone/Limette) bekannt wurden.

Wird sich dasselbe bei COVID-19 ereignen? Mit mehr als einer Million Toten weltweit und dem Potenzial von Vitamin C, die Todesrate halbieren zu können, ist jeder Tag, den unsere Regierungen, „digitalen Ringmaster“ und Ärzte verstreichen lassen, ohne Vitamin C ernst zu nehmen, ein weiterer Tag mit nicht nötigen Todesopfern. Bedingt durch das Ignorieren von klaren Beweisen. Und das sind keine „Fake News“.

Es ist nicht das Corona-Virus, das Menschen mit COVID tötet. Es ist gewöhnlich das Immunsystem, das gegen tote Viruspartikel überreagiert, sobald die virale Infektion vorbei ist, was einen „Zytokinsturm“ auslöst, so etwas wie ein entzündliches Feuer, das außer Kontrolle geraten ist. Das ist der Zeitpunkt, zu dem hohe Dosierungen von Steroiden und Vitamin C benötigt werden. Normalerweise setzen die Nebennieren, die hundertmal mehr Vitamin C enthalten als andere Organe, sowohl das stärkste körperliche Steroidhormon Cortisol wie auch Vitamin C in Notzuständen frei. Die Steroide helfen dem Vitamin C, in die Zellen zu gelangen und das „Feuer“ zu beruhigen. Vitamin C ist sowohl antientzündlich als auch antioxidativ, und es wischt die oxidativen Spuren des Zytokinsturms weg. Ohne Vitamin C kann auch das Steroidhormon Cortisol nicht optimal arbeiten. Deshalb verabreichen die Ärzte auf den Intensivstationen sowohl Extra-Gaben Vitamin C als auch Steroide, um Patienten aus der Gefahrenzone zu bringen.

Aber besser ist es, wenn verhindert wird, dass eine Person jemals in diese kritische Phase von COVID-19 kommt. Durch eine frühe Intervention mit 1.000 mg Vitamin C eine Stunde nach Auftreten der ersten Symptome könnten wahrscheinlich noch mehr Leben gerettet werden. Dadurch wird die Dauer und die Schwere der Symptome deutlich reduziert. Bei den meisten verschwinden die Symptome sogar innerhalb von 24 Stunden. Es dauert bei einer COVID-19 Erkrankung durchschnittlich zwei Wochen, um die Zytokinsturm-Phase auszulösen. Während dieser Zeit ist der Patient dem Risiko ausgesetzt, eine Vitamin C-Defizienz und dann einen akut induzierten Skorbut zu entwickeln. Wenn Sie die Infektion innerhalb von 48 Stunden besiegen können, werden Sie aus dem Größten heraus sein. Sie können Ihr Risiko noch weiter reduzieren, indem Sie Vitamin D (5.000 IU oder mehr: 20.000 IU für einige Tage, falls Sie schon Symptome haben), Magnesium (400 mg als Malat, Citrat oder Chlorid) und Zink (20 mg) nehmen. [7-11] Vorbeugen ist besser als heilen.

### **Pauling setzte das C in „Colds“ (Erkältungen) und „COVID“**

Ähnlich wie Linds Zitronen bewies der zweifache Nobelpreis-Träger Dr. Linus Pauling in den 1970er Jahren die Kraft von hochdosiertem Vitamin C. [12-18] Es ist ihm zu verdanken, dass wir den Nutzen hoher Dosen Vitamin C kennen. Das Cover seines wegweisenden Buches „Vitamin C and the Common Cold“ hat ein Statement, das in Bezug auf eine vorhergesagte Schweinegrippe-Epidemie lautet: „Es ist besonders wichtig, dass jeder weiß, dass er sich selbst zu einem erheblichen Teil gegen die Erkrankung und ihre Folgen schützen kann mit diesem wichtigen Nährstoff Vitamin C.“ [19] Es sind 50 Jahre vergangen, seit Pauling die antivirale Kraft von Vitamin C bewiesen hat. Ist es nicht an der Zeit, dass wir das endlich ernst nehmen?