

LES SECRETS DE SANTÉ DE LA VITAMINE C

ENTRETIEN AVEC LE DOCTEUR JEAN-PHILIPPE
LABREZE

La Ligne Directe
SANTÉ CORPS ESPRIT

JEAN-PHILIPPE LABREZE

Docteur en médecine et naturopathe, il s'efforce depuis plus de trois décennies d'enseigner à ses patients que la santé est un capital qui se gère et que l'une des questions fondamentales que chacun devrait se poser est : comment est-ce que je veux avancer dans l'âge ?

Est-ce que je souhaite conserver mon énergie vitale, mes facultés physiques et mentales, mon autonomie, le plus longtemps possible, afin de profiter pleinement de la vie, de ne dépendre de personne et pouvoir continuer à aider les gens autour de moi, ou est-ce que je veux voir mon organisme dégénérer beaucoup plus rapidement qu'il ne le devrait, en raison d'une hygiène de vie non satisfaisante ?

Bien entendu, pour l'immense majorité des personnes, c'est le choix de la santé et de l'autonomie qui sera fait. En tant que naturopathe, il va alors leur enseigner des méthodes naturelles pour conserver (ou contribuer à recouvrer) un état de santé optimal. Dans le même temps, il leur enseigne et leur permet d'expérimenter qu'un corps sain est en quelque sorte le socle sur lequel s'établit l'équilibre émotionnel et mental et, pour celles et ceux qui le souhaitent, l'évolution spirituelle.

SOMMAIRE

INTRODUCTION **4**

Au départ une intuition	5
Une approche censurée	6
Une diabolisation de la vitamine C	8
Des attaques infondées	9

CONTEXTE ET MÉCANISMES D'ACTION DE LA VITAMINE C **10**

Le pouvoir antioxydant de la vitamine C	11
Une population carencée	13
Des besoins accrus en vitamine C	13
Un appauvrissement de la densité nutritionnelle	15
Un dérèglement permanent de notre système endocrinien	16
Glutathion et vitamine C	17
Des fonctions physiologiques et métaboliques bien connues	18
Un fantastique progrès pour la santé mondiale	18

APPLICATIONS THÉRAPEUTIQUES ET POSOLOGIE **20**

Une solution thérapeutique hors protocole	21
Covid : une catastrophe sanitaire qui aurait pu être évitée	23
Contrecarrer les effets délétères du vaccin et de l'infection	26
Les principales indications de la vitamine C	29
Vitamine D : posologie	30
Les contre-indications à la vitamine C	31
12 grammes de vitamine C par jour	32
Quels laboratoires choisir ?	33
Le protocole contre le cancer	34
Le cancer, une maladie du métabolisme	35

Les protocoles d'injection aux États-Unis	36
Les injections de vitamine C en France	37

LES QUESTIONS DES ABONNÉS **39**

Insuffisance rénale et vitamine C40	
Vitamine C : naturelle ou synthétique ?	40
Supplémentation en vitamine C : quel coût ?	42
La vitamine C à croquer	42
Lutter contre le staphylocoque doré	42
La vitamine C Vital du laboratoire Orthovitale	43
Posologie pour les enfants	43

INTRODUCTION



Au départ une intuition

Frédéric : Pouvez-vous nous dire ce qui vous a amené à travailler sur la vitamine C ?

Dr. Labreze : Des gens illustres ont travaillé sur la vitamine C. Ce sont des gens illustres, extrêmement compétents, bienveillants, intègres et humains. C'est ce qui leur a valu d'ailleurs les attaques qu'ils ont subies. J'ai eu la chance dès le début de mes études de médecine d'être mis au contact de la vitamine C au travers de lectures et cela m'a tout de suite parlé.

J'ai eu une intuition forte pour la vitamine C, notamment à travers des auteurs et des ouvrages fantastiques. Il y a notamment eu le docteur Klenner, qui a fait une intervention devant une assemblée de médecins en 1947. Il expliquait qu'il avait traité avec succès 60 cas de poliomyélite, dont certains à un stade avancé, puisque l'on se situait déjà au stade de la paralysie flasque. Il y avait donc 60 cas traités avec 60 guérisons complètes.

Vous avez certainement croisé dans votre vie des gens avec un membre atrophié, tout simplement parce que la poliomyélite était une maladie grave dont on pouvait mourir et qui pouvait ensuite laisser des séquelles importantes. Le docteur Klenner avait traité ses patients avec de la vitamine C et il exposait ses résultats à une assemblée de médecins qui ne semblaient pas plus sensibles que cela à ses résultats. Parfois cela me surprend de voir à quel point les médecins sont incapables d'examiner les faits et de se dire qu'il y a à la fois quelque chose de surprenant et d'intéressant. Le docteur Klenner est resté l'un des rares à traiter les infections virales, dont la poliomyélite, avec de fortes doses de vitamine C.

Je suis médecin, car j'ai envie d'aider mes patients comme beaucoup de mes confrères et consœurs. Lorsque l'on me présente une découverte et que je peux tout de suite appréhender le fait que c'est quelque chose qui va être tout de suite remarquablement efficace et que cela peut sauver des vies ou changer des trajectoires de vie, je m'y intéresse.

Si vous avez fait la poliomyélite enfant et que vous vous retrouvez avec un membre atrophié - et donc handicapé pour le reste de votre vie -, ou si vous avez eu la chance de croiser le docteur Klenner et pouvez ensuite galoper, c'est un vrai changement !

Une approche censurée

Frédéric : En tant que médecin pourquoi voudrait-on s'opposer à une telle découverte ?

Dr. Labreze : C'est une question qui mérite d'être posée. Dès que j'ai commencé mes études de médecine, j'ai découvert un médecin qui s'appelait le docteur Semmelweis. C'est un obstétricien hongrois, il avait une clinique où les femmes venaient accoucher et où il avait un taux de mortalité de 3%, quand dans les autres établissements cela pouvait représenter 10 à 30 % de mortalité. Le docteur Semmelweis expliquait à ses confrères qu'il y avait des faits indiscutables: le taux de mortalité chez eux et le taux de mortalité dans sa clinique. Nous sommes d'accord pour dire qu'il y a une différence considérable. Essayons de comprendre pourquoi.

La raison est que ni lui ni ses collaborateurs ne rentraient dans une salle d'accouchement sans s'être préalablement lavé les mains pendant 10 minutes dans de l'eau chlorée. Le docteur Semmelweis avait eu cette intuition lumineuse avant Pasteur. Il avait compris que lorsque l'on touche des cadavres, on avait quelque chose qui pouvait se transmettre à la vie et affecter celle-ci jusqu'à pouvoir la tuer. Savez-vous ce qui est arrivé à Semmelweis ? Il est mort fou, dénigré par ses confrères.

Pourtant, il suffisait d'ouvrir les yeux et de regarder les statistiques de mortalité dans sa clinique et dans celles de ses confrères pour que des gens bienveillants se disent : « mais si l'on peut obtenir 3% de mortalité chez les mères et les nourrissons plutôt que 10-30 %, il faut faire cela tout de suite ! ». S'il y a un cas de figure où l'on doit se remettre en cause régulièrement, c'est quand nos décisions n'ont pas une répercussion sur nous, mais sur les gens dont on a la charge.

Il y a des gens de grande valeur qui ont travaillé sur la vitamine C. Je suis tombé sur un infectiologue qui s'appelait Robert Cathcart et qui a obtenu des résultats incroyables comme Klenner pour les formes graves d'infections. Tous les 2 expliquaient que lorsque l'on avait des formes graves qui échappaient à toute antibiothérapie, on faisait des perfusions de vitamine C, et cela réglait le problème.

Il s'agit de perfusions à fortes doses de 50 à 150 grammes, avec 500 à 700 mg de vitamine C toutes les 8-12 heures. Pour un individu de 70 kg, cela représente de l'ordre de 35 à 50 grammes 2 à 3 fois par 24 heures.

Le docteur Klenner expliquait qu'il passait dans les chambres des patients qui étaient parfois moribonds, car leur infection échappait à toute antibiothérapie. Il faisait une perfusion de 80 à 150 grammes de vitamines C (1 gramme toutes les 2 minutes). Il repassait dans les chambres des patients quelques heures après et les gens qui étaient moribonds quelques heures avant étaient assis dans leur lit en train de discuter.

Tout cela est documenté, j'ai eu l'occasion ainsi que beaucoup d'autres praticiens sur la planète d'utiliser ce savoir et cela fonctionne. C'est la même chose pour Robert Cathcart qui a traité des milliers de patients, soit bien plus que ce que je n'ai eu l'occasion de faire dans ma carrière depuis plus de 30 ans.

J'ai toujours soigneusement gardé à l'esprit ce que disait Claude Bernard le père de la médecine expérimentale : « quand les faits s'éloignent de la théorie, ce ne sont jamais les faits que vous devez remettre en cause, c'est toujours la théorie ». Ce dont je vous parle porte sur des faits, notamment des gens condamnés comme Allan Smith ou encore une dame que j'étais certain de pouvoir soigner et à qui j'ai fait une perfusion de 2 fois 3 grammes de vitamines C, soit une petite dose de vitamine C, car je savais que j'étais dans un centre hospitalier français. L'entourage rapportait qu'elle ne parlait plus depuis 2 mois, mais au bout de la 2^{ème} perfusion elle avait les yeux grands ouverts dans son lit, elle demandait à manger, à faire du tricot et elle plaisantait.

On peut considérer que c'était une évolution favorable, on peut légitimement considérer que si les soins avaient été continués, on aurait pu tirer cette patiente d'affaire et je suis persuadé que c'était le cas. Pourtant, on m'a empêché le 3^{ème} jour de continuer les soins, comme pour Allan Smith, et elle est morte 6 jours après. Elle s'est battue cette dame ! Elle avait 80 ans, mais avec de l'eau et de la morphine, elle a survécu 11 jours. Elle avait toujours dit qu'elle ne voulait pas mourir, car elle avait encore beaucoup de choses à faire. C'est très choquant et cela m'a valu une condamnation par l'Ordre.

Depuis maintenant 40 ans, j'ai lu des centaines de publications sur la vitamine C. Il en existe des dizaines de milliers. Lorsque les médecins disent que rien n'est prouvé, c'est de la paresse intellectuelle ou de la bêtise. Ils ne veulent pas creuser le sujet, mais tout ce dont je suis en train de parler est largement prouvé.

Une diabolisation de la vitamine C

Frédéric : Il y a des dizaines de milliers d'études et les médecins restent en proie à une forme de doute ?

Dr. Labreze : Il y a cela, et puis il y a ce qu'ont subi Pauling et toutes les personnes qui ont travaillé sur la vitamine C, parce qu'elles menaçaient les intérêts de Big Pharma. Quand je parle de Big Pharma, je ne mets pas en cause tous les pharmaciens, car il y en a avec qui j'échange et qui sont des gens bienveillants qui, chaque fois qu'ils le peuvent, orientent les patients vers des thérapies complémentaires. Je ne mets pas en cause ces personnes, mais celles qui sont au-dessus.

On pourrait retracer l'histoire du cartel pharmaceutique, en partant de Rockefeller en 1920 et son copain Carnegie, et la façon dont ils ont mis les premières facultés sous contrôle en les finançant. On pourrait regarder comment ils ont financé des rapports qui détruisaient toutes les autres médecines pour vendre de la chimie et comment depuis un siècle les facultés de médecine forment des médecins qui vont prescrire de la chimie, car tout a été fait en ce sens.

On subit vraiment des attaques considérables et cela entraîne de la peur chez les gens, car la vitamine C a été diabolisée. Quand on parle de vitamine C, les gens pensent que l'on ne peut pas l'utiliser, y compris les médecins. Alors que l'acide ascorbique est un produit qui est autorisé, il fait partie de la pharmacopée. Ensuite, c'est la responsabilité du médecin et le choix du médecin que de déterminer la posologie.

Je ne suis pas dans l'illégalité si je veux prescrire plusieurs grammes voire plusieurs dizaines de grammes à un patient par rapport aux données acquises de la science, car c'est démontré. On pourrait parler de la clinique Riordan aux États-Unis qui depuis 40 ans a traité plus de 40 000 patients avec de fortes doses de vitamine C. On pourrait parler de la clinique Oasis of Hope au Mexique, et d'une multitude d'établissements. Il n'est pas nécessaire d'aller très loin : en Suisse, en Belgique ou en Allemagne, il y a des cliniques où l'on fait des perfusions de vitamines C.

En France, c'est ancré comme cela et on a réussi à faire peur aux médecins avec un produit dont l'innocuité est pourtant totale. Vous ne pouvez pas abimer un organisme avec de la vitamine C.

Des attaques infondées

Frédéric : Vous avez cité Linus Pauling, c'est une référence ?

Dr. Labreze : C'est un double prix Nobel et c'est le seul qui ait été 2 fois nobélisé. Il n'a pas été nobélisé sur la vitamine C, c'est un prix Nobel de chimie, mais il a fait ses travaux sur les vitamines. Il a beaucoup travaillé sur les vitamines et c'est un prix de Nobel de la paix.

C'est quelqu'un qui a beaucoup travaillé sur les vitamines avec à la fois l'efficacité intellectuelle, l'intelligence d'un prix Nobel de chimie et avec l'éthique, la bienveillance et le niveau de responsabilité d'un prix Nobel de la paix. Il cumulait les qualités qui font celles d'un honnête homme qui peut devenir un scientifique extrêmement utile pour la communauté.

Pourtant, Pauling qui a travaillé avec cette rigueur a été ciblé. Il y a eu des attaques contre lui, avec à chaque fois une mauvaise foi évidente. On pourrait parler du docteur Rath, de Beljanski ou du docteur Burzynski. Ce dernier est un médecin qui a développé des traitements contre les glioblastomes et qui a passé 15 années de sa vie à se battre contre la FDA financée par l'industrie pharmaceutique, au lieu de promouvoir son traitement et de sauver des vies.

Quand on voit autant d'attaques contre des individus ou des molécules, c'est justement un indicateur précieux pour indiquer que ces individus ou ces molécules peuvent faire beaucoup de belles choses et sauver des vies. Si ce n'était pas le cas, ils ne seraient pas attaqués de la sorte. C'est un indicateur très précieux.

CONTEXTE ET MÉCANISMES D'ACTION DE LA VITAMINE C



Le pouvoir antioxydant de la vitamine C

Frédéric : La vitamine C est très oxydante, comment un élément oxydatif peut-il être curatif ? Quelle est la particularité biochimique de cette vitamine par rapport aux autres pour qu'elle soit aussi efficace ?

Dr. Labreze : La vitamine C n'est pas un oxydant, c'est d'abord un antioxydant. On va utiliser ses propriétés oxydantes dans certains cas avec des posologies très particulières, mais c'est avant tout un antioxydant et c'est pour cela qu'elle joue un rôle préventif majeur pour un ensemble de pathologies.

Elle devient pro-oxydante lorsqu'on l'utilise par voie veineuse à fortes doses, et dans ce cas elle va devenir intéressante pour les tumeurs. Les cellules tumorales sont dépourvues d'une enzyme (la catalase), ce qui va les rendre particulièrement vulnérables à la vitamine C. La vitamine C à fortes doses, dans ces cellules, va générer du peroxyde d'hydrogène (eau oxygénée), et ensuite un radical que l'on appelle le radical hydroxyle (réaction de Fenton). Une fois que la vitamine C pénètre dans les cellules tumorales, il y a comme un lâcher de bombe thermonucléaire, puisque le radical hydroxyle est le radical le plus puissant et il va détruire les cellules tumorales.

La vitamine C est donc avant tout antioxydante et c'est pour cela qu'elle joue un rôle préventif pour toutes les pathologies dégénératives, puisque le stress oxydatif est un des mécanismes par lequel l'organisme s'abîme. Elle contribue à neutraliser les radicaux libres en régénérant la vitamine E. La vitamine C est hydrosoluble, elle joue son rôle d'antioxydant en milieu aqueux. La vitamine E est liposoluble, elle protège les membranes cellulaires et un ensemble d'autres structures de l'oxydation. Quand la vitamine E a fait son travail, elle est oxydée. La vitamine C vient la régénérer, puis elle est elle-même régénérée par le glutathion. C'est d'ailleurs un échange de bons procédés, car le glutathion régénère la vitamine C et la vitamine C va régénérer le glutathion. C'est quelque chose de remarquablement bien fait.

Il y a une étude qui avait été faite aux États-Unis sur une dizaine de milliers de sujets pendant plusieurs années. S'ils ne se supplémentent pas, il est rare que les gens aient des taux optimaux de vitamines C. Ceci étant, l'étude était assez concluante et édifiante, car les gens qui avaient les taux de vitamine C les plus importants avaient 2 fois moins

de risque de cancer que ceux qui avaient les taux de vitamine C les plus bas.

D'autres études comme celle de Cambridge montraient par exemple que les sujets qui avaient les taux de vitamine C les plus élevés avaient une mortalité globale toutes causes confondues divisée par deux comparativement aux sujets qui avaient les taux de vitamine C les plus bas.

D'autres études encore ont montré le rôle préventif de la vitamine C pour tout un ensemble de pathologies. Ces études sont nombreuses et elles sont indiscutables.

L'un des premiers ouvrages que j'ai lu et qui m'a beaucoup intéressé a été celui de Pauling et Cameron. Cameron était un oncologue. Ils expliquaient qu'ils avaient traité des patients à un stade très évolué de cancer en leur faisant des perfusions quotidiennes de 10 grammes de vitamine C. Ils avaient montré que le groupe traité avait une survie multipliée par un facteur de 4,2. Parfois c'était plus considérable que cela, car on passait d'une espérance de vie de quelques mois à plus de 6 ans de survie avec des perfusions de vitamine C quotidiennes. Ce sont des études qui ont été conduites avec la rigueur d'un prix Nobel.

Cameron était quelqu'un de très solide et de très éthique. Ces gens n'ont jamais cherché à fausser leurs travaux. En scientifiques bienveillants, ils se disaient : il semble qu'il y ait là quelque chose qui peut manifestement aider et qui peut sauver des vies. Il y a une multitude de travaux qui sont venus dénigrer les leurs et chaque fois Pauling avec sa rigueur de prix Nobel disait que leur méthodologie ne tenait pas la route, et qu'ils essayaient de détruire ce qu'ils avaient réalisé.

Cela ne change rien, car il y a toujours des gens qui vous diront que rien n'est prouvé en ce qui concerne la vitamine C. Je dis à ces personnes que tout est prouvé et d'ailleurs j'invite les auditeurs de ce soir à se rendre sur le site d'un ami : vitamax.bio¹ et de commander un livre qui s'appelle « la vitamine C, la panacée originelle ». C'est un livre qui est écrit par le docteur Thomas Levy qui est une des références mondiales sur la vitamine C. Lisez ce livre, il y a des milliers d'études et de références dans celui-ci. Vous verrez quand vous l'aurez lu, que si un doute persistait dans votre esprit avant la lecture du livre, celui-ci disparaîtra.

¹ <https://vitamax.bio/>

Une population carencée

Frédéric : Est-ce que la vitamine C peut se doser dans le sang ? Peut-on connaître notre statut de vitamine C ?

Dr. Labreze : On ne le fait pas ; la première raison est que c'est compliqué, car il faut être au laboratoire et il faut congeler tout de suite les prélèvements. On sait qu'on manque tous de vitamine C ; pourquoi ? Notre alimentation s'est considérablement appauvrie en vitamine C.

Il y a par exemple une étude qui a été faite dans un centre hospitalier dans laquelle ils prenaient l'exemple de petits pois. Lorsqu'ils sortaient du congélateur, on avait 20 mg de vitamine C pour 100 grammes de petits pois. On les faisait cuire, et on descendait à 8 grammes de vitamine C pour 100 grammes de petits pois. Ensuite, on les mettait sur le chariot roulant chauffant et cela descendait alors à 3 mg de vitamine C pour 100 grammes de petits pois. Lorsque le patient vient d'être opéré ou qu'il a un problème infectieux, il a des besoins accrus de vitamines C, et quand il mangeait ces petits pois, de 20 mg de vitamine C pour 100 grammes de petits pois, il y avait finalement 1 mg de vitamine C pour 100 grammes de petits pois.

Cela nous arrive à tous : notre alimentation a une densité nutritionnelle qui s'est effondrée. On peut prendre une variété de pomme comme exemple : il y a 30-40 ans, cette pomme possédait une quantité donnée de vitamine C. Aujourd'hui, il faut en manger 20 ou 25 pour obtenir la même quantité de vitamine C. Même si l'on est vigilant, on ne reçoit plus suffisamment de vitamine C à travers l'alimentation.

On va recevoir les 100 ou 150 mg de vitamine C qui sont supposés permettre aux organismes de rester en bonne santé, mais c'est très en deçà de ce qu'il faut réellement pour conserver non seulement une énergie considérable, mais pour se prémunir efficacement contre les pathologies comme les maladies cardiovasculaires, les cancers, les maladies neurodégénératives, etc.

Des besoins accrus en vitamine C

Frédéric : On ne peut pas produire la vitamine C nous-mêmes ?

Dr. Labreze : Non, c'est une propriété que l'on a perdue il y a quelques millions d'années. Toutes les autres espèces la synthétisent sauf les cobayes, les primates, la chauve-souris frugivore, le cochon d'Inde et quelques poissons. On a toujours le gène, mais il n'exprime plus l'enzyme qui à partir du sucre permet de fabriquer la vitamine C. On a besoin de la trouver dans notre alimentation, parce que sinon on n'en a pas.

Pour vous donner une idée de ce que représentent les besoins en vitamine C d'un individu, je vais prendre un exemple et vous verrez que l'on est bien loin des 100 ou 150 mg journaliers recommandés pour rester en bonne santé toute sa vie.

Une chèvre fait à peu près 70 kg, ce qui correspond au poids d'un humain. En synthèse quotidienne, sur 24 heures, une chèvre fabrique 13 grammes de vitamine C. Pour peu que vous la stressiez, ou qu'elle soit confrontée à une maladie ou à une infection, une chèvre va fabriquer sur 24 heures 100 grammes de vitamine C ! À moins de se supplémenter fortement lorsque l'on est malade ou que l'on est hyperstressé, personne ne reçoit cette dose. La nature ne fait pas les choses par hasard. Elle n'a pas décidé qu'un organisme de chèvre stressée, malade, aurait besoin de 100 grammes pour maintenir son intégrité, et que 100 ou 200 mg allaient suffire pour un individu. On voit bien qu'il y a quelque chose qui n'est pas logique. Ceci explique que nos organismes dégénèrent beaucoup plus rapidement qu'ils ne le devraient.

On s'enorgueillit de dire que l'espérance de vie dans nos sociétés modernes est de 80 ans pour les femmes et un peu moins pour les hommes, mais cela ne correspond pas à l'espérance de vie optimale. L'espérance de vie optimale correspond à 5 fois la période de croissance. Les biologistes et les généticiens s'accordent à dire que l'espérance de vie devrait être de 110 à 120 ans. On ne devrait pas arriver péniblement à 80 ans. Permettre de parvenir à cet âge, parfois dans un état de «délablement» assez avancé, constitue un échec de la médecine. Ce n'est pas une réussite de la médecine.

Comme la vitamine C est un détoxifiant, nos besoins sont considérablement augmentés. Les sources de pollution et d'agression sont multiples :

- L'air des maisons est plus pollué que l'air extérieur. (Les matériaux relarguent des solvants, par exemple)
- Les produits que l'on se met sur la peau sont toxiques

- L'air que l'on respire à l'extérieur est pollué également.
- Ce que l'on ingère, même quand on essaie de manger bio, est pollué.
- Le stress joue un rôle important également puisque les surrénales sont de grosses consommatrices de vitamine C

On a donc une multitude d'agressions informationnelles et chimiques qui génèrent du stress. Les agressions augmentent donc les besoins en vitamine C, puisqu'elle protège le corps, mais les apports ont diminué. Ce delta entre les besoins face aux agressions et les apports qui ont diminué fait le lit des maladies dégénératives, dites également « maladies de civilisation » .

Les maladies de civilisation ne tombent pas du ciel, elles sont créées par nos erreurs et par les agressions multiples. Ce n'est pas bien pour les individus, c'est bon pour une industrie qui prospère sur la maladie et je parle ici de l'industrie pharmaceutique, mais ce n'est pas bon pour les individus.

Je pourrais vous parler des centaines de fois où j'ai pu constater l'efficacité de la vitamine C et où des gens m'ont appelé pour me dire qu'ils allaient beaucoup mieux. C'était d'ailleurs le cas de votre collaboratrice qui m'a fait part tout récemment de son expérience avec la vitamine C : « au bout de 3 grammes de vitamine C j'avais retrouvé ma clarté d'esprit, parce que c'était embrumé, les sécrétions se sont tariées et j'étais beaucoup mieux ».

Un appauvrissement de la densité nutritionnelle

Frédéric : Dans l'agriculture bio il n'y a pas de pesticides, mais il n'y a pas plus de vitamines qu'en agriculture conventionnelle ?

Dr. Labreze : Exactement, c'est ce que je dis à mes patients depuis des décennies : il n'y a pas de pesticides, mais la densité nutritionnelle de ces aliments a chuté également, parce que l'on a abimé les sols avec des techniques d'amendement : le fait de creuser, de détruire la population de vers de terre ainsi qu'une multitude de facteurs ont participé à considérablement appauvrir les sols. C'est pour cela qu'il faut de toute façon se supplémenter.

Un dérèglement permanent de notre système endocrinien

Frédéric : Nous sommes carencés en vitamine C et en vitamine D, peut-on étendre le raisonnement à d'autres vitamines ?

Dr. Labreze : On manque de pratiquement tout, il faut lire un ouvrage de l'un des précurseurs sur le sujet : le docteur Curtay. Dans son ouvrage « la nutrithérapie », il rappelle différentes études qui ont été faites et qui montrent que l'on manque de tout.

Par exemple, pour la vitamine C, il a montré que 60 % des gens ne bénéficiaient même pas des AJR. Les AJR sont par ailleurs très en deçà de ce qu'il faut pour rester en bonne santé. C'est la même chose pour le sélénium, le zinc, les vitamines B, le magnésium, etc.

Quel que soit le principe qui ait été à l'origine de la création d'un organisme humain, il a fait un super job. Je fais souvent une analogie avec la musique : je parle du compositeur, du chef d'orchestre et de l'orchestre. J'explique à mes patients que le compositeur c'est eux : qu'est-ce que vous êtes en train d'écrire comme partition dans votre vie ? Quels sont vos projets ? Quel est votre but ? Vous pouvez avoir le meilleur chef d'orchestre à la baguette, mais s'il vous manque le premier violon, le piano ou le harpiste, ce que vous allez entendre ne sera pas harmonieux. Ce n'est pas ce que le compositeur avait voulu, pouvait faire et voulait faire.

Avec la médecine que je m'efforce de pratiquer, c'est exactement la même chose. C'est-à-dire que dans un premier temps je vais m'efforcer d'apporter les musiciens, je veux que les musiciens soient là. Si l'on a amené les musiciens et que ce que l'on entend est harmonieux, c'est bien. Mais parfois c'est au niveau du chef d'orchestre qu'il va falloir aller travailler et notamment au niveau du système endocrinien.

Vous avez certainement entendu parler des perturbateurs endocriniens, biochimiques, mais électromagnétiques également puisque le système endocrinien est un système qui répond à des longueurs d'onde. Les gens qui créent la 4G et la 5G pour que l'on baigne en permanence dans un champ électromagnétique ne font pas cela par hasard. Ce n'est pas pour améliorer la vitesse des communications, car on avait largement ce qu'il fallait avec la 2 ou la 3G. Le fait de nous faire baigner dans un

champ de pollution électromagnétique constant dérègle notre système endocrinien.

C'est un peu comme si vous aviez lié les mains du chef d'orchestre. Vous pouvez avoir la plus belle partition, vous pouvez avoir le concerto n°1 de Chopin, mais si vous avez les mains liées, ce que vous allez entendre ne sera pas très harmonieux. Avec ces produits chimiques, ces poisons qui ont été déversés par milliers (les chimistes n'ont pas manqué d'imagination), et ce magma électromagnétique dans lequel on baigne en permanence, tous les ingrédients sont réunis pour rendre les gens malades. Ce n'est pas bon pour les individus et il est important que ceux-ci le comprennent.

Il y a des gens qui ont fait des choses très intéressantes sur la façon dont on peut dépolluer notre environnement d'un point de vue électromagnétique et comment essayer de se prémunir au mieux contre les agressions chimiques, mais je vous assure qu'il faut vraiment qu'un organisme humain soit très solide pour résister aux agressions. Si on ne lui donne pas un petit coup de main, même l'énergie vitale ne réussit plus à faire son travail.

Glutathion et vitamine C

Frédéric : Je reviens sur un propos que vous avez tenu qui est absolument passionnant sur l'interaction entre le glutathion et la vitamine C. Est-ce que par excès de raisonnement, si je ne prends que du glutathion, cela va potentialiser ma vitamine C ou est-ce qu'il faudra quand même que la vitamine C soit là pour activer le glutathion?

Dr. Labreze : Il faut la vitamine C pour faire tout ce que la vitamine C va faire en tant que telle. Par exemple, les animaux synthétisent la vitamine C en dehors de ceux que j'ai évoqués, mais le problème est que la vitamine C sert à fabriquer le collagène. Le collagène correspond au ciment des cellules. Pourquoi la vitamine C joue-t-elle un rôle aussi important dans la prévention des maladies cardiovasculaires ? Si l'on a suffisamment de vitamine C, on va synthétiser du collagène et de l'élastine de bonne qualité. La tunique interne des vaisseaux qui s'appelle l'endothélium va être de bonne qualité et vous ne boucherez pas vos artères, vous ne ferez pas d'AVC ou d'infarctus. Si par contre

vous manquez de vitamine C, vous aurez des problèmes cardiovasculaires.

Si vous me dites que vous prenez du glutathion, c'est une bonne chose, mais si vous n'avez pas la vitamine C pour faire tout le travail que doit faire la vitamine C, ce n'est pas le glutathion qui va permettre la synthèse de collagène ou de carnitine. Il ne va pas non plus faire chuter le taux de lipoprotéine a (Lpa) qui est la cause du dépôt qui commence à se former sur les parois des artères pour réparer les brèches et qui résulte de la carence en vitamine C et d'un collagène de mauvaise qualité. La vitamine C fait un travail que ni le glutathion ni aucun nutriment ne pourraient faire. Il faut donc l'apporter en quantités suffisantes.

Des fonctions physiologiques et métaboliques bien connues

Frédéric : A-t-on listé le nombre d'actions de la vitamine C ?

Dr. Labreze : Ses fonctions physiologiques et métaboliques sont bien connues. Il y a 2 glandes qui sont très consommatrices de vitamine C. Ce sont les surrénales, qui synthétisent l'adrénaline, et qui nous permettent de nous adapter à un environnement qui parfois nous bouscule. Ce sont donc des glandes qui jouent un rôle majeur.

Parmi les organes qui ont les plus fortes concentrations en vitamine C, l'on trouve : :

- Le système nerveux
- Les surrénales
- L'hypophyse
- Les yeux

La vitamine C est importante pour synthétiser la carnitine. La carnitine est une substance qui va nous permettre de brûler des acides gras et d'avoir aussi un meilleur rendement énergétique.

Toutes les fonctions physiologiques de la vitamine C sont connues. La vitamine C est irremplaçable, aucun autre nutriment ne pourra faire le travail de la vitamine C.

Un fantastique progrès pour la santé mondiale

Frédéric : Pensez-vous que l'on puisse découvrir encore d'autres fonctions de la vitamine C ?

Dr. Labreze : Je pense que l'on a fait le tour, mais la médecine évolue en permanence, car des gens cherchent et essayent de comprendre davantage. Si déjà on utilisait la vitamine C en quantités appropriées pour exercer l'ensemble de ses fonctions, on aurait une amélioration considérable de l'état de santé des gens.

J'ai un livre qui m'a mis au contact de ce savoir et c'était « les vitamines ont leurs secrets », d'Adelle Davis. J'ai toujours à l'esprit la préface, comme si je l'avais lu aujourd'hui alors que je l'ai lu il y a 45 ans. La préface avait été écrite par le secrétaire de l'Académie américaine de nutrition et il disait : « l'application même minime des principes exprimés dans ce livre conduirait à un si fantastique progrès de la santé qu'aucun autre événement de l'histoire de l'humanité ne pourrait lui être comparé ».

Il représente très certainement les fondements de la médecine préventive.

APPLICATIONS THÉRAPEUTIQUES ET POSOLOGIE



Une solution thérapeutique hors protocole

Frédéric : Pourquoi y a-t-il une telle volonté de ne pas utiliser la vitamine C comme on devrait l'utiliser ? Quelle est l'idée ?

Dr. Labreze : Sur cette planète Terre qui est fantastique, il y a plein de gens bienveillants qui essaient de prendre soin d'eux et de prendre soin des gens autour d'eux. Il existe malgré tout un petit nombre de cinglés qui prospèrent en créant le chaos. Si l'on n'a pas compris cela, on passe à côté d'un élément majeur pour comprendre le fonctionnement de nos sociétés et malheureusement la trajectoire que cela prend ces dernières années.

Il y a des gens qui prospèrent en créant le chaos, ils créent des guerres. C'est un marché fabuleux et les marchands d'armes aux États-Unis n'ont jamais vendu autant d'armes - et c'est aussi le cas en Europe - que depuis la guerre en Ukraine et au Moyen-Orient. La paix n'est pas prospère pour eux.

C'est la même chose au sujet de la maladie : il y a des groupes qui vont prospérer sur la maladie et la mort. À partir de là, tous ces gens de grande valeur comme Gernez, Solomidès, Rath, Beljanski ont été pris pour cibles.

Gernez est un médecin qui avait développé un traitement très simple que l'on pouvait faire quelques jours chaque année et qui permettait d'éradiquer le cancer. Cela avait été validé au plus haut niveau par l'académie de médecine. Cela n'a pas été mis en place à grande échelle, car il avait été calculé que si l'on avait mis en place ce programme, on augmentait l'espérance de vie globale de près de 7 ans et qu'économiquement ce n'était pas tenable. Cela posait un problème aux politiques et donc on n'a pas mis en place le programme de Gernez.

Si l'on ne comprend pas cela, on n'a pas la clé pour comprendre ce qui se passe sur cette planète actuellement. Il y a des gens bienveillants qui s'efforcent tous les jours à aider les gens autour d'eux et il y a un petit nombre d'individus malveillants et un certain nombre d'individus qui leur emboitent le pas pour une multitude de raisons : statut social, tranquillité, profit, etc.

Quand on est contre la Doxa, que l'on essaie de rester intègre et que l'on essaie de continuer à promouvoir des valeurs, parce que l'on sait qu'elles sont justes et conformes aux faits, on rentre frontalement contre

le système et ce système essaie de vous couper la tête. Il faut donc être très persévérant pour survivre quand un système essaie de vous couper la tête, juste parce que vous dites des choses exactes. Quand je parle de la vitamine C, cela a été démontré 200 fois et cela n'a plus à être démontré. Cela ne peut pas être remis en cause par des gens intègres et honnêtes.

Il y a quelque temps j'ai été appelé par un jeune homme qui avait été dirigé vers moi par un confrère et celui-ci avait un cancer du testicule. Il avait été opéré et puis il est parti parce qu'il était musicien, il ne voulait pas faire plus de choses. Malheureusement, la maladie l'a rattrapé et il a eu des métastases au niveau du cerveau et des os. Les médecins lui ont dit qu'ils ne pouvaient plus rien pour lui et qu'ils étaient désolés. Il a été sur Internet et il a vu la vidéo sur la vitamine C. Il s'est demandé pourquoi il n'appellerait pas le docteur Labreze. Il m'a alors dit qu'il avait vu que la vitamine C pouvait faire des choses. On a échangé et je lui ai dit qu'il était certain qu'elle pourrait jouer un rôle, et je lui ai dit que j'allais faire en sorte qu'il puisse en bénéficier.

Cela lui a donné une lueur d'espoir : d'un côté on lui disait qu'il allait mourir et moi-même si je ne lui ai pas dit que j'allais le guérir, je lui ai dit que cela valait la peine d'essayer. Toutes les équipes ont compris le rôle de la vitamine C à fortes doses en perfusion, car c'est un adjuvant extrêmement utile pour traiter les cancers. Ce jeune homme qui avait eu cette bouffée d'espoir et qui avait commandé sa vitamine C, je n'ai même pas pu lui faire faire, car mes confrères hospitaliers s'y sont opposés.

Ils le poussaient pourtant vers la mort avec de la morphine. Il avait une escarre énorme et on lui a dit que la vitamine C ne faisait pas partie des protocoles. J'ai leur ai alors dit : « mais de quels protocoles parlez-vous ? Vous êtes en train de le condamner et de le priver en plus de cette lueur d'espoir qu'il a ». On peut le soulager, cela va soulager la douleur. Je ne dis pas que cela va le guérir, mais cela va l'aider comme ça a aidé considérablement des patients qui avaient été condamnés par la médecine traditionnelle et qui ont recouru à des médecines intégratives.

La France est l'un des rares pays où l'on détruit toutes les autres formes de médecine. En Europe et partout ailleurs, on est dans une logique de médecine intégrative où l'on se dit que l'on va associer des méthodes complémentaires et où l'on va donner plus de chances aux patients. Ce

jeune homme est parti désespéré et je n'ai même pas pu l'aider. Même les infirmières avaient peur et disaient que le médecin de l'HAD ne voulait pas. Je n'ai même pas pu convaincre le médecin de l'HAD que c'était un devoir que de lui administrer cette vitamine C et de l'aider jusqu'au bout.

Jusqu'au bout, le médecin doit rester celui qui soigne et ce n'était en l'espèce pas du tout le cas. J'ai essayé, mais je me suis heurté aux confrères qui ont dit que cela ne faisait pas partie des protocoles.

Comme je l'ai évoqué précédemment, la vitamine C est un produit où il n'y a pas à s'interroger. Pour un grand nombre de médicaments, un médecin doit en général peser la balance bénéfices/risques, soit ce que cela va apporter et quels sont les préjudices éventuels. On ne risque rien avec la vitamine C, on a que des avantages. Jusqu'où ces avantages vont nous permettre d'avancer et d'aller ? je ne le sais pas, en tous cas il y a eu des choses fantastiques qui se sont passées, mais on n'avait pas le droit de ne pas le faire et pourtant il est parti désespéré jusqu'au bout en me remerciant d'avoir essayé. Je ne suis pas satisfait d'avoir essayé, car j'aurais dû réussir à lui faire ou à lui faire faire.

Covid : une catastrophe sanitaire qui aurait pu être évitée

Frédéric : La vitamine C est-elle indiquée pour la Covid ?

Dr. Labreze : J'ai été condamné, je suis passé en appel mardi dernier, parce que dans le cas de la crise Covid, je travaillais dès mars 2020 avec la vitamine C.

J'ai échangé avec le professeur Marik qui est une sommité. Il a en effet été nommé médecin de l'année aux États-Unis en 2017. C'est le 2^{ème} auteur le plus cité en matière de soins intensifs sur la planète. J'échangeais régulièrement avec lui et il avait développé des protocoles de traitements de formes graves d'infections que l'on appelle des sepsis. Le sepsis correspond à la condition d'un organisme qui, réagissant à une infection grave, connaît une défaillance graduelle de tous ses organes, jusqu'au stade ultime qui est le choc septique où il y a un effondrement tensionnel et où le dysfonctionnement des organes, notamment les reins, entraîne la mort.

Marik avait développé un protocole de traitement de ces sepsis avec la vitamine C qui était remarquablement efficace. Sur la base de ses travaux, lui et des confrères chinois utilisaient beaucoup la vitamine C en perfusion. Ils avaient développé des protocoles de traitement des formes grave de la Covid, qui leur permettaient d'avoir 6% de mortalité lorsque les gens étaient hospitalisés. Au même moment, une étude de l'INSERM disait que l'on était à 17% et à mon avis probablement plus, quand en Europe on était entre 17 et 22%.

J'avais écrit dans un premier temps au ministre de la Santé, mais comme je n'ai pas reçu de réponse j'ai écrit au Premier ministre et n'ayant toujours pas de réponse j'ai écrit au président de la République. N'ayant toujours pas de réponse j'ai déposé une requête devant le Conseil d'État pour promouvoir ses travaux. J'avais écrit au ministre de la Santé en lui disant : « Monsieur, vous nous parlez d'un virus qui va décimer la planète, mais l'humanité est confrontée à cela depuis pas mal de temps et elle n'a pas été décimée. Cela signifie qu'il y a probablement des choses à faire ». Je lui avais dit de dire aux gens qu'il fallait qu'ils prennent de la vitamine C, de la vitamine D, du zinc, du magnésium et que cela allait très bien se passer.

On avait mis en ligne un site² relayant l'intervention d'un confrère : le professeur Brighthope qui est un professeur australien. Il y a aujourd'hui une commission d'enquête en Australie pour faire le point sur la gestion catastrophique en Australie comme ailleurs de cette crise sanitaire. Brighthope a fondé il y a 25 ans le collège de médecine environnementale et nutritionnelle. Il disait durant son intervention devant les sénateurs australiens exactement ce que j'ai écrit au ministère de la Santé. Il disait : « mais si on avait dit immédiatement aux gens qu'il fallait prendre de la vitamine C, de la vitamine D et du zinc, on aurait considérablement amorti l'impact de cette crise sanitaire ».

Depuis, il y a eu des dizaines de publications, si ce n'est des centaines qui sont par exemple venues démontrer que la vitamine D, en régulant la réponse immunitaire aurait permis d'éviter le décès de 70 ou 80% des personnes âgées en EHPAD, que l'on n'a pas soignées, mais que l'on a euthanasiées à coup de Rivotril.

Il y a par exemple une vidéo que j'ai faite dès le début de cette crise sanitaire où quelqu'un m'a interviewé sur la vitamine C et où je donnais

² <https://justicepourledocteurlabreze.info/>

le protocole de nutrithérapie préventif. Cette vidéo a été visionnée 150 000 fois et elle a beaucoup circulé. J'avais rédigé un protocole qui a également beaucoup circulé par mail et les gens qui ont pris de la vitamine C, de la vitamine D et du zinc, du magnésium et des huiles essentielles ont très certainement évité les problèmes sérieux.

Quand les gens contractaient néanmoins la maladie, on pouvait les traiter très facilement avec l'ivermectine. L'ivermectine est le traitement de référence et je sais que le professeur Raoult a recommandé l'hydroxychloroquine qui fonctionne aussi. En 2002/2003, il y avait eu une première crise sanitaire liée au coronavirus et la DARPA qui est une agence américaine avait publié un rapport quelques années après en disant : si cela revient, le traitement de référence sera l'ivermectine. Cela marchait remarquablement bien.

On peut prendre l'exemple de l'Inde qui a très tôt utilisé l'ivermectine. L'OMS est aux ordres de Bill Gates, puisque le chef de l'OMS est un ancien dirigeant d'une société fondée par Bill Gates. Il a dit à l'Inde comme partout : « vous n'avez pas le droit d'utiliser l'ivermectine, vous ne pouvez pas » ; puisque le but était de promouvoir l'injection. Il y a des états indiens qui ont obtempéré et qui poursuivent aujourd'hui l'OMS au pénal. Ils ont vu le taux de contamination et de mortalité repartir en flèche. Il y a des états comme celui de l'Uttar Pradesh qui comptabilisent 240 millions d'habitants et qui a dit à l'OMS d'aller se faire voir, que leurs protocoles fonctionnaient très bien et ils ont continué à avoir un taux de contamination et de mortalité au plancher.

Ce sont des choses très graves qui se sont produites, car on avait des traitements préventifs remarquablement efficaces avec le magnésium, la vitamine D, le zinc et la vitamine C. Pour les gens qui étaient malades, il y avait des traitements curatifs très efficaces dès le début de la maladie. Il ne fallait pas dire aux gens de rentrer chez eux, de prendre du Doliprane et d'attendre que leurs lèvres soient bleues pour appeler le SAMU. Malheureusement la grande majorité des médecins n'a pas traité.

Il y a des gens qui ont désobéi comme moi, cela m'a valu des ennuis, mais je suis médecin. L'Ordre des médecins est normalement là pour permettre aux médecins de bien travailler, certes pour veiller à la déontologie, mais dans l'intérêt des médecins et des patients. Quand on regardera ce qu'il s'est produit dans quelques années, les gens qui regarderont cela se diront : « mais comment un ordre professionnel a-t-il

pu interdire à des médecins de soigner, et pire, comment des médecins ont-ils pu obéir à un ordre tel que celui-ci ? ». C'est insensé.

Pour les personnes qui ont un état de santé défaillant ou qui ont des comorbidités, il y avait le protocole de la FLCCC qui leur donnait 94% de chances de guérison au lieu de 70 ou 80. Un grand nombre de gens qui sont morts n'auraient jamais dû mourir. Si l'on avait géré cette crise intelligemment comme on aurait dû la gérer - et c'était ce que disait le professeur Brighthope devant cette commission australienne - les chiffres n'auraient jamais été ce qu'ils ont été. On n'aurait jamais empêché les gens de voir leurs parents ou leur grands-parents en EHPAD en train d'agoniser parce qu'ils n'étaient pas soignés, parce que l'on n'avait même pas donné la vitamine D qui aurait permis de diminuer considérablement l'impact de cette maladie, et parce qu'on leur a donné du Rivotril. C'est très choquant.

Contrecarrer les effets délétères du vaccin et de l'infection

Frédéric : Y a-t-il une indication pour les COVID longs ?

Dr. Labreze : Je prescris la vitamine C comme élément de traitement, cela fait partie des choses que je donne très tôt.

Mon confrère a expliqué devant le parlement européen que les brevets des vaccins avaient été déposés avant même l'infection. Ce virus a été fabriqué en laboratoire. Il a été fait pour dérégler un système que l'on appelle le système rénine-angiotensine. Ce système contrôle de nombreux paramètres dans l'organisme humain, qu'il s'agisse du virus lui-même dans certains cas ou de l'injection avec cette protéine Spike.

J'ai très tôt déconseillé aux gens de recevoir cette injection ARN, notamment en me basant sur les travaux du professeur McCullough et sur les travaux du docteur Sabatier, un médecin de l'INSERM qui disait : « ne faites pas cela, car la protéine Spike va dérégler des choses dans l'organisme, avec des problèmes thromboemboliques, des cancers turbos, etc ». Tout ce qu'il annonçait avec d'autres dès le début de la crise s'observe aujourd'hui sur le terrain.

Pour en revenir au Covid long ou aux manifestations de l'injection, il y a des choses à faire. Il faut faire attention, et voir un médecin qui connaît le sujet, parce que certains produits comme la bromélaïne, la Nattokinase

ou le resvératrol, des produits qui vont neutraliser la protéine Spike, peuvent interagir avec les anticoagulants.

C'est une contrevérité qui a été largement diffusée : on vous injecte cet ARN et on fabrique de la protéine Spike, le corps fabrique des anticorps et tout va bien dans le meilleur des mondes.

C'est faux, on sait aujourd'hui grâce aux études que 3 ans après avoir reçu les injections, ce matériel génétique a été intégré au génome et certaines personnes sont devenues chroniquement des producteurs de protéine Spike. C'est-à-dire que leur organisme continue de fabriquer en boucle de la protéine Spike qui continue de dérégler leur organisme.

Il y a aux États-Unis ce que l'on appelle le Freedom Information Act où l'on ne peut pas cacher les informations. Les associations qui se battent les récupèrent car la justice leur donne toujours raison. On voit par exemple que ces injections étaient contaminées avec de l'ADN. On a donc modifié et impacté le génome humain et il est difficile de dire aujourd'hui à quel point. Il faut donc nettoyer l'organisme.

Quand il s'agit d'un Covid long post-maladie chez les gens qui n'ont pas été injectés, il faut prendre :

- Beaucoup de vitamines C
- Des acides gras essentiels
- Du curcuma pour juguler l'inflammation
- Du magnésium
- Du zinc

Soit tout ce qui va aider le corps à lutter contre le stress oxydatif et protéger son endothélium.

Pour les gens qui ont des effets secondaires des vaccinations, il y a aussi des choses à faire notamment suivre le protocole de la FLCCC ou de McCullough avec de la suramine, du curcuma, et du charbon Moso qui en transitant au niveau du tube digestif vers la muqueuse intestinale va chélater des produits qui ont été injectés en même temps tel que l'oxyde de graphène.

Le docteur Marlone qui était le codécouvreur de ces injections ARN disait lui-même de ne pas le faire. Il disait : « ne faites pas ce vaccin, ce n'est pas au point ». On a mis tellement de pression sur les gens pour les contraindre, qu'ils l'ont fait. Les gens ne réalisent pas à quel point tout cela a été d'une violence inouïe. Il y a quelque chose dans le code

de la santé publique qui s'appelle le consentement éclairé, il y a un droit qui est souverain.

Lorsque les gens viennent me voir, je leur dis une chose : « vous venez me voir, je vous remercie de me faire confiance, je vais essayer de vous aider au mieux, mais je ne suis pas le patron, je ne suis pas le bon Dieu. Je vais vous donner un avis, il est consultatif, il est basé sur ce que j'ai appris et sur ce que je mets en pratique depuis 35 ans, mais si vous voulez aller prendre un 2^{ème} avis ou un 3^{ème} avis, faites-le, car il faut que l'information que vous allez recevoir vous parle ».

On a violé le droit au consentement éclairé, car on a contraint les populations : si on ne faisait pas l'injection, on devenait un sous-citoyen, on ne travaillait plus, on ne nourrissait plus sa famille. Il y a des gens qui se sont suicidés, car ils avaient perdu leur travail ou se sont retrouvés dans des difficultés financières extrêmes.

On a également violé quelque chose que l'on avait édicté après la Seconde Guerre mondiale qui s'appelle le code de Nuremberg, ou plus récemment la Convention d'Oviédo, où plus personne ne devait être contraint de participer à une expérimentation. Or c'est très exactement ce qui a été fait. Des gens en nombre, des millions en France et des centaines de millions dans le monde ont été contraints de servir de cobayes, parce-que ces produits étaient en phase expérimentale.

D'ailleurs aujourd'hui avec le Freedom of Information Act et la remontée des informations, on sait que les tests préliminaires étaient déjà très inquiétants et qu'ils montraient une surmortalité chez les gens injectés. Des gens ont été abusés, violentés avec une force inouïe. C'est très choquant. Je crains qu'un nombre insuffisant de gens réalisent la gravité de ce qui s'est passé. Quand le docteur Marlone dit lui-même qu'il ne faut pas se vacciner, il sait de quoi il parle. McCullough ou le docteur Sabatier et des dizaines d'autres l'ont dit aussi.

Elon Musk, lorsqu'il a repris Twitter, a exhumé des messages, il s'agissait des ordres que le gouvernement fédéral avait donnés pour couper la chique à tous les universitaires qui jusqu'à présent avaient été considérés comme des universitaires brillants et qui tenaient un discours qui était contraire à la doxa. Ils disaient que le confinement ne fonctionnait pas et que cela n'avait jamais fonctionné sur ce mode là. Ils disaient qu'il y avait des traitements préventifs à faire. Si les gens sont malades, il faut les soigner et on a des traitements qui fonctionnent. Les gens qui travaillent chez Twitter et Facebook avaient reçu des ordres

pour leur couper la chique afin qu'ils ne puissent pas s'exprimer. Lorsqu'Elon Musk a repris Twitter, il a parlé de cela et il a dit qu'il n'était pas là pour faire la censure.

On évalue le degré de santé d'une démocratie à la liberté de communication et aux débats scientifiques qui ont lieu. Cela a été complètement occulté et tous ceux qui avaient un discours différent, mais scientifiquement fondé, ne pouvaient pas s'exprimer. Il y a des gens qui ont subi une violence inouïe : je vois des gens qui m'ont dit qu'ils étaient allés se faire vacciner en pleurant. Cela a créé des dissensions dans les familles et entre ceux qui avaient décidé de le faire et ceux qui avaient décidé de ne pas le faire, le lien était rompu.

Quand on regardera cela avec un peu de recul, si l'on sort de cela par le haut, les gens se demanderont comment cela a été possible.

Les principales indications de la vitamine C

Frédéric : Quelles sont les grandes indications de la vitamine C ? Est-ce que cela fonctionne sur les pathologies articulaires dégénératives ?

Dr. Labreze : La vitamine C est vraiment un nutriment qui agit très puissamment au niveau de l'organisme comme antioxydant pour stopper le stress oxydatif, mais aussi pour rééquilibrer. La vitamine C est un produit puissamment rééquilibrant, donc lorsqu'il faut remettre de l'équilibre dans l'organisme, c'est la première des molécules qu'il va falloir réintroduire en quantités suffisantes et donc à raison de plusieurs grammes par jour.

Elle est intéressante pour une multitude de pathologies, comme l'ostéoporose. La vitamine C booste l'activité des ostéoblastes, soit ces cellules qui construisent le tissu osseux. Elle permet d'incorporer le calcium dans la matrice osseuse, elle diminue l'activité des ostéoclastes, qui sont les cellules qui détruisent le tissu osseux.

Dans les cas d'allergie, la vitamine C régule le taux d'histamine. Je vois très peu de problèmes allergiques qui résistent à une augmentation importante des doses de vitamines C. Il faut s'hydrater correctement, car lorsque le corps est déshydraté, pour réguler les flux d'eau dans l'organisme, le corps fabrique de l'histamine, qui est un médiateur qui va lui servir à réguler ces flux. Vous avez 2 choses très simples à faire si

vous êtes allergique : prendre 4 à 5 grammes de vitamine C donc 1 gramme 4 à 5 fois par jour et vous hydrater correctement.

Cela pourrait faire l'objet d'un autre débat, mais il faut boire de l'eau de qualité, car l'eau du robinet ne devrait pas être bue. On y trouve tous les résidus de médicaments, de polluants, de pesticides qui font que lorsque vous introduisez quelque chose à hauteur de 1,5 litre à 2 litres d'eau par jour dans le corps, vous vous empoisonnez. D'un point de vue bactériologique, il n'y a pas de problème, on ne fera pas d'intoxication alimentaire parce que l'on a bu un verre d'eau du robinet, mais par contre on ne va pas nettoyer son organisme. L'eau des bouteilles en plastique ne devrait pas être bue non plus, car il y a des microplastiques et des perturbateurs endocriniens.

On en revient à ce dont je parlais précédemment : si l'on ingère tous les jours beaucoup de perturbateurs endocriniens, on va lier les mains du chef d'orchestre. Il faut boire une eau de qualité filtrée. On peut utiliser à minima un filtre à charbon actif où l'on laisse d'abord l'eau pendant 1 heure à l'extérieur dans un récipient pour que le chlore s'évapore, et ensuite on filtre. Quand on en a les moyens, on peut mettre en place un dispositif d'osmose inversée où l'on va filtrer l'eau au dix millième de micron, c'est-à-dire qu'il n'y a plus de molécules chimiques et en plus c'est une eau faiblement minéralisée, ce qui signifie que c'est vraiment une eau qui va nettoyer l'organisme.

Ensuite, il faut prendre des acides gras essentiels tous les jours. Tout le monde devrait prendre tous les jours une cuillère à café d'huile de lin. Pourquoi ? Parce que cela amène des oméga-3 dont on manque tous. Vous pouvez acheter l'huile Bio Planète, c'est une huile qui est assez neutre au niveau du goût, car l'huile de lin peut vraiment être très forte en goût. Bio Planète a fait une marque particulière où l'huile est filtrée sur un papier buvard et où il n'y a pas de goût du tout. Les enfants prennent même de l'huile de lin normale, car ils sentent que c'est bon pour eux.

Il est intéressant de consommer du manganèse, car c'est un oligoélément qui va jouer un rôle important pour réguler l'immunité.

La vitamine D est importante et on en manque tous. Chaque fois que je fais doser la vitamine D chez un patient en dehors des ouvriers agricoles qui sont au soleil toute la journée et qui transpirent, tout le monde a un taux effondré de vitamine D. Un taux optimal se situe entre 80 et 100

nanogrammes par millilitre. Je vois régulièrement des gens qui sont à 15-20 nanogrammes par millilitre.

Vitamine D : posologie

Frédéric : Quelle est la bonne dose de vitamine D à prendre par jour ou par trimestre ?

Dr. Labreze : Il faut prendre de la vitamine D tous les jours comme le corps est supposé la fabriquer. On considère qu'il faut prendre 75 unités par kg et par jour. Quelqu'un qui fait 60 kg devrait prendre 4500 à 5000 unités. Si des gens sont sous antivitamine K qui est un anticoagulant, parce qu'ils ont un problème de fibrillation auriculaire ou d'AVC, il ne faut pas prendre de la vitamine K en plus ; mais pour les gens qui ne sont pas sous anticoagulants, la vitamine D doit être associée à la vitamine K2.

Pourquoi ? Parce que si vous prenez de la vitamine D sans prendre de la vitamine K, le calcium va rentrer dans l'organisme et il va aller se fixer un peu partout : sur les parois des artères, sur les tendons et un peu sur les os. La vitamine K2 va permettre de la fixer là où on en a besoin, sur les os et non sur les parois et les tendons. Dans l'alimentation, les gens qui prennent des anticoagulants doivent faire attention pour ne pas consommer des légumes qui amèneraient trop de vitamines K et qui viendraient déstabiliser leur traitement.

Il faut prendre 200 microgrammes de vitamine K. On considère que quand on prend 3000 unités de vitamines D, on essaie d'y associer environ 200 microgrammes de vitamine K.

Les contre-indications à la vitamine C

Frédéric : Y a-t-il des contre-indications à la vitamine C ?

Dr. Labreze : Il n'y a pas de problèmes avec la vitamine C. Si l'on a une hémochromatose, un taux de fer trop élevé qui peut abimer l'organisme, on va être vigilant sur les moments où l'on va prendre sa vitamine C.

En effet, la vitamine C est très intéressante pour les femmes qui sont en manque de fer, car du fait des règles, elles perdent chaque mois du sang

et du fer. La vitamine C va augmenter l'absorption du fer en transformant le fer ferrique en fer ferreux qui va être plus facilement absorbé. Il faut donc être vigilant si vous avez une hémochromatose. Par contre, si vous manquez de fer, ce qui est souvent le cas pour les femmes, il sera intéressant d'associer les deux, car on va faire remonter son fer plus facilement.

Théoriquement, il y a une autre pathologie qui pourrait inciter à être prudent, c'est ce que l'on appelle un déficit en G6PD, c'est une enzyme qui fait que si l'on en manque et que l'on prend beaucoup de vitamine C, on va abimer ses globules rouges et faire une hémolyse. Il y a des travaux très intéressants qui ont été publiés notamment par le professeur Marik. Lorsqu'ils avaient des patients à traiter avec un sepsis et qu'ils étaient amenés à administrer 6 grammes de vitamine C en perfusion pendant 24 heures, le docteur Marik a publié que cela se passait très bien et que même les personnes qui avaient un déficit en G6PD ne faisaient absolument pas d'hémolyse. C'est une contre-indication très relative, mais il faut la garder à l'esprit.

Concernant le fait que la vitamine C serait éventuellement excitante, ce n'est pas du tout le cas. Par contre, comme la quasi-totalité des gens est carencée en vitamine C, elle donne de l'énergie. Elle relance le métabolisme, elle booste les neuromédiateurs, les surrénales. Si l'on en prend et que l'on en manque, on va avoir beaucoup de tonus. Si l'on a beaucoup de tonus, cela risque d'être compliqué d'aller se mettre au lit à l'heure habituelle et de trouver le sommeil. Quand on commence à corriger une carence, on essaye de ne pas en prendre trop tard.

Ensuite, toutes les études et mon expérience de gros consommateur et de gros prescripteurs de vitamine C le confirment : on dort mieux quand on prend de la vitamine C ; en effet, comme je l'ai évoqué précédemment, c'est un régulateur puissant et il va réguler toutes les fonctions de l'organisme y compris le sommeil. Au départ, il vaut mieux en consommer le matin jusqu'en début d'après-midi. Il ne faut pas en consommer trop tard, car cela va vraiment donner la pêche.

12 grammes de vitamine C par jour

Frédéric : Est-ce qu'atteindre 12 grammes de vitamine C par jour est une bonne chose ?

Dr. Labreze : Ce serait bien d'arriver à cette consommation si vous ne fumez pas, car lorsque l'on fume, il y a des milliards et des milliards de radicaux libres et de polluants. Le tabac augmente considérablement les besoins en vitamines C. La solution optimale étant d'arrêter de fumer.

Je demande à mes patients en consommation de routine de base de prendre 4 à 6 grammes de vitamines C par jour. Il faut en prendre toutes les 3-4 heures, car on considère qu'elle a une demi-vie un peu plus courte. Il est moins satisfaisant pour l'organisme de prendre toute la vitamine C d'un coup, et vous allez être confronté au seul effet secondaire un peu gênant de la vitamine C : son effet laxatif. C'est à dire que si vous en prenez trop d'un coup et que vous dépassez les capacités d'absorption de votre tube digestif, la vitamine C va continuer à transiter dans le tube digestif. Elle va entraîner l'eau avec elle et vous donner la diarrhée. Il vaut mieux prendre 1 gramme à raison de 4 fois par jour que 4 grammes le matin.

Quels laboratoires choisir ?

Frédéric : Quels sont les laboratoires que vous recommanderiez ?

Dr. Labreze : Pendant des années j'ai dirigé mes patients vers certains laboratoires, notamment pour la vitamine C. Je travaille avec un laboratoire qui s'appelle Phybiotech. Ils font une très bonne vitamine C liposomale, mais il y a également les laboratoires Sunday et Solgar. La vitamine C liposomale peut être assez onéreuse.

Phybiotech est tenu par un ami, et pendant ma suspension je l'ai un peu aidé dans son développement. Si les gens veulent commander cette vitamine, il faut mettre mon code prescripteur pour justifier la remise : « KPAL6696 » ; et ensuite il faut mettre le code « JPL10 » pour avoir 10 % de remise.

Pour la vitamine hydrosoluble, cela dépend si les gens préfèrent prendre des comprimés ou de la poudre. S'il s'agit de poudre, on peut prendre de l'acide ascorbique pur ou de l'ascorbate de sodium qui est une forme tamponnée non acide. La vitamine C liposomale que j'évoquais correspond à de l'ascorbate, c'est-à-dire que c'est une vitamine C non acide.

Le laboratoire Vitamax.bio distribue de la très bonne vitamine C en poudre. On peut la prendre ponctuellement à l'occasion des repas ou comme le font certains patients en mettant une cuillère à café de 5 grammes dans un litre d'eau. Si vous mettez cela dans un litre d'eau et que vous buvez cela dans la journée, il faut que la bouteille soit mise dans un cache, car la lumière va oxyder la vitamine C et il n'y aura rapidement plus de vitamine C. Il faut que vous gardiez votre récipient à l'abri de la lumière. L'idéal est d'utiliser du verre, ainsi il n'y a aucune réaction possible avec l'acide ascorbique.

La forme liposomale doit idéalement être prise dans un estomac vide et idéalement 15 minutes avant les repas. Pourquoi ? Pour ne pas qu'elle soit prise dans le processus de digestion et que les liposomes soient au moins partiellement digérés. On peut par contre prendre la forme hydrosoluble au cours du repas ou à distance des repas. En règle générale, la forme liposomale, surtout si elle est en poudre, doit être conservée au réfrigérateur.

Pour le reste de la journée j'invite mes patients à avoir soit des comprimés hydrosolubles, soit leur bouteille d'eau dans laquelle ils ont mis leur 5 grammes de vitamine C et qu'ils vont boire dans la journée.

Le protocole contre le cancer

Frédéric : Quels sont les protocoles pour les personnes qui sont touchées par le cancer ?

Dr. Labreze : Déjà je conseillerais la lecture de 2 ouvrages. Il faut aller sur le site du docteur Rath. Le docteur Rath a beaucoup travaillé avec Pauling. Rath est un scientifique et il a avec lui une équipe de scientifiques de très haut vol. Il a publié un livre qui a d'ailleurs conduit à l'élaboration d'un protocole anti maladies cardiovasculaires et à des traitements du cancer.

Le premier livre à commander est : « pourquoi les animaux n'ont pas d'attaques cardiaques, les hommes si ! ». Si vous voulez rendre service à votre médecin, prêtez-le-lui. S'il est curieux, cela ne peut que l'intéresser, parce que c'est de la science de haut vol.

Le docteur Rath a publié un autre livre : « Cancer, la fin d'une maladie de civilisation ». Il a développé un protocole qui repose sur la vitamine C

à forte dose, puisque l'on en prend 10 grammes par jour par voie orale en 5 prises. Il évoque 2 acides aminés que sont la lysine et la proline qui sont une sorte de téflon naturel. Ils renforcent l'endothélium lorsque l'on en prend pour la prévention cardiovasculaire, mais cela rend le tissu conjonctif beaucoup plus résistant, car pour prospérer, les cellules tumorales synthétisent une enzyme qui leur permet de découper le collagène. La lysine et la proline, en renforçant le collagène, empêchent les cellules tumorales de gagner du terrain.

Ensuite, il y a des minéraux comme le cuivre, le manganèse, le sélénium, et des extraits de thé vert qui jouent un rôle et qui inhibent l'activité de cet enzyme par laquelle les cellules tumorales découpent le tissu sain. Cela concerne les traitements par voie orale que l'on va prendre en complément des traitements conventionnels, car le but n'est pas de détourner les patients de ceux-ci ; au contraire, on essaie d'être dans une logique de médecine intégrative et on va taper de différentes façons sur les cellules qui nous embêtent.

La vitamine C a une autre propriété très intéressante : elle diminue les effets secondaires de la chimiothérapie. Quand c'est réalisable, on peut faire un jeûne, car selon les modalités d'administration de la chimiothérapie, c'est parfois compliqué à réaliser. Cela se fait dans beaucoup d'hôpitaux au Canada et aux États-Unis. Si c'est possible, il faut essayer de jeûner dans les 2 jours qui précèdent la chimio, le jour de la chimio et le lendemain, les cellules saines se mettent alors au repos. C'est un mécanisme de survie. Les cellules tumorales restent en hyper métabolisme et ce sont elles qui vont essentiellement capter la chimiothérapie.

Vous avez là un excellent moyen de protéger votre organisme, car malheureusement la chimiothérapie détruit les cellules cancéreuses, mais également les cellules saines. Il s'agit de jeûnes hydriques avec uniquement de l'eau et aucune calorie. Il faut évidemment ne pas avoir déjà perdu beaucoup de poids.

Le cancer, une maladie du métabolisme

Frédéric : Les oncologues disent qu'il ne faut surtout pas perdre de poids, mais si l'on fait un jeûne on perd du poids ?

Dr. Labreze : Malheureusement les oncologues ou les équipes qui les assistent disent : « vous pouvez manger n'importe quoi, faites-vous plaisir ». Il faut savoir que les cellules cancéreuses sont devenues dysfonctionnelles, elles ne brûlent plus le sucre dans le cycle de Krebs et elles le brûlent dans le cytosol. Elles s'acidifient et elles fabriquent de l'acide pyruvique et de l'acide lactique. C'est au départ un dysfonctionnement mitochondrial.

Le cancer n'est pas une maladie génétique : si vous prenez le noyau d'une cellule tumorale et que vous le mettez dans le cytosol d'une cellule saine où les mitochondries fonctionnent, la cellule cesse d'être tumorale et inversement. Cela vient confirmer ce qu'avait trouvé Warburg et qui lui a valu de recevoir le prix Nobel de médecine : le cancer est lié à un problème de métabolisme et le cœur du métabolisme des cellules est les mitochondries.

Les protocoles d'injection aux États-Unis

Frédéric : Quels sont les dosages et à qui s'adresser ?

Dr. Labreze : On peut aller voir le site du docteur Mathias Rath. Il explique qu'ils ont dépensé une énergie et des sommes folles pour se battre contre la FDA et l'industrie pharmaceutique. Il dit que l'on peut se servir de la vitamine C pour éradiquer les maladies cardiovasculaires et éradiquer le cancer. Ils ont gagné toutes leurs actions en justice. Rath est une fondation, c'est non lucratif et tout est réinvesti. Parcourez son site, c'est d'une bienveillance et d'une compétence extrême.

Dans le monde, 15 millions de personnes meurent chaque année de maladies cardiovasculaires alors que l'on a un savoir disponible qui permettrait d'éviter la très grande majorité sinon la totalité de ces décès.

La clinique Riordan aux États-Unis a traité depuis 40 ans 40 000 patients avec de fortes doses de vitamine C par voie injectable de 0.1 à 1 gramme par kilo jour. Il y a même des praticiens qui vont même préconiser, pour des pathologies infectieuses notamment, des posologies plus importantes de 500 à 700 mg/kg.j toutes les 8 heures ou toutes les 12 heures.

Quand on utilise la voie orale, on va atteindre des concentrations de vitamine C qui vont être de 1,6 à 3 milligrammes par décilitre. Quand on

fait des perfusions de 50 grammes de vitamine C, on va atteindre des concentrations sériques de 350 à 400 mg dans le sang par décilitre, soit quasiment 150 à 200 fois plus. C'est à ce moment-là que la vitamine C devient pro-oxydante selon le mécanisme que j'ai expliqué précédemment, puisqu'elle va rentrer en quantité importante dans les cellules tumorales.

Ces cellules ont un défaut qui va être utile pour nous : elles manquent d'une enzyme que l'on appelle la catalase et qui permet de transformer le peroxyde d'hydrogène en hydrogène et en dioxygène. En raison de ce taux important d'anions superoxyde et de peroxyde hydrogène, le corps va fabriquer avec la vitamine C ce radical hydroxyle qui va détruire les cellules tumorales. Par contre, pour les cellules saines qui font de la catalase en quantité appropriée, il n'y aura pas cette accumulation de peroxyde et donc il n'y aura pas de production de radicaux hydroxyles. Les cellules ne vont donc pas être impactées négativement.

Les cellules tumorales sont avides de sucre, puisqu'elles carburent avec du sucre et elles ont développé beaucoup de récepteurs à cet effet. Il y a une analogie conformationnelle entre le sucre et la vitamine C qui est dérivée du sucre et cette vitamine C va pénétrer en grande quantité par ces récepteurs que la cellule a multipliés pour capter plus de sucre. Elle va donc les faire exploser de l'intérieur avec le radical hydroxyle.

Les injections de vitamine C en France

Frédéric : Peut-on bénéficier de ces injections en France ?

Dr. Labreze : Je prescris de la vitamine C. La vitamine C est un produit qui est autorisé. Le praticien est libre de déterminer la posologie sur la base des données acquises de la science. Les travaux dont je vous parle sont indiscutables et des équipes le font aux 4 coins de la planète, y compris en milieu hospitalier.

Par exemple, pour traiter des glioblastomes qui correspondent à une tumeur grave, les équipes ont vu que si l'on adjoignait la vitamine C, on avait des résultats bien meilleurs et c'est la même chose pour d'autres pathologies. Il faut réussir à faire changer les choses.

Pendant la crise du Covid, j'avais rédigé un modèle de directives anticipées. Comme j'avais échoué par le 1^{er} ministre, le ministre de la

Santé, le président de la République et le Conseil d'État à promouvoir les travaux de la FLCCC, j'avais rédigé un modèle de directives anticipées en disant : le code de la santé publique vous octroie le droit de bénéficier des thérapeutiques qui vous offrent le plus de chances de survie avec le moins de risques possible.

Je préfère avoir 94% de chance de guérison plutôt que 80 ou 75. Il faut que les citoyens, parce que c'est un droit dans un état de droit et le code de la santé publique le définit et le confère, disent : si je suis malade, je veux pouvoir bénéficier de ces protocoles. On parle de protocoles où il n'y a aucun effet secondaire gênant. Il y a des infectiologues qui ont fait des perfusions de 200-300 grammes de vitamines C sans effet secondaire.

On parle pour le cancer de posologie moindre. On ne va donc pas abimer le corps, mais par contre on va avoir des effets positifs. On peut faire cela en synergie et en parallèle de la chimiothérapie, puisque l'on sait par quel mécanisme la vitamine C va diminuer les effets secondaires de la chimiothérapie. On va attaquer les cellules qui nous embêtent avec la vitamine C et la chimiothérapie. C'est ce qui est fait partout sur la planète, pourquoi a-t-on cette inertie ? De quoi cela résulte ? C'est notre responsabilité de citoyen que de bénéficier d'un droit que nous octroie le code de la santé publique.

LES QUESTIONS DES ABONNÉS



Insuffisance rénale et vitamine C

Frédéric : Y a-t-il une incompatibilité particulière lorsque l'on souffre d'une insuffisance rénale ?

Dr. Labreze : Non, il n'y a pas de problèmes particuliers. On a longtemps considéré que c'était le cas, mais on sait par le biais de publications et notamment une qui provenait de Cambridge que c'est faux. C'est une étude où plus de 80 000 femmes ont été suivies pendant 14 ans. On a vu qu'il n'y avait pas d'augmentation de lithiase oxalique. Quand elle est métabolisée, la vitamine C va donner le déhydroascorbate et ensuite elle va être transformée en oxalate qui est un métabolite de la vitamine C.

On a souvent longtemps pensé que cette concentration plus importante en acide oxalique allait créer des lithiases oxaliques. Les publications montrent que ce n'est pas le cas. Les publications sont indiscutables scientifiquement. Je prends entre 12 et 15 grammes par jour de vitamine C depuis 42 ans et je peux vous dire que je n'ai jamais uriné un calcul. J'ai mis mes enfants depuis qu'ils sont nourrissons et des milliers d'autres patients sous vitamine C et ils n'ont pas fait plus de lithiase. Dans le cas de quelqu'un qui aurait fait une lithiase sans vitamine C, cette dernière ne l'empêchera pas de faire une lithiase. La vitamine C ne joue pas un rôle préventif, mais elle ne joue pas un rôle promoteur de problèmes lithiasiques.

Vitamine C : naturelle ou synthétique ?

Frédéric : Y a-t-il une différence entre la vitamine C naturelle et la vitamine C synthétique ?

Dr. Labreze : Pauling a travaillé sur la vitamine C et il a dit que c'était exactement la même. C'est de l'acide ascorbique qui est dextrogyre. Il n'y a pas de vitamine C naturelle, sauf l'acérola et celle que l'on va trouver dans les fruits et les légumes.

Je dis à mes patients : en règle générale, il faut que votre consommation de base soit au moins de 4 grammes de vitamines C par jour. Les gens se font souvent piéger en pharmacie, car on leur vend de l'acérola 1000. Ce n'est pas du tout la même chose : dans un comprimé d'acérola 1000,

vous avez environ entre 150 et 170 milligrammes de vitamine C. Il faut donc consommer 5 à 6 comprimés d'acérola pour faire un comprimé de vitamine C 1000. Cela devient rapidement ruineux. Cela ne fera pas nécessairement mal au ventre, encore que ce soit un peu acide, mais c'est surtout ruineux, car si vous voulez prendre 4 à 5 grammes de vitamine C avec de l'acérola, il faudra consommer entre 25 et 30 comprimés par jour.

Il y a un débat sur les formes : hydrosoluble ou liposomale. Le docteur Levy et d'autres confrères préfèrent beaucoup la forme liposomale. Les travaux sont suffisamment conclusifs : si l'on prend de la vitamine C 1000, si l'on prend 2 à 3 grammes, on va réussir à obtenir un taux de vitamine C dans le sang qui se situera autour de 1,5 à 1,6 mg par décilitre. Pour information, on parle du scorbut et de carence importante, lorsque l'on est en dessous de 0,2 mg par décilitre. Il y a des travaux qui vont encore au-delà de ce que je vais dire et on peut obtenir environ 3 mg par décilitre, soit 2 fois plus.

La vitamine C est très importante pour lutter contre les infections, puisqu'elle est très concentrée dans les globules blancs. J'avais l'habitude de dire : « si vous voulez mener une guerre, est-ce que vous allez plutôt envoyer au front 1000 combattants ou 2500 ? ». Bien évidemment, si vous voulez avoir plus de chance de gagner, vous choisirez la deuxième option. Il va donc falloir plutôt privilégier la forme liposomale. Il y a des travaux qui montrent qu'en prenant 5 grammes de liposomale d'un coup, on obtient 400 micromoles par jour, ce qui représente 7 mg par décilitre, soit bien plus que ce que donnaient les publications et les études antérieures.

En ce qui me concerne, je prends les 2 formes de vitamine C. Je prends de la vitamine C hydrosoluble habituelle, soit celle que l'on trouve dans la nature. On trouve de la vitamine C dans la nature et dans l'acérola, mais toutes les autres vitamines C sont fabriquées par l'homme avec des réactions où il faut que des bactéries viennent agir dessus pour pallier la carence de l'enzyme dont on est dépourvu. À part l'acérola et les fruits, il n'y a pas de vitamine C naturelle, mais par contre in fine, la molécule que l'on obtient est exactement la même que la molécule naturelle selon Linus Pauling.

Je prends entre 12 et 15 grammes de vitamine C par jour, et je prends aux alentours de 3 grammes de vitamine C liposomale et entre 10 et 12 grammes de vitamine C hydrosoluble. Pourquoi ? Car je veux continuer

à entretenir dans mon organisme les voies d'absorption de la vitamine C naturelle. La vitamine C liposomale va d'une certaine façon court-circuiter cela. La vitamine C hydrosoluble est absorbée au niveau de la partie proximale de l'intestin grêle.

La vitamine C liposomale est absorbée différemment et je veux continuer à avoir à la fois les propriétés de la forme liposomale, parce qu'elle est intéressante. Je veux aussi continuer à prendre la forme hydrosoluble pour continuer à faire en sorte que mon corps continue à fonctionner comment il est censé fonctionner.

Supplémentation en vitamine C : quel coût ?

Frédéric : Combien coûte un flacon pour 15 jours ?

Dr. Labreze : Les flacons contiennent environ 150 grammes de vitamine C liposomale. Si l'on prend 2 à 3 grammes de vitamine liposomale et qu'ensuite on prend de la vitamine hydrosoluble, un pot va durer de un mois et demi à deux mois et demi. Le coût est de 56 €.

La vitamine C à croquer

Frédéric : Que pensez-vous de la vitamine C à croquer ?

Dr. Labreze : Il existe peu de comprimés, sauf ceux que vous trouvez à 500 mg en pharmacie. Il faut faire attention à ce qu'il n'y ait pas d'édulcorants. Il existe des édulcorants naturels comme la stévia, mais sinon il faut y faire attention.

Souvent, cela peut être plus cher que ce que l'on peut trouver sur d'autres formes. Cela représente un coût, il faut donc essayer de rationaliser, car il faut souvent ajouter d'autres choses comme de la vitamine B, du zinc, et du sélénium. Même si la santé n'a pas de prix, cela peut avoir un coût et autant rationaliser ses dépenses.

Lutter contre le staphylocoque doré

Frédéric : Est-ce que la vitamine C est indiquée pour le staphylocoque doré ?

Dr. Labreze : Oui, car la vitamine C est très concentrée dans les globules blancs, c'est-à-dire ceux qui vont aller phagocyter tout ce qui agresse l'organisme. La vitamine C est très importante quand on bataille contre une infection et on peut alors vraiment monter les doses et cela va booster l'immunité ; cela va donner plus de chances de venir à bout d'une infection.

La vitamine C Vital du laboratoire Orthovitale

Frédéric : Quel est votre avis sur la vitamine C vital du laboratoire Orthovitale ?

Dr. Labreze : Je ne les connais pas, mais il faut regarder s'il n'y a pas d'édulcorants. Tout ne se vaut pas. Il faut aussi être attentif aux témoignages. Nutrixeal est un bon laboratoire.

Posologie pour les enfants

Frédéric : Est-ce qu'il faut utiliser la même dose pour les enfants ?

Dr. Labreze : Pour les enfants, on considère qu'il faut prescrire 20 à 30 milligrammes par kilo et par prise. Un enfant qui fait 20 kg peut recevoir 500 milligrammes de vitamine C d'un seul coup et il faut lui donner cela au moins 3 fois par jour. Si vous faites cela, les enfants seront beaucoup moins malades.

En 32 ans, mes enfants n'ont jamais eu un antibiotique de leur vie. Ils ont pris de la vitamine C très tôt et des huiles essentielles lorsque c'était nécessaire.

Quand l'enfant a de la fièvre, vous allez suivre cette posologie toutes les heures jusqu'à ce que la fièvre tombe. Dans la très grande majorité des cas, la fièvre aura chuté. La vitamine C aura aidé à détruire le virus.

On garde ensuite cette posologie pendant 5 jours, mais cette fois on fait cela 5 fois par jour. Au bout de 5 jours, on reprend le rythme de croisière, soit 3 fois par jour. Pour un adulte, dans le cas d'une grippe, d'une sinusite ou d'une bronchite, on va prendre de la vitamine C toutes les

heures et il faut idéalement faire la titration de Robert Cathcart, c'est-à-dire que cela peut être variable selon les individus. Je peux prendre 8 grammes de vitamine C d'un coup et je n'aurais pas le moindre inconfort. Certaines personnes vont prendre un gramme et elles vont le sentir.

Idéalement on commence avec 1 à 1,5 gramme toutes les heures et parfois même toutes les demi-heures et si ces 1,5 gramme passent bien, on peut monter à 2-2,5 grammes jusqu'à ce que la fièvre ait chuté. Ensuite on fait comme pour les enfants : on continue 5 fois par jour pendant quelques jours et on reprend la consommation de base de 4 à 6 grammes par jour. Avec un épisode infectieux aigu, vous pouvez prendre dans la journée 20 à 25 grammes de vitamine C.

C'est très intéressant et c'est qu'a montré Robert Cathcart, car si on a perdu la propriété de synthétiser la vitamine C, l'énergie vitale est remarquablement intelligente, et elle a trouvé un moyen de pallier cela. Quand on est confronté à un épisode infectieux, notre tube digestif va tolérer et absorber plus de vitamine C. Si quand on va bien, on ne peut pas prendre plus de 4 grammes de vitamine C sans avoir la diarrhée, alors quand on bataille contre une infection grave, on peut prendre 100 grammes de vitamine C dans la journée sans avoir de diarrhée. En effet, le corps s'est adapté et le tube digestif est devenu capable d'absorber plus de vitamine C pour pallier le fait que le corps ne soit plus capable de la synthétiser.