

## Bør vi ta vitaminer i forbindelse med operasjoner?

**De siste tiårene har jeg møtt mange som har gjennomgått operasjoner på sykehus. Ingen av dem har fått råd om å innta for eksempel vitamin C verken i forkant av operasjonen eller etterpå. Tvert imot er flere av dem blitt advart mot vitamintilskudd. Samme erfaring har Andrew W. Saul, som kan vise til studier og kliniske erfaringer som klart dokumenterer nytten av for eksempel å ta store doser vitamin C.<sup>1</sup> Det gir raskere sårheling, reduserer infeksjonsrisikoen og gjør at pasienten raskere blir frisk.**

Tekst Andrew W. Saul

Oversatt/tilrettelagt Dag Viljen Poleszynski

Over 100 millioner amerikanere vil gjennomgå en operasjon i år, og jeg har nylig vært en av dem. Det var ikke en stor sak: en poliklinisk utført rutinebrokkreparasjon forårsaket av "visst kan jeg løfte en ekstremt tung kasse"-syndromet, noe som nesten helt sikkert er kodet på mitt mannlige Y-kromosom.

I deres personlige instruksjoner for å forberede meg på operasjonen, gjorde kirurgen og sykehuset et poeng av å be meg slutte å ta vitaminer. De skrev følgende:

"Seponer alle kost- og urtetilskudd en uke før operasjonen. STOPP å ta følgende medisiner på oppgitt dato:

Multivitamin 1 tablett oralt en gang om dagen  
Askorbinsyre (vitamin C) 500 milligram oralt en gang om dagen."

Sitatet er uredigert. De store bokstavene i brevet med vekt på "stopp" var deres.

For et uklokt råd! Det er ikke skrevet en eneste lærebok i ernæring hvor det ikke sies hvor viktig vitamin C er for sårheling. Skal vi likevel slutte å ta selv en skarve dose på 500 mg per dag av vitamin C en hel uke før operasjonen?

Kanskje er det like greit at de ikke visste at jeg fortsatte å ta flere hundre gram vitamin C hver eneste dag som forberedelse til inngrepet. Tolv timer før operasjonen tok jeg ingenting, slik jeg ble bedt om, noe som var nødvendig fordi magen av sikkerhetsårsaker må være tom i forbindelse med bedøvelsen. Jeg sluttet å ta min daglige dose på 570 mg vitamin E og kosttilskuddet med omega-3-fettsyrer cirka 8 dager før, da disse er kjent for å øke koaguleringstida. Ekstra blødninger etter inngrepet var noe jeg ikke trengte, men å beordre stans i inntaket av et daglig multivitaminpreparat som nesten ikke inneholder noe verken av vitamin E eller omega-3-fettsyrer? Latterlig!

Hvis vi antar at du, din familie og resten av befolkninga sannsynligvis en eller annen gang vil motta tilsvarende instruks, har vi bare i USA 100 millioner kirurgiske pasienter på grensen til skjærbuk hvert år. Dette garanterer postoperative komplikasjoner, hvorav noen er livstruende.

Jeg er på ingen måte villig til å risikere smitte, forsinket helbredelse eller til og med mer smerter: i de første 23 timene etter operasjonen tok jeg derfor 150 gram vitamin C. Selv en slik mengde førte ikke til at jeg nådde magetoleransen, en indikator på at kroppen hadde nådd en metningsgrense. Neste dag gjorde jeg det... med 120 g. Mitt vitamin C-inntak de neste to

ukene var omtrent 70–90 g per dag, noe som holdt meg like under magetoleransen. De totale dagsdosene ble selvfølgelig fordelt på mange inntak, men jeg kunne likevel ta mange gram hver gang.

Vitamin C er den beste vennen en kirurg noensinne vil få. Imidlertid vet de fleste ikke om det. Selv små doser er uendelig mye bedre enn ingenting, men for den avgjørende uka like før operasjonen forteller de deg om å stoppe et inntak selv på 500 mg per dag. Heldigvis var legen og kirurgen Robert F. Cathcart uenig og anbefalte de dosene jeg tok. Hvis du ønsker en troverdig uttalelse fra en annen enn din fastlege, er det vel verd din tid å lese hans arbeider.

Det fungerte for meg.

### **Hvis du vil vite mer:**

Ortopedisk kirurg Robert F. Cathcart III (1932–2007) behandlet med hell over 20 000 pasienter med store doser vitamin C, noen ganger med over 200 gram per dag. En kort biografi om Cathcart er lagt ut på <http://orthomolecular.org/hof/2008/cathcart.html>.

Her er en video der Cathcart foreleser: [https://www.youtube.com/watch?v=VkkWDDSti\\_s](https://www.youtube.com/watch?v=VkkWDDSti_s) eller på <https://www.youtube.com/watch?v=PKD3BXL8ESA>. Foredraget starter etter omkring seks minutter.

### **Artikler av Robert F. Cathcart:**

The method of determining proper doses of vitamin C for treatment of diseases by titrating to bowel tolerance. *Australian Nurses Journal* 1980; 9: 9–13; også publisert i *Journal of Orthomolecular Psychiatry* 1981; 10: 125–32. <http://orthomolecular.org/library/jom/1981/pdf/1981-v10n02-p125.pdf> (Legg merke til datoen. Denne behandlingen er blitt oversatt i 35 år. Vi oppfordrer leserne til å skrive ut denne viktige artikkelen og gi til legen.)

Vitamin C, titration to bowel tolerance, anascorbemia, and acute induced scurvy. *Medical Hypothesis* 1981; 7: 1359–76. <http://www.doctoryourself.com/titration.html> (Magetoleranse er indikatoren på den mest effektive dosen av vitamin C som kreves for helbredelse.)

The third face of vitamin C. *Journal of Orthomolecular Medicine* 1992; 7: 197–200. <http://orthomolecular.org/library/jom/1992/pdf/1992-v07n04-p197.pdf>, eller her: [http://www.doctoryourself.com/cathcart\\_thirdface.html](http://www.doctoryourself.com/cathcart_thirdface.html) (Hvorfor vitamin C fungerer effektivt som antibiotika og antiviralt hvis du inntar nok av det.)

Hickey DS, Roberts HJ, Cathcart RF. Dynamic flow: A new model for ascorbate. *Journal of Orthomolecular Medicine* 2005; 20: 237–44. <http://orthomolecular.org/library/jom/2005/pdf/2005-v20n04-p237.pdf> (On why dividing the dose of oral vitamin C is so important.)

### **Lenker til flere artikler av Cathcart:**

<http://vitaminfoundation.org/www.orthomed.com/index2.htm> og

Saul AW. Vitamin C high-dose therapy for major diseases.

<http://www.doctoryourself.com/ckorea2008.html> (sammendrag fra leger som har brukt store doser vitamin C for å behandle lungebetennelse, hepatitt, kreft, hjerte- og karsykdom og andre

alvorlige sykdommer.)

For mange flere artikler om vitamin C-terapi slik det har vært brukt av mange leger i en årrekke, se <http://www.seanet.com/~alexs/ascorbate/>.

\*\*\*\*\* boks\*\*\*\*\*

### **Om forfatteren**

Andrew W. Saul (f. 1955) er redaktør for Orthomolecular Medicine News Service (OMNS) og hovedredaktør for *The orthomolecular treatment of chronic disease*, som vi omtalte i VOF nr. 2-15. Han bidro sist i nr. 5-2015 og har til nå levert 16 artikler til *Helsemagasinet*. Redaksjonsrådet har for tida 22 medlemmer fra 12 land; e-post: [omns@orthomolecular.org](mailto:omns@orthomolecular.org).

\*\*\*\*\*

Kilde:

---

<sup>1</sup> Saul AW. Vitamins and surgery: The real story. A report from the front. Well, maybe a bit lower. OMNS 2015; 24. august. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v11n07.shtml>