

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Duże dawki witaminy C chronią przed COVID-19?

To MIT! Nie ma dowodów na to, że duże dawki witaminy C mogą być pomocne w zapobieganiu i leczeniu koronawirusa. Podobnie jak nie udowodniono, aby witamina C chroniła przed innymi infekcjami lub istotnie wpływała na skrócenie trwania choroby.

O rzekomym pozytywnym wpływie witaminy C na odporność mówi się od dawna. Niestety, doniesienia te nie potwierdzają się - zażywanie dużych dawek witaminy C nie ma żadnego wpływu na to, czy ktoś choruje, czy nie.

Sprawdzono też wpływ witaminy C na czas trwania choroby i podobnie okazuje że skracala czas choroby o średnio 8 proc., co w przypadku przeziębienia u osoby dorosłej trwającego 5 dni oznacza mniej niż pół doby.

Badania laboratoryjne na komórkach wykazały działanie witaminy C niszczące komórki rakowe, ale eksperymenty na zwierzętach tego nie potwierdziły. Nie ma też terapii witaminą C, które by okazała się skuteczna w leczeniu chorób innych, jak wynikających z niedoboru tego składnika (np. szkorbut).

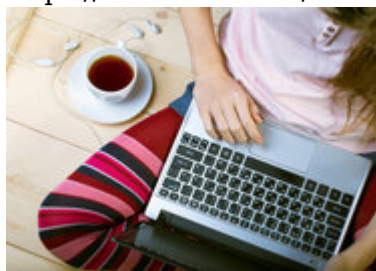
Obecnie pojawiają się też doniesienia na temat znaczenia witaminy C w walce z COVID-19. Sugeruje się, że dożylna witamina C może pomóc osobom cierpiącym na tę chorobę. W Chinach i we Włoszech rozpoczęto nawet badania kliniczne, które mają wykazać czy faktycznie tak jest. Chodzi o roztwór witaminy C dostarczany bezpośrednio do krwiobiegu przez żyłę, zwykle w ramieniu. W ten sposób witaminę C można przyjmować tylko w klinice lub innym miejscu medycznym.

Wciąż nie ma jednak wystarczających dowodów naukowych, aby móc sądzić, że witamina C działa przeciwko COVID-19. Choć jej niedobór faktycznie prowadzi do osłabienia odporności, to w obecnych czasach jest praktycznie niespotykany. Nie ma powodu, by sądzić, że podawana dożylnie może mieć większe znaczenie we wzmacnianiu układu odpornościowego, a tego rodzaju interwencja może mieć skutki uboczne, zwłaszcza u pacjentów, którzy cierpią z powodu zaburzeń pracy nerek.

Trzeba sobie więc jasno powiedzieć, że witamina C nie jest lekarstwem na COVID-19 ani nie ma dowodów na to, że przyjmując ją w dużych ilościach uchronimy się przed nowym koronawirusem.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/30075.html>



30-03-2026

Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia

Przyznał je 402 osobom.



30-03-2026

[Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy...](#)

Aby chronić pisklęta przed pasożytami.



30-03-2026

[Kierownik wyprawy polarnej](#)

Zmiany klimatu widać gołym okiem.



30-03-2026

[Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#)

Informuje pismo „Nature Photonics”.



30-03-2026

[Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#)

Ogłosiło Europejskie Obserwatorium Południowe (ESO).



30-03-2026

[Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

Informuje pismo „Applied and Environmental Microbiology”.



30-03-2026

[Rękawiczki mogą zawyżać wyniki pomiarów mikroplastiku](#)

Informuje specjalistyczne pismo „Analytical Methods”.



30-03-2026

Problem dezinformacji medycznej będzie narastał

Szkolenia na UMB dla przyszłych lekarzy

Informacje dnia: [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej](#) [Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej](#) [Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej](#) [Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

Partnerzy