

Saul AW (2005)

Titolo: "IRWIN STONE: Innovatore ed educatore ortomolecolare - IRWIN STONE: Orthomolecular Innovator and Educator"

Codice: ASC000

Autore: Saul AW

Data: 2005

Rivista: *Journal of Orthomolecular Medicine* 20(4): 230-236

Argomento: acido ascorbico

Accesso libero: si

DOI:

URL: <http://orthomolecular.org/library/jom/2005/pdf/2005-v20n04-p230.pdf>

BLOG: <https://www.metododibellaevidenzescientifiche.com/2024/04/22/irvin-stone-le-traduzioni-dei-suoi-lavori-piu-importanti/>

Traduzione: totale&fedele

Traduzione articolo

"Irwin Stone era totalmente innamorato dell'acido ascorbico. A nome di tutta l'umanità, ringrazio il cielo che lo fosse." (Abram Hoffer, MD, Ph.D.)

È strano che, nelle discussioni sulla vitamina C, la parola "pietra" venga spesso utilizzata per la ragione sbagliata. C'è una pietra famigerata che non è mai esistita e un'altra Pietra che è esistita senza essere adeguatamente onorata. Mi riferisco, rispettivamente, ai calcoli renali causati dalla vitamina C, famosi in tutto il mondo ma del tutto mitici, e, cosa più importante, al grande biochimico ortomolecolare, Irwin Stone (Stone in inglese significa pietra).

Quando prendi un libro sulla salute o sulla nutrizione e hai bisogno di sapere rapidamente se è buono o meno, cerca semplicemente queste due parole chiave: Stone e Pauling. Se un libro ha cose negative da dire su Linus Pauling, probabilmente omette del tutto qualsiasi riferimento a Irwin Stone. Perché fu Irwin Stone il primo a dare a Linus Pauling la vitamina C.

Oltre la "VITAMINA"

Oltre quaranta anni fa, Stone ipotizzò che noi esseri umani abbiamo ereditato un tratto genetico che ci consente di usare acido ascorbico, ma non di produrlo. Irwin Stone, scrive Robert F. Cathcart, M.D., "ha sottolineato il potenziale della vitamina C nel trattamento di molte malattie, l'incapacità degli esseri umani di sintetizzare l'ascorbato e la conseguente condizione di ipoascorbemia... Stone ha descritto il difetto genetico per cui i primati superiori hanno perso la capacità di sintetizzare l'ascorbato. Questo difetto è causato da un gene mutato e difettoso per l'enzima epatico, la L-gulonolattone ossidasi. (1) Questa dipendenza innata può essere compensata con la dieta, ma non facilmente. Dice Stone: "L'attuale RDA per l'ascorbato è almeno 300 volte inferiore per unità di peso corporeo rispetto alla quantità di ascorbato prodotta endogenamente ogni giorno da altri

mammiferi". (2)

Irwin Stone ha ripetutamente affermato che ignorare questo fatto è fatale. Un primo esempio è la sindrome della morte improvvisa infantile (SIDS) o morte in culla, che, scrive Stone, "è stata dimostrata dai ricercatori australiani A. Kalokerinos e G. Dettman essere una manifestazione di scorbutto infantile, dovuto al fatto che tutti i bambini, nati da madri che dipendevano esclusivamente dalla loro dieta come unica fonte di ascorbato, nascono con la sindrome dello scorbutto cronico subclinico dopo nove mesi di scorbutto intrauterino. La SIDS può essere prevenuta aumentando l'assunzione di ascorbato da parte del bambino. Questo è noto e pubblicato a partire dal 1977. Eppure ogni anno muoiono di SIDS da 8.000 a 10.000 bambini perché i medici e gli altri soggetti coinvolti nella gestione di questi bambini permettono che questo massacro annuale abbia luogo perché sono diventati così compiacenti con lo scorbutto che si rifiutano persino di provare questo innocuo trattamento." (2, 3)

Stone incontra Pauling

Bernard Rimland, PhD, scrive: "Nell'aprile 1966 Irwin Stone incontrò Linus Pauling, che lo trovò straordinariamente ben informato e convincente. Pauling attribuisce a questo incontro con Stone il punto di partenza del suo interesse per la vitamina C." (4) Abram Hoffer, che era presente all'incontro, aggiunge: "Il dottor Stone aveva messo insieme una vasta raccolta di documenti sulla vitamina C. Odiava il termine "vitamina C" e preferiva il termine più corretto acido ascorbico. Il dottor Stone per primo usò la parola megavitamina e la parola ipoascorbemia. Considerava lo scorbutto non una malattia da carenza, ma un errore metabolico. Lo esortai a pubblicare la sua revisione dell'acido ascorbico, cosa che fece diversi anni dopo. Irwin sentì il dottor Pauling affermare che avrebbe desiderato poterlo fare vivere altri 25 anni perché la scienza stava facendo tante scoperte interessanti. Il dottor Stone gli scrisse dicendogli che avrebbe potuto raggiungere il suo obiettivo se avesse preso la vitamina C in megadosi. Il dottor Pauling lo provò, ne era convinto perché si sentiva così tanto meglio, e visse altri 30 anni." (5)

Il classico libro di Stone del 1972, *The Healing Factor: Vitamin C Against Disease* (6) (Il fattore curativo: vitamina C contro le malattie), contiene oltre cinquanta pagine di riferimenti scientifici, rendendolo una delle prime, e tuttora una delle migliori, recensioni sulle terapie con megascorbato. È dubbio che molti scettici siano stati così scrupolosi come ha fatto Stone nel controllare la letteratura sulla vitamina C. Il suo libro e gli articoli pubblicati riassumono il successo del trattamento con vitamina C di infezioni (batteriche e virali), allergie, asma, avvelenamento, ulcere, effetti del fumo e malattie degli occhi compreso il glaucoma. Il ruolo dell'ascorbato nel trattamento del cancro, delle malattie cardiache, del diabete, delle fratture, delle malattie della vescica e dei reni, del tetano, dello shock, delle ferite e delle complicazioni della gravidanza è discusso anche nel libro che la National Health Federation ha affermato "potrebbe essere il più importante libro sulla salute mai scritto" (7).

Industria e polemiche

Alan Cott MD fornisce uno schizzo biografico di Stone:

"Il dottor Irwin Stone, biochimico e ingegnere chimico, nato nel 1907, ha studiato nelle scuole pubbliche della città di New York e nel College della città di New York. Considera parte della sua istruzione il suo impiego dal 1924 al 1934 presso i Pease Laboratories, allora rinomato laboratorio di consulenza biologica e chimica, prima come assistente batteriologo, poi come assistente del capo

chimico, per finire poi come capo chimico. Nel 1934 gli fu offerta l'opportunità di fondare e dirigere un laboratorio di ricerca sugli enzimi e sulla fermentazione per la Wallerstein Company, un grande produttore di enzimi industriali. . . Impiegò l'acido ascorbico per stabilizzare i prodotti alimentari contro gli effetti indesiderabili e deterioranti dell'esposizione all'aria e all'ossidazione. Tre domande di brevetto furono depositate nel 1935 e i brevetti furono concessi nel 1939 e nel 1940. Così, il dottor Stone ottenne i primi brevetti su un'applicazione industriale dell'acido ascorbico... Verso la fine degli anni '50, la ricerca del dottor Stone sulla genetica dello scorbuto era progredita a un punto in cui si poteva dire che lo scorbuto non era un disturbo alimentare, ma era un problema potenzialmente fatale nella genetica medica. L'acido ascorbico quindi non si comportava come la vitamina C in tracce, ma era un metabolita epatico sensibile allo stress, prodotto endogenamente in grandi quantità giornaliere nel fegato della maggior parte dei mammiferi, ma non negli esseri umani. Tra il 1965 e il 1967 pubblicò quattro articoli descrivendo un difetto congenito umano esistente nel 100% della popolazione dovuto a un gene difettoso nel pool genetico umano, la malattia genetica degli enzimi epatici potenzialmente fatale, che chiamò "ipoascorbemia", come causa di scorbuto. Ebbe difficoltà a pubblicare il suo lavoro sull'ipoascorbemia perché le idee erano così avanzate e contrarie alle teorie esistenti sull'eziologia dello scorbuto. . . Nella sua carriera professionale, dal 1924 al 1984, ha pubblicato oltre 120 articoli scientifici e ha ottenuto 26 brevetti statunitensi e innumerevoli brevetti stranieri." (8)

Bernard Rimland aggiunge:

"Negli anni '50 divenne chiaro a Stone che gli esseri umani avrebbero tratto beneficio dall'ingestione di quantità di ascorbato molto maggiori di quelle considerate adeguate dagli istituti medici e nutrizionali. Dopo che si ritirò dal suo lavoro retribuito e si trasferì a San Jose nel 1971, dedicò il resto della sua vita allo studio e alla pubblicizzazione della necessità di un consumo giornaliero di molti grammi di vitamina C da parte degli esseri umani. . . Irwin Stone ha ricevuto numerosi premi e riconoscimenti durante la sua vita, tra cui due dottorati onorari. (4)

Scuola di vita molto dura

La più intensa esperienza di apprendimento di Irwin Stone con la vitamina C gli ha letteralmente salvato la vita. Lui stesso racconta la storia:

"Fuori Rapid City, South Dakota, abbiamo avuto un grave incidente automobilistico quando un ubriaco che guidava sul lato sbagliato della strada ha guidato la sua auto a 80 miglia all'ora in uno scontro frontale con la nostra. Sia io che mia moglie eravamo gravemente feriti e l'unica ragione per cui siamo sopravvissuti è stato il fatto che abbiamo assunto regolarmente megadosi giornaliere di ascorbato per decenni. Non siamo mai entrati nello shock profondo che uccide la maggior parte delle vittime di incidenti e ho potuto verificare sperimentalmente il grande potere curativo dell'ascorbato e il valore di sopravvivenza prendendo circa cinquanta-sessanta grammi al giorno di acido ascorbico durante il nostro ricovero in ospedale. Mia moglie si riprese rapidamente e agì come la mia "infermiera". Ho subito cinque operazioni gravi senza alcun shock chirurgico e le mie molteplici lesioni ossee sono guarite così velocemente che siamo stati in grado di lasciare l'ospedale in meno di tre mesi, feci un viaggio in treno di 2.000 miglia per tornare a casa e in altri due mesi ero di nuovo al lavoro e gestivo il mio laboratorio. Lasciai l'ospedale con le mie forze, con le stampelle, camminando sulle gambe, nonostante i medici avevo previsto che non sarei riuscito a reggermi in piedi per almeno un anno. La mia laringe è stata danneggiata da una parte del volante che mi ha procurato una profonda ferita alla gola, e i medici disperavano che potessi parlare ancora. Con l'aiuto del megascorbato questo problema si è lentamente risolto e ho potuto parlare in pubblico con

una voce dal timbro leggermente diverso." (9)

Forse c'è qualche leggero eufemismo nel resoconto del dottor Stone. Suo figlio Steven, un avvocato specializzato in brevetti in pensione, aggiunge:

"I miei genitori sono andati a visitare il Monte Rushmore. Non sono mai riusciti a vedere il monumento. Sulla strada per il Monte Rushmore, mentre stavano superando una leggera salita, sono stati colpiti frontalmente da un guidatore ubriaco con tale forza che tutti degli arti di mio padre, tranne il braccio destro, erano rotti. Aveva anche gravi lesioni interne. Qualcuno gli eseguì una tracheotomia d'urgenza infilando un pezzo di tubo attraverso il buco nella gola e quando raggiunse l'ospedale aveva perso la maggior parte del sangue nel suo corpo. Eppure non è mai andato in stato di shock. Anche mia madre ha riportato ferite significative ma non così gravi. Sono stati entrambi in ospedale da maggio ad agosto. Non appena ha potuto comunicare, ha insistito per prendere la vitamina C integratori e convinse coloro che si prendevano cura di lui che quello era il motivo per cui era sopravvissuto. Gli credettero. Successivamente, mio padre trovò un documento di ricerca che mostrava che l'integrazione di vitamina C aumentava la sopravvivenza allo shock da impatto nei porcellini d'India. Le lesioni influivano sulla sua mobilità in una certa misura, così ridusse alcune delle sue attività più faticose e trascorse il resto della sua vita a fare ricerche sulla vitamina C, i cui risultati sono esposti in *The Healing Factor*. (10)

La convinzione di Stone è stata confermata, ancora una volta, nel 2002, quando uno studio della *Annals of Surgery* su oltre 500 vittime di traumi ha dimostrato che "la somministrazione precoce di integratori antiossidanti utilizzando alfa-tocoferolo e acido ascorbico riduce l'incidenza di insufficienza d'organo e accorcia i tempi di terapia intensiva e durata del ricovero." (11)

Ho personalmente constatato il valore dell'ascorbato nei casi chirurgici. Uno fu il primo intervento di sostituzione dell'anca di mio padre che, senza integrazione vitaminica, lo costrinse in ospedale per quasi tre settimane. Alcuni anni dopo, prima e immediatamente dopo lo stesso intervento chirurgico all'altra anca, assunse massicce dosi di acido ascorbico. La seconda degenza ospedaliera è stata di 4 giorni.

Pioniere della megavitamina

Steven Stone dice:

"Quando la vitamina C divenne disponibile in commercio per la prima volta a prezzi ragionevoli alla fine degli anni '30, mio padre iniziò a integrare la sua dieta con quantità relativamente elevate di vitamina C e si convinse che ciò contribuì in modo significativo alla sua salute. Ricordo che nelle estati durante la seconda guerra mondiale mia madre soffriva di allergie e dovevamo fare viaggi settimanali in traghetto da Staten Island a Manhattan per le sue iniezioni. Ricordo anche che una volta che iniziò a prendere la vitamina C le sue allergie si risolsero e non ebbe più bisogno delle iniezioni." (10)

Quando ho chiesto a Steve Stone quali fossero i maggiori ostacoli all'accettazione delle osservazioni di suo padre, ha risposto:

"Un ostacolo è l'insistenza sui test in doppio cieco per convalidare i benefici della vitamina C. Ogni persona ha fabbisogni diversi di C, che variano a seconda dello stress. Per ottenere il massimo beneficio, una persona deve regolare la quantità di C assunta a seconda dei livelli di stress e della

necessità di essere in grado di auto-dotarsi. Ciò non è fattibile in una situazione controllata in doppio cieco."

Di conseguenza, la stragrande maggioranza degli studi controllati sull'ascorbato utilizza dosi basse e inefficaci, con risultati inevitabilmente minimi. Robert F. Cathcart, MD, definisce questo "ritardo dovuto all'intellettualizzazione" e scrive:

"Man mano che le prove del valore delle sostanze nutritive, in particolare della vitamina C, diventano sempre più evidenti al pubblico, i ricercatori producono una massa di articoli sugli aspetti più minuti della vitamina C. Sono stato consultato da molti ricercatori che hanno proposto studi audaci sugli effetti della vitamina C e dosi massicce di ascorbato. Ogni volta, il centro universitario, il comitato etico, il comitato farmaceutico, ecc. negano il permesso per l'uso di dosi massicce di ascorbato e rendono lo studio quasi inutile. I ricercatori esperti che dipendono dalle sovvenzioni governative non tentano nemmeno di farlo studiare dosi adeguate. Tutto ciò si traduce in un massiccio accumulo di conoscenze su molto poco, che dà l'impressione che non ci sia altro di reale importanza da apprendere. Questo accumulo di minuzie nasconde i grandi effetti dell'ascorbato già conosciuti da alcuni." (12)

Una di queste persone era, ovviamente, Linus Pauling. Pauling non era solo un sostenitore vocale e visibile del lavoro di Irwin Stone, ma anche un amico personale. Pauling ha partecipato alla celebrazione del 75esimo compleanno di Stone e almeno sei fotografie dell'evento sono archiviate presso l'Oregon State University tra i documenti di Ava Helen e Linus Pauling. (13) Nelle foto, Pauling sorride mentre stringe la mano a Stone.

Un altro era Albert Szent-Gyorgyi. In una lettera del 1982 (14), Stone racconta a Szent-Gyorgyi di un suo amico a cui fu diagnosticato un cancro alla prostata all'età di 44 anni e poi trattato con un intervento chirurgico e radiazioni. Alcuni anni dopo, il cancro si era metastatizzato all'osso pelvico e il paziente fu dichiarato terminale e gli fu concesso circa un anno di vita. Tuttavia, Stone scrive:

"Da quando ha iniziato a prendere 80 grammi al giorno nel 1979, il suo benessere è stato eccellente. Dice di sentirsi bene per la maggior parte del tempo, ha anche potuto continuare a lavorare ogni giorno e vive una vita abbastanza normale da novembre 1978 quando la medicina ortodossa disse che sarebbe morto. Visivamente somiglia più ad un atleta che a un malato di cancro terminale... Nelle ultime settimane è riuscito a migliorare il suo benessere aumentando la sua assunzione di ascorbato da 130 a 150 grammi al giorno! Ha preso ogni ora dosi orali da 5 a 10 grammi di una miscela di nove parti di ascorbato di sodio più una parte di acido ascorbico disciolte in acqua. Queste dosi sono ben tollerate e rientrano nella "tolleranza intestinale" e non ha avuto problemi dalla diarrea, tranne che recentemente, quando ha dovuto ridurre i 150 grammi al giorno a 130. Credo che il suo caso sia un classico e una buona dimostrazione che se viene somministrata una quantità sufficiente di ascorbato per contrastare completamente tutti gli stress incidenti, allora il cancro può essere controllato. Se somministrato abbastanza precocemente in questa malattia, il cancro potrebbe non essere più un problema. Finora non ci siamo resi conto di quanto debbano essere grandi queste dosi giornaliere di controllo."

Stone aggiunge che il medico dell'uomo "effettuò alcune determinazioni dell'ascorbato sul sangue di Joe e risultò che i livelli ematici più alti che avessi mai visto. Ad un certo punto erano 35 mg%! La nostra cosiddetta popolazione "normale", ma affetta da scorbuto, ha una media di 1 mg% o meno, la nostra soglia renale è di 1,4 mg%.... Mi piacerebbe vedere un programma intensivo sull'ascorbato avviato sui pazienti terminali con cancro utilizzando dosi comprese negli intervalli trovati per tenere

il cancro sotto controllo. Dal momento che questi "terminali" sono stati abbandonati dalla medicina ortodossa, non hanno nulla da perdere se non la loro cattiva salute."

Un mio conoscente ha preso molto sul serio il punto di Stone. Aveva un cancro terminale ai polmoni e tossiva costantemente sangue in modo tale che aveva un fazzoletto prevalentemente rosso in mano ogni volta che parlavi con lui. Era troppo malato per alzarsi dalla poltrona. Era su questa sedia che si svolgeva la sua vita, giorno e notte. Non poteva camminare. Soffriva troppo per potersi sdraiare. Ha passato la notte sulla sedia. Non voleva mangiare. Ma era più che disposto a provare ciò che l'amico del dottor Stone aveva provato e fatto. Prendeva un cucchiaino raso di cristalli di acido ascorbico, circa 4.000 mg, ogni mezz'ora che era sveglio, giorno e notte. La sua assunzione giornaliera totale si avvicinava a 100.000 mg. Nel giro di pochi giorni smise di tossire sangue. Se l'ascorbato non avesse fatto nient'altro, questo da solo sarebbe stato un beneficio più che sufficiente. Ma nel corso della settimana sono arrivate altre buone notizie. Gli tornò l'appetito e ora poteva sdraiarsi sul letto. Ha riferito che stava dormendo molto meglio e soffriva molto meno. Nel giro di due settimane riuscì a camminare per casa con un bastone e persino ad uscire in cortile. La sua qualità di vita è stata straordinariamente migliorata dalla vitamina C. Non ha mai avuto la diarrea.

Il rapporto iniziale di Stone di tale beneficio per un malato di cancro derivante da dosi orali di ascorbato da 80 a 150 grammi al giorno è sorprendente; il suo rapporto su livelli di ascorbato misurati nel sangue così elevati è sorprendente. È una sfida chiara e scomoda per tutti i medici, i dietisti e gli enti governativi il fatto che un organismo umano malato possa in effetti assorbire molto più di qualche centinaio di milligrammi di ascorbato al giorno.

Una vita ben vissuta

Steve Stone dice:

"Nel maggio del 1984, quasi 22 anni dopo l'incidente del South Dakota, i miei genitori andarono a un incontro della Orthomolecular Medical Society e dell'Accademia di Orthomolecular Psychiatry a Los Angeles. All'insaputa di mio padre, avrebbe ricevuto il Linus Pauling Premio per i suoi successi. Non ha mai ricevuto il premio. È morto la notte prima dell'incontro. Non so se questo è confortante, ma mio padre non voleva volare e non gli piaceva viaggiare. Sono andato a trovarlo un paio di volte giorni prima del viaggio a Los Angeles e diceva che in realtà non voleva andare. Quella è stata la mia ultima conversazione con lui." (10)

Recentemente, Steve Stone ha aggiunto che "non è stata eseguita alcuna autopsia, quindi non esiste una causa definitiva di morte. Alcuni pensavano che la causa fosse il soffocamento, causato dalle ferite alla gola riportate nell'incidente automobilistico. Ma altri pensavano che fosse un attacco di cuore. Era molto probabile e io faccio parte di quel gruppo." (15)

Nei suoi 77 anni di vita immensamente produttivi, Irwin Stone, basandosi sul lavoro di Albert Szent-Gyorgyi, costruì le basi sia teoriche che pratiche della terapia con megascorbato con tale abilità che divenne il fulcro di 25 anni di vita di Linus Pauling. Una testimonianza della genialità del lavoro di Stone è che ci sono due prefazioni al suo libro, *The Healing Factor*, e ciascuna è scritta da un premio Nobel: una da Pauling; l'altro di Szent-Gyorgyi. Inoltre, Pauling cita Stone tredici volte nel suo fondamentale *How to Live Longer and Feel Better* (16), pubblicato due anni dopo la morte di Stone. Irwin Stone è stato inserito nella Orthomolecular Medicine Hall of Fame alla

conferenza internazionale Nutritional Medicine Today a Vancouver, maggio 2004. Non c'è dubbio che i dott. Szent-Gyorgyi e Pauling approverebbero con tutto il cuore.

References:

1. Cathcart RF. Vitamin C, titration to bowel tolerance, anascorbemia, and acute induced scurvy. *Medical Hypothesis* 7:1359-1376, 1981. This paper is posted on the internet at <http://www.orthomed.com/titrate.htm> and at <http://www.doctoryourself.com/titration.html> .
2. Stone I. Eight decades of scurvy: The case history of a misleading dietary hypothesis. *Orthomolecular Psychiatry*, 1979. Volume 8, Number 2, p 58-62. Also: *Australas Nurses J.* 1979 Sep; 8(11):28-30. <http://www.whale.to/v/c/index.html>
3. Kalokerinos A. *Every second child*. Thomas Nelson (Australia) Ltd., Melbourne, 1974.
4. Rimland B. In memoriam: Irwin Stone 1907–1984. *Journal of Orthomolecular Psychiatry*, 1984. Volume 13, Fourth Quarter, p 285. <http://www.whale.to/v/c/index.html>
5. Hoffer A. The vitamin paradigm wars. *Townsend Letter for Doctors and Patients*, No. 155, 56-60, 1996. http://www.doctoryourself.com/hoffer_paradigm.html and <http://www.internetwks.com/pauling/hoffer.html>)
6. Stone I. *The healing factor: Vitamin C against disease*. Grosset and Dunlap, New York, 1972. The text of this book is posted online for free reading at the Vitamin C Foundation website, <http://vitaminfoundation.org/stone/>
7. <http://www.vitaminfoundation.org/healing.html>
8. Cott A. Irwin Stone: A tribute. *Orthomolecular Psychiatry*, 1985. Volume 14, Second Quarter, p 150. <http://www.whale.to/v/c/index.html>
9. Stone I. Fifty years of research on ascorbate and the genetics of scurvy. *Orthomolecular Psychiatry* 1984, Volume 13 Fourth Quarter, p 280. <http://www.whale.to/v/c/index.html>
10. Interview in the Doctor Yourself Newsletter. Vol. 4, No. 23, November 5, 2004 <http://www.doctoryourself.com/news/v4n23.txt>
11. Nathens AB et al. Randomized, prospective trial of antioxidant supplementation in critically ill surgical patients. *Ann Surg.* 2002 Dec;236(6):814-22.
12. Cathcart RF. Comment at <http://www.orthomed.com/index2.htm>
- (13) The Ava Helen and Linus Pauling Papers, Photographs and Images, 1873-1995, 1983i.100-106. Oregon State University Libraries, Special Collections, 121 The Valley Library, Corvallis OR 97331-3411. http://osulibrary.orst.edu/specialcollections/coll/pauling/catalogue/pauling09_1982i-1983i.html
14. Stone I. Letter to Albert Szent-Gyorgyi, National Foundation for Cancer Research, Woods Hole, MA. 30 August 1982

15. Stone S. Personal correspondence with A. Saul, October 2005.

16. Pauling L. How to live longer and feel better. New York: W. H. Freeman, 1986.

Irwin Stone: Additional Bibliography

Stone I. Studies of a mammalian enzyme system for producing evolutionary evidence on man. *Am. J. Phys. Anthro.* 1965; 23:83-86.

Stone I. Hypoascorbemia: The genetic disease causing the human requirement for exogenous ascorbic acid. *Perspectives in Biology and Medicine* 1966; 10: 133-134

Stone I. On the genetic etiology of scurvy. *Acta Geneticae Medicae et Gemellologiae*, 1966, Volume 15, p 345-350. <http://www.whale.to/v/c/index.html>

Stone I. The genetic disease, hyposacorbemia: A fresh approach to an ancient disease and some of its medical implications. *Acta Geneticae Medicae et Gemellologiae*, Volume 16, Number 1, 1967, p 52-62. <http://www.whale.to/v/c/index.html>

Stone I. Hypoascorbemia, our most widespread disease. *Nat. Health Fed. Bull.* 18, No. 10, 6-9, 1972.

Stone I. The natural history of ascorbic acid in the evolution of the mammals and primates and its significance for present day man. *J. Orthomolecular Psychiatry*, Vol. 1, Nos. 2-3, 82-89, 1972. <http://www.whale.to/v/c/index.html>

Stone I. Cancer therapy in the light of the natural history of ascorbic acid. *J. International Academy Metabology* 3:No 1:56-61, 1974.

Stone I. Humans, the mammalian mutants. *American Laboratory* Vol. 6, No. 4: 32-39, 1974.

Stone I. Megascorbic therapy of the disease called leukemia. *Cancer Control J.* 2: No. 1, 1-4, 1974.

Stone I. Megascorbates in health, longevity and therapy. *Bull. Nat. Health Fed.* 20: No. 10, 15 17 27 30, 1974.

Stone I. Letter: More on ascorbate. *Med J Aust.* 1974 Jun 15;1(24):972.

Stone I. Megadoses of vitamin C. *Nutrition Today* 10:No 3:35, 1975.

Belfield W and Stone I. Megascorbic Prophylaxis and Megascorbic Therapy: A New Orthomolecular Modality in Veterinary Medicine. *J. International Academy of Preventive Medicine* Vol 2, No 3, 1975, p10-26. <http://www.whale.to/v/c/index.html>

Stone I. Smoker's Scurvy: Orthomolecular preventive medicine in cigarette smoking. *Orthomolecular Psychiatry*, 1976, Volume 5, Number 1, p 35-42. <http://www.whale.to/v/c/index.html>

Stone I. The genetics of scurvy and the cancer problem. J. Orthomolecular Psychiatry Vol 5, No. 3, 183-190, 1976. <http://www.whale.to/v/c/index.html>

Stone I, Hoffer A. The genesis of medical myths. Orthomolecular Psychiatry, 1976, Volume 5, Number 3, p 163-168. <http://www.whale.to/v/c/index.html>

Stone I. The CSS Syndrome, a medical paradox. Northwest Acad. Prev. Med. 1: No. 1. 24-28, 1977.

Stone I. My daily megascorbic regimen for full health and long life. Better Nutrition, December 1977.

Libby A and Stone I. The hypoascorbemia-kwashiorkor approach to drug addiction therapy: A pilot study. Orthomolecular Psychiatry, 1977, Volume 6, Number 4, p 300-308. <http://www.whale.to/v/c/index.html>

Libby A and Stone I. Letter: Vitamin C and drug addiction. Orthomolecular Psychiatry, 1977, Volume 7, Number 3, p 176. <http://www.whale.to/v/c/index.html>

Stone I. Homo sapiens ascorbicus, a biochemically corrected robust human mutant. Med Hypotheses. 1979 Jun;5(6):711-21. Posted at <http://www.whale.to/v/c/index.html>

Stone I. Sudden death. A look back from ascorbate's 50th anniversary. Australas Nurses J. 1979 Jul;8(9):9-13, 39. Posted at <http://www.whale.to/v/c/index.html>

Stone I. The possible role of mega-ascorbate in the endogenous synthesis of interferon. Med Hypotheses. 1980 Mar;6(3):309-14.

Stone I. Inexpensive interferon therapy of cancer and the viral diseases now. Australas Nurses J. 1981 Mar;10(3):25-8.

Stone I. A new orthomolecular protocol for treating multiple sclerosis and related diseases. Med Hypotheses. 1982 Dec;9(6):635-8.

Stone I. New hope for multiple sclerosis victims via an improved, inexpensive, orthomolecular, interferon clinical protocol. Australas Nurses J. 1982 Apr;11(3):13-5.

Stone I. (Attributed) Massive doses of ascorbate in the control of leukemic mortality. Probably 1984. <http://www.whale.to/v/c/index.html>