

dr. Matthias Rath en dr. Aleksandra Niedzwiecki

## De onderschatte geneeskraft van vitamine C

‘Over vijf jaar gaat het grootste deel van het budget voor gezondheidszorg naar preventie’

‘Ik wil mensen niet weghouden bij hun artsen, maar juist samenwerking zoeken, zodat we patiënten samen het beste kunnen helpen’

**Voldoende inname van vitaminen en micronutriënten is volgens dr. Matthias Rath, arts en grondlegger van de moderne cellulaire geneeskunde, de sleutel voor het voorkomen en behandelen van levensbedreigende en chronische ziekten. Hij baseert die stelling op jarenlang wetenschappelijk onderzoek. De farmaceutische industrie en de Vereniging tegen de Kwakzalverij bestrijden zijn werk, maar ‘met steeds minder succes’. Dr. Rath constateert tegelijk dat de belangstelling voor vitamineonderzoek ook bij grote (farmaceutische) ondernemingen groeit. In dit ACADEMY®Magazine doet hij, samen met bestuurslid en biochemicus dr. Aleksandra Niedzwiecki, zijn verhaal, zodat lezers hun eigen mening kunnen vormen.**

Tekst: Jacques Geluk

Cardiovasculaire aandoeningen (hart- en vaatziekten), arteriosclerose (verdikking van de slagaderen) en andere levensbedreigende en chronische ziekten, waaronder kanker, zijn te voorkomen of te repareren door behandeling met een combinatie van vitamine C, andere vitaminen en microvoedingsstoffen. “Daaraan ligt jarenlang onderzoek ten grondslag, waardoor we onze methode wetenschappelijk kunnen bewijzen”, zegt dr. Matthias Rath in het gebouw van de Dr. Rath Health Foundation in Heerlen. “Vitamine C en micronutriënten zorgen voor duizenden biochemische reacties in al onze cellen. Een chronisch gebrek eraan betekent dat miljoenen lichaamscellen slecht functioneren. Dat laatste willen en kunnen we voorkomen.” In hun recente boek ‘De overwinning op kanker!’ schrijven dr. Rath en dr. Aleksandra Niedzwiecki, die aan het hoofd staat van de Amerikaanse vestiging, specifiek dat natuurlijke, op vitaminen en microvoedingsstoffen gebaseerde geneeswijzen sleutelmechanismen in cellen blokkeren die van een kanker een dodelijke ziekte maken. Ze constateren dan ook dat het ‘vergiftigen van cellen door chemotherapie en bestraling’ op den duur volledig zal zijn vervangen door celregulering, een methode die effectiever is en gezonde cellen spaart. Voldoende inname van vitaminen en andere microvoedingsstoffen kan volgens hen de ongecontroleerde aanmaak van enzymen en biokatalysatoren voorkomen. Dat zijn kleine proteïnen die als ‘biologische scharen’ de weg vrijmaken voor kankercellen om uit te zaaien.

### Het begin

In de jaren tachtig is de Duitse medische student Matthias Rath samen met de Amerikaanse scheikundige Linus Pauling († 1994) actief in de vredesbeweging. Hij rijdt de tweevoudige Nobelprijswinnaar (scheikunde en vrede) in Duitsland van lezing naar lezing en leert hem goed kennen. “Ik studeerde cardiologie, nadat mijn vader was gestorven aan een hartaanval. Linus wees

me erop dat wetenschappelijk onderzoek belangrijk is om een goede arts te kunnen worden. Dat was de les van mijn leven. Ik pakte onderzoek naar arteriosclerose (slagaderverdikking) op aan de Universiteit Hamburg. Daaruit bleek dat lipoproteïne (a), die nauw gerelateerd is aan vitamine C en ons metabolisme, een risicofactor is. Destijds, rond 1987, dacht ik nog aan toeval en hield ik me niet zo bezig met vitaminen, maar naarmate het onderzoek vorderde ging het vuurtje branden en raakte ik echt geïnteresseerd." Hij praat met gevestigde wetenschappers, maar die steunen hem niet echt. "Vergeet het, zeiden ze, geen enkele serieuze wetenschapper werkt met vitaminen. In 1989 bezocht ik Linus en vertelde hem over lipoproteïne (a) en het feit dat deze molecule alleen voorkomt in mensen en andere wezens die het vermogen zelf vitamine C te produceren hadden verloren. Een connectie die nooit eerder was vastgesteld." Terug in Berlijn ontvangt dr. Rath een brief van Linus, die hem voorstelt een wetenschappelijke publicatie te schrijven. "Belangrijker is dat hij mij uitnodigde een cardiovasculaire onderzoeksgroep binnen het Linus Pauling Instituut te starten en zijn persoonlijk medewerker te worden." Als in 1994 duidelijk is dat Pauling (dan 92) niet lang meer te leven heeft overweegt Rath terug te keren naar Duitsland om zich met gevestigde zaken bezig te houden. "Dr. Niedzwiecki en twee anderen probeerden mij tegen te houden: 'Wanneer jij dat doet bloedt al het werk dood, omdat niemand anders de controversiële fakkel van vitamineonderzoek zal overnemen'. Het is hen gelukt!"

### **Dertig jaar onderzoek**

Inmiddels is Matthias Rath al dertig jaar met onderzoek bezig. Eerst samen met collega's naar cardiovasculaire ziekten aan de Universiteit Hamburg, vervolgens naar de connectie tussen cardiovasculaire risicofactoren, arteriosclerose en vitaminemetabolisme, in het bijzonder vitamine C aan het Linus Pauling Instituut. "In 1999 waren er voldoende fondsen om ons eigen instituut te beginnen, waarvan dr. Niedzwiecki de eerste directeur werd. Inmiddels is het een van de toonaangevende instituten op het gebied van natuurlijke gezondheid op wetenschappelijke grondslag, met speciale aandacht voor hart- en vaatziekten en kanker. Het is vanaf het begin ons uitgangspunt dat we alles dat we beweren wetenschappelijk kunnen onderbouwen."

"Een bijzonder feit is dat het Amerikaanse patentbureau al in 1994 octrooi heeft verleend op onze wetenschappelijk onderbouwde therapie voor de preventie en omkeren van arteriosclerose: het weer laten verdwijnen van bestaande cardiovasculaire plak (verstopte bloedvaten). Dat was nooit eerder gebeurd. In teamverband is het ons gelukt daarna patent te krijgen op de eerste therapie voor de natuurlijke preventie en behandeling van neoplasma, de Latijnse naam voor kanker. Op beide gebieden zijn we wat preventie betreft pioniers", zegt dr. Rath. "De reguliere medische wereld heeft het patent op de therapie voor hart- en vaatziekten grotendeels genegeerd. De reactie die ik kreeg van het hoofd cardiologie van de Harvard Medical School, naar aanleiding van de publicaties die hebben geleid tot het octrooi, was wel opbouwend. Een half jaar later was deze man zijn functie kwijt. Daaruit kan iedereen zijn eigen conclusies trekken. De onderzoeksresultaten, die hebben geleid tot het patenteren van onze therapie om het uitzaaien van kankercellen met behulp van micronutriënten te voorkomen, zijn door ons ingezonden naar medische conferenties. Ze zijn allereerst besproken tijdens een borstkankerconferentie in Miami in 2002. Een jaar later waren ze onderwerp van een serie lezingen op Duitse universiteiten die zich bezighouden met kankeronderzoek. De gevestigde medische orde, waaraan ik refereer als de status quo, vond dat dit moest stoppen. Lobbyorganisaties die de belangen van de farmaceutische industrie vertegenwoordigden spanden zo'n honderd rechtszaken tegen mij persoonlijk en ons onderzoeksinstituut aan om dat voor elkaar te krijgen. Vanuit hun standpunt gezien begrijpelijk: de

medicijnmarkt voor kanker is bijzonder lucratief. Bedrijven verdienen miljarden met de verkoop van chemotherapiemedicamenten, wat in wezen neerkomt op de verkoop van illusies. Ze zijn als de dood dat ons onderzoek 'mainstream' wordt en die kant lijkt het nu geleidelijk op te gaan. De filosoof Arthur Schopenhauer zei het al: 'Alle belangrijke historische ontdekkingen bestaan uit drie fasen. Eerst worden ze belachelijk gemaakt, daarna hevig bevochten en daarna geaccepteerd.'

### **Derde fase**

"Nu zijn we duidelijk aan het begin van de derde fase, waarin de reguliere geneeskunde de explosie aan wetenschappelijke publicaties over vitaminen niet meer kán negeren. Het zijn er inmiddels tienduizenden. Een recente Nederlandse universitaire studie toont, net als wij ruim een decennium geleden, nu ook aan dat vormen van natuurlijke vitamine C in combinatie met vitamine B en enkele andere componenten het sterftcijfer aan kanker tot beneden tien procent kan reduceren. Ons onderzoek laat zien dat het in bepaalde omstandigheden nodig kan zijn ascorbinezuur te combineren met bijvoorbeeld natrium- of calciumascorbaat. Vitamine C-moleculen die zijn verbonden met vetzuren kunnen effectief zijn bij cardiovasculaire gezondheidsproblemen." Op dit moment loopt er geen enkele rechtszaak meer tegen de Dr. Rath Health Foundation. "Men heeft het opgegeven. Wereldwijd kunnen ze in geen enkele rechtszaak punten scoren door ons onderzoek in diskrediet te brengen of te bestempelen als kwakzalverij. Ze proberen het wel op andere manieren, maar het is een kwestie van tijd vooraleer de geschiedenis bijvoorbeeld de Vereniging tegen de Kwakzalverij inhaalt. Ze zien het nog niet en proberen de vooruitgang te vertragen door twijfel en angst te zaaien. Ze kunnen ons ongelijk niet bewijzen en zullen in de vergetelheid raken."

### **Samenwerken met reguliere geneeskunde**

Critici beweren dat dr. Rath en zijn team mensenlevens in gevaar brengen, omdat hij hen weghoudt van de reguliere, traditionele geneeskunde. Niets is volgens hem minder waar. Hij is ervan overtuigd dat het inzetten van vitaminen, mineralen en andere microvoedingsstoffen binnen enkele jaren 'mainstream' zal zijn en tot de gewone geneeskunde zal behoren. "Ik wil mensen niet weghouden bij hun artsen, maar juist samenwerking zoeken, zodat we patiënten samen het beste kunnen helpen." Wel constateert hij dat momenteel wereldwijd jaarlijks 16,5 miljoen mensen sterven aan hartziekten en 7,5 miljoen aan kanker. "Als onze publicaties en die van Linus zouden zijn opgevolgd en twintig jaar geleden onderdeel zouden zijn geweest van de reguliere geneeskunde, hadden wellicht honderden miljoenen levens gered kunnen worden. Degenen die dat hebben geblokkeerd zullen ooit verantwoordelijk worden gehouden." Op de vraag wat er de oorzaak van is dat dit niet is gebeurd, antwoordt Matthias Rath: "De mechanistische natuur van de huidige geneeskunde komt voort uit het principe van patenteren. Een eeuw geleden was alleen octrooi mogelijk op een medicijn als dat gepaard ging met de ontwikkeling van een synthetisch molecuul dat nieuw was voor het menselijk lichaam. Investeerders in de geneesmiddelenindustrie kozen daarom voor een mechanistische benadering om winst te kunnen maken. Chemotherapie is het beste voorbeeld. Je schiet als het ware met een geweer cellen kapot, zonder te kijken of het gezonde of kankercellen zijn." De patiënt wordt daar over het algemeen niet beter van, de industrie wel.

### **Nieuwe richting**

Daarom was het volgens de Duitse arts nodig een andere richting in te slaan. "Dat begint met het begrijpen van de aard van biochemische mechanismen op cellulair niveau. Daarna is het essentieel natuurlijke moleculen, in het bijzonder micronutriënten te vinden, die biochemische processen in ons lichaam kunnen reguleren. Door kankercellen te confronteren met vitamine C, in synergie met

andere microvoedingsstoffen, krijgen die twee opties: ofwel ze herinneren zich de juiste genetische code om goed te kunnen functioneren of ze plegen zelfmoord. Dit is geen willekeurige observatie, maar door onderzoek in meer dan vijftig menselijke kankercellijnen bewezen dat dit gebeurt. Inmiddels zijn door ons ongeveer een dozijn essentiële micronutriënten geïdentificeerd die samenwerken als een orkest en precies dat doen. Tienduizenden mensen wereldwijd volgen nu dit protocol en we hebben het samengevat in ons populairwetenschappelijke boek over achttien jaar onderzoek op dit gebied. Daarin staat eigenlijk één simpele boodschap: preventie. Wij leggen uit hoe mechanismen op cellulair niveau werken en hoe micronutriënten interveniëren om niet meer functionerende cellen weer te reguleren. Het gaat ons er niet per se om te corrigeren wat is misgegaan, we willen voorkomen dat er überhaupt iets mis kan gaan. Dat is het fundament van preventie.”

### **De toekomst**

Kijkend naar de toekomst, zegt dr. Rath: “Wetenschappelijk kunnen we een periode binnentreden waarin niet alle, maar wel veel ziekten op grote schaal zijn te voorkomen. Veel onderzoek is nog nodig, te beginnen naar het nog beter begrijpen van het functioneren van cellen op cellulair niveau en de rol die micronutriënten spelen als regulatoren. Eén van de basisargumenten die ik gebruik is dat de meeste dieren hun eigen vitamine C produceren, waardoor bij hen hart- en vaatziekten en andere typisch menselijke aandoeningen als hoge bloeddruk en diabetes niet of nauwelijks voorkomen. Daar was Linus Pauling erg door gefascineerd. De mens kan dat niet meer en moet zijn vitamine C uit zijn voedsel halen. Omdat daar door allerlei omstandigheden steeds minder vitaminen inzitten, zetten wij in op supplementen met voldoende werkzame stoffen. Elk supplement is uit en te na getest om daarvan verzekerd te zijn. Uit eigen onderzoek is onlangs gebleken dat een aantal grote fabrikanten van voedingssupplementen onderzoek nalaat, waardoor deze niet effectief zijn. Hoge niveaus van vitamine C kunnen een groot aantal ziekten voorkomen. Wanneer dat nodig is dienen we die intraveneus toe om de concentratie en dus de werking in de cellen te vergroten.” De meningen over hoeveel vitamine C mensen nodig hebben om er baat van te ondervinden zijn verdeeld. Onderzoek in Amerika onder mensapen wijst uit dat deze primaten, die evenals wij zelf geen vitamine C produceren, 900 mg per dag nodig hebben om gezond te blijven. Voor mensen is het advies 75 mg. Dat snapt niemand volgens dr. Rath. “Als de baas van een farmaceutisch bedrijf weet dat vitaminen uiteindelijk zijn markt vernietigen, is hem er alles aan gelegen dat die niet wordt aangetast. Een van de manieren dat te doen is mensen te laten leven met een chronisch vitaminedeficiëntie, maar helaas voor deze fabrikant ontwaakt de mens.”

### **Verwarring**

Vitamine C helpt dus. Volgens dr. Rath geldt dat ook voor aanvullende micronutriënten, zoals plantextracten en geelwortel. “Het kankercentrum in Heidelberg heeft gekeken naar kruisbloemige planten. Polyfenolen zijn onderdeel van een grote groep plantnutriënten die werkzaam zijn bij bijna alle kankervormen. Ze blokkeren uitzaaiingen.” Dr. Aleksandra Niedzwiecki schuift aan. Samen met haar team heeft zij micronutriëntensynergie ontwikkeld, door de wisselwerking tussen de verschillende voedingsstoffen te bestuderen. “Daardoor kun je zelfs de hoeveelheden van bepaalde stoffen die nodig zijn om het beoogde effect te bereiken reduceren van grammen naar milligrammen. Begrijpen hoe je celregulering kunt toepassen op basis van de samenstelling van nutriënten, maakt ons werk spannend. Vooral omdat we bijna het ideale evenwicht hebben gevonden”, zegt dr. Rath. Hij erkent dat dit soort ontwikkelingen en de ontkenning van de positieve effecten door de reguliere geneeskunde patiënten in verwarring kunnen brengen. “Mijn

wetenschappelijk advies als een kankerpatiënt vraagt wat te doen: “Zoek een arts die om jou geeft en openstaat voor de conventionele én de natuurlijke benadering. Iemand die geen agent is van de farma-sector en ook niet blind chemotherapie voorschrijft. Niemand kan beweren altijd kanker te kunnen genezen, maar de op natuur gebaseerde wetenschap, zoals ons instituut die beoefent, is hard op weg kanker en andere ernstige aandoeningen te reduceren tot beheersbare, soms chronische ziekten.” Het is natuurlijk heel verstandig de micronutriëntentherapie te combineren met een gezonde leefstijl. “We zeggen niet rook maar lekker door, wij lossen de schade wel op. Zo werkt het niet. Regelmatig bewegen en gezond eten dat veel natuurlijke vitamines bevat helpen mee. Een grotendeels ‘whole food plant based’-voedingspatroon raad ik zeker aan. Biologisch eten helpt bovendien de toxische aspecten van voeding te neutraliseren. Probeer bovendien te ontspannen om negatieve psychologische effecten op het metabolisme te verminderen.

### **Lagere kosten**

Het gesprek komt op het kostenaspect van de gezondheidszorg. Het debat daarover in Nederland is fel. Sommige kankermedicijnen worden niet meer vergoed, doordat ze te duur zijn. Aan de andere kant zijn er betaalbare alternatieve oplossingen, zoals die van het instituut van dr. Rath. “Ik zou de minister-president aanraden een groot deel van het geld dat normaliter naar de medicijnfabrikanten gaat te gebruiken voor het opzetten van een staatsonderzoeksinstituut dat onafhankelijk onderzoek doet naar natuurlijke, op bewijzen gebaseerde geneeskunde. Bovendien zou er een studie moeten komen die conventionele farmaceutische middelen vergelijkt met cellulaire medicatie en andere alternatieve oplossingen. Meer mensen zouden druk op hun volksvertegenwoordigers moeten uitoefenen om dit te bereiken. Het zou een moedige stap zijn van de Staat der Nederlanden als zij daaraan gehoor geeft. Helaas zijn veel politici te nauw verbonden met lobbyisten om onafhankelijk te kunnen zijn.” Volgens Rath gaat 95 procent van het onderzoeksgeld voor gezondheidszorg naar medicijnen en behandelingen die repareren. Slechts vijf procent naar preventie. Dat zal over vijf jaar veranderd zijn. Dan is vijftig procent van de zorgbegroting bestemd voor het voorkomen van ziekten, zijn er gezondheidsadviescentra in elke stad, krijgen scholieren les over voeding en praktische manier om ziek zijn te voorkomen. Dat heeft niet alleen synergetische effecten in Europa, maar zorgt er ook voor dat mensen in derdewereldlanden leren welke planten geneeskrachtig zijn en niet meer zoveel dure medicijnen hoeven te importeren.”

### **‘Wetenschappelijke waarheid’**

“Wij vechten voor de wetenschappelijke waarheid en het belangrijkste wapen is educatie: het brengen van kennis naar mensen op een manier die zij begrijpen”, zegt dr. Niedzwiecki. “We stellen graag instrumenten beschikbaar, zodat mensen hun eigen mening kunnen vormen en hopelijk tot de conclusie komen dat natuurlijke gezondheidszorg de juiste richting is.” Toegang tot natuurlijke gezondheidszorg is een belangrijk aspect en daarin constateert ze een verschil tussen de Verenigde Staten en Europa. “In Amerika is het niet nodig te bewijzen dat voedingssupplementen, die vrij verkrijgbaar zijn, veilig zijn. De overheid moet het omgekeerde aantonen. Wel zijn er nu beperkingen wat betreft de doses micronutriënten die verkocht mogen worden en op gezondheidsclaims die op de verpakking mogen staan. Mensen trekken echter ook daar hun eigen conclusies.”

### **KADER**

Dr. Matthias Rath is in 1955 geboren in Stuttgart. Na voltooiing van zijn medische opleiding werkte hij als arts en onderzoeker aan de universiteitskliniek van Hamburg en bij het Duitse hartcentrum in Berlijn. Zijn onderzoek richtte zich vooral op de oorzaken van atherosclerose en hart- en vaatziekten.

Dr. Aleksandra Niedzwiecki, bestuurslid van de Dr. Rath Health Foundation, is hoofd van het onderzoeksinstituut in Californië. Ze behaalde haar doctorstitel in de biochemie aan de universiteit van Warschau in Polen.