

KYSELINA ASKORBOVÁ

Kyselina askorbová alebo **vitamín C** patrí chemicky medzi kyseliny, fyziologicky je zaradovaný k skupine vitamínov.

Účinky vitamínu C sa v celom našom tele prejavujú rôznorodo. Udrzuje výkonnosť mozgu a dodáva nám dobrú náladu. Je silným antioxidantom, zabraňuje zápalom, zabezpečuje napätosť pokožky a silu svalov. Stimuluje tvorbu väziva, kostí a zubov a spolupôsobí pri budovaní chrupaviek i šliach. Vyzbrojuje naše bunky na boj proti vírusom a baktériám a chráni organizmus pred prechladnutím, zvyšuje tvorbu kolagénu a zlepšuje hojenie rán. Vitamín C zvyšuje príjem železa z potravy, odbúrava ťažké kovy z nášho tela a zabezpečuje celkovú detoxikáciu. Je nepostrádateľným predpokladom optimálnej funkcie nášho imunitného systému. Ochráňuje orgány a tkanivá, predovšetkým však centrálny nervový systém pred účinkami

voľných radikálov a tým brzdí aj starnutie. Je dôležitý pri látkovej premene uhľovodíkov a tukov a podieľa sa na syntéze hormónov aj na tvorbe červených krviniek. Zvyšuje odolnosť voči stresu a pomáha korigovať poruchy látkovej premeny pri cukrovke. Zamedzuje tvorbu karcinogénnych látok a bráni uvoľňovaniu histamínu pri alergických reakciách. Zabraňuje zákalu očnej šošovky, a tým vzniku sivého zákalu. Zabezpečuje zvýšené spaľovanie tukov na získanie energie prostredníctvom syntézy karnitínu, a tým človeka zoštíhľuje, posilňuje a dostáva do formy.

Kedy je vhodná liečba vnútrožilovým vysokodávkovaným vitamínom C?

- stres, zvýšená fyzická a psychická záťaž, psychické poruchy (syndróm vyhorenia, depresie, úzkostné poruchy, nespavosť), opakované infekcie

(chrípka, angíny, nádchy, kašeľ, herpes, chlamydiové infekcie), chronický únavový syndróm, alergie, autoimunitné choroby (reumatoidná artritída, zápaly čreva), borelióza, nádorové ochorenia, migrény, po operáciách na podporu hojenia rán.

Bezpečnosť liečby

Vitamín C je pre organizmus bezpečnou látkou. Nemožno sa ním predávkovať. Telo si vezme toľko, koľko podľa svojich aktuálnych potrieb vyžaduje a zvyšok vylúči stolicou a močom. Pred podávaním vysokých dávok vitamínu C je potrebné overiť funkciu obličiek, pretože pri jej znížení hrozí vznik obličkových kameňov. Nevyhnutnou súčasťou liečby je dostatočná hydratácia organizmu. Vitamín C by nemali užívať pacienti s poruchami metabolizmu železa.



Na Slovensku bolo podaných 150 000 dávok a nebol zaznamenaný žiadny nežiadúci účinok.