

--- **Auszug / Kurzfassung** ---

Hochdosiertes Vitamin C bei Spondylitis Ankylosans Ascorbat, nicht Lachen, hat Norman Cousins geheilt

Von Andrew W. Saul, Herausgeber

OMNS (16. Dezember 2021) Fragt man die meisten Menschen nach der heilenden Kraft des Lachens, so werden die meisten sagen: "Natürlich!" Das erste Mal, dass die breite Öffentlichkeit davon hörte, war in dem 1979 erschienenen Buch *Anatomy of an Illness* (Anatomie einer Krankheit) von Norman Cousins, Herausgeber der *Saturday Review*.

Der entscheidende Faktor für die Genesung von Cousins war die **Verabreichung extrem hoher Dosen von Vitamin C über eine intravenöse Infusion.**

Ob intravenös oder oral, das Wichtigste bei C ist, dass man genug davon nimmt.

"Am zweiten Tag gingen wir auf 12,5 Gramm Ascorbinsäure über, am dritten Tag auf 15 Gramm, und so weiter bis zum Ende der Woche, als wir 25 Gramm (25.000 mg) erreichten. Am Ende des achten Tages war ich in der Lage, meine Daumen ohne Schmerzen zu bewegen.

Seit 45 Jahren empfehle ich meinen Patienten, "so viel C einzunehmen, dass sie symptomfrei sind, egal wie hoch die Menge ist". Ich stehe zu dieser Aussage.