

コロナウイルス 感染対策（予防と治療）



予 防

- ・ うがい・手洗いをしよう！
- ・ 免疫力を上げる 食事を変えよう！
- ・ サプリメントで補充しよう！

サプリメントの種類&推奨量

- **ビタミンC**：3 g /日 以上（分服）
- **ビタミンD3**：2,000IU /日*
- **マグネシウム**：400 mg /日
- **亜鉛**：20 mg /日
- **セレン**：100 μg /日

※1日5,000IUで開始、3週目から2,000IUに減量。
(5,000IUは125 μg、2,000IUは50 μgに相当)

感 染 後

点滴 + サプリメントでの治療がお勧めです。

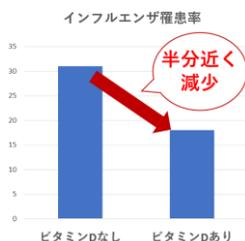
感 染 の 初 期： ビタミンC点滴 12.5g

重 症 の 場 合： ビタミンC点滴 25g

たくさんの医学論文が発表されています

ビタミンD摂取で、感染リスクが半減！

児童を167人ずつの2つのグループに対し、1つのグループにはビタミンDを1日1,200IUを投与、もう1つのグループに偽薬を与えた。12月～3月の4か月間でインフルエンザに罹ったのは、ビタミンDを与えたグループで18人、与えなかったグループで31人と、**インフルエンザの罹患率は半減した。**



慈恵医大の研究 Am J Clin Nutr. 2010 May;91(5):1255-60

ビタミンC点滴で重症敗血症の死亡率が4分の1に減少！

敗血症患者94人のうち、半数には標準治療+ハイドロコルチゾン7日間、もう半数には、同治療に加えて、点滴でビタミンC 6gとビタミンB1400mg、を4日間投与した。**結果、ビタミンCを併用した群の院内死亡率が、31.9%と激減した。**

	対照群	ビタミンC併用群	
院内死亡率	40.4%	8.5%	(p<0.001)
	(19 of 47)	(4 of 47)	
昇剤剤投与時間	54.9±28.4 h	18.3±9.8 h	(p<0.001)

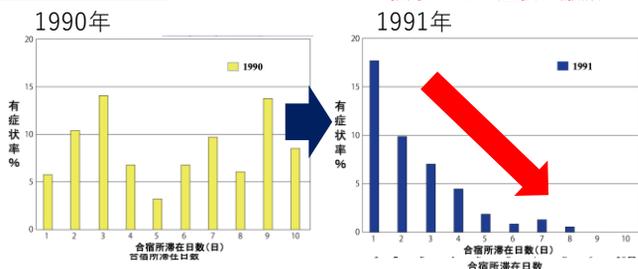
Marik P. et al. CHEST 2017; 151(6):1229-1238

ビタミンC摂取で、ウイルス性呼吸器感染を予防&症状軽減！

チリのサンチャゴ市の合宿所で10日間の運動プログラムに参加する学生の風邪症状に対し、ビタミンCの介入試験を実施した。1990年は年間で463人の学生が10日間プログラムに参加。風邪症状には自己判断で解熱剤か感冒薬を服用。

1991年は252人の学生が参加。入所時に風邪症状がある場合はビタミンC 1gを1時間毎に6回、以後1日3回投与。無症状の学生にはビタミンC 1gを1日3回投与した。**結果、ビタミンC投与した1991年は、感染が4日以内に5%以下に激減した。**

Gorton HC & Jarvis K J Manipul Physiol Therap 1999; 22:530



■2月11日、中国の武漢大学付属中南病院にて、新型コロナウイルスによる重症肺炎患者の治療に対し、1日24gのビタミンC点滴を併用する臨床試験を開始しています。



点滴療法研究会監修