

維生素 B17

1. 維生素 B17 <http://baike.baidu.com/view/912457.htm>
2. 含維生素 b17 的食物
3. 維生素 b17 的作用和含維生素 b17 的食物
4. 含維生素 B17 豐富的食物
5. 維生素 B17 與癌症 -----
6. 沒有癌症的世界-維生素 B17 的故事-神秘的維生素 B17
7. 維生素 B17 與癌症預防及治療
8. 維生素 B17 與癌症治療
9. 癌症有解- 珍貴又真實

維生素 B17

<http://baike.baidu.com/view/912457.htm>

目錄

[基本知識](#)

[效用](#)

[缺乏症](#)

[營養補品](#)

[副作用](#)

[藥物分析](#)

[建議](#)

[實例](#)

基本知識

“維生素B17”並非B族維生素（因為它的任何組成部分都不能作為輔酶）。它在化學上是兩種糖分子，即苯甲醛(benzaldehyde)和氰化物(cyanide)的化合物，名為苦杏仁苷；作為藥劑，又稱做Nitrilosides；取自於杏仁；在啤酒酵母中沒有這種苦杏仁苷；[美國](#)大多數的州政府不承認這是治療癌症的藥物(有 25 個州法定承認)。美國食品及藥物管理局不承認的原因是因其含有氰化物而可能有毒性。

[編輯本段](#) 效用

有人認為苦杏仁苷有控制及預防癌症的作用。

[編輯本段](#) 缺乏症

對癌病的抵抗力有減弱的可能性。

富含苦杏仁苷的食物

杏、蘋果、櫻桃、桃、李、油桃(nectarines)等的果核中含有苦杏仁苷。

[編輯本段](#) 營養補品

一般的攝取量是每天 0.5-1.0g

[編輯本段](#) 副作用

攝取過量的苦杏仁苷(Laetrile)卻可能有危險。雖然一次服用 3.0g 以上，也可安全地消化，但是最好還是分次少量服用，一次不要超過 1.0g 以上。

根據《營養年鑑》，若每天將 5-30 個杏仁分次食用的話(絕對不要一次全部吃完)，可以得到足夠的苦杏仁苷。

[編輯本段](#) 藥物分析

苦杏仁苷的測定—高效液相色譜法

應用範圍： 本方法採用高效液相色譜法測定桂枝茯苓丸中苦杏仁苷的含量。

本方法適用於中成藥桂枝茯苓丸。

方法原理： 供試品於具塞離心管中加入甲醇，超聲振盪，恆溫水浴後離心，上清液稀釋後製成供試品溶液，濾液進入高效液相色譜儀進行色譜分離，用紫外吸收檢測器，於波長 210nm 處檢測苦杏仁苷的吸收值，計算出其含量。

試劑： 1. 甲醇（色譜純）

2. 乙腈（色譜純）

3. 冰醋酸

儀器設備： 1 儀器

1.1 高效液相色譜儀

1.2 色譜柱

Hypersil C18(4.6mm×250mm, 5μm)

1.3 紫外吸收檢測器

2 色譜條件

2.1 流動相： 甲醇乙腈水冰醋酸= 1 1 16 0.02

2.2 檢測波長： 210nm

2.3 柱溫： 40℃

2.4 流速： 0.8mL/min

試樣製備： 1. 稱取供試品

精密稱取桂枝茯苓丸顆粒劑粉末 0.2g。

2. 對照品溶液的製備

精密稱取 105℃ 下乾燥 2h 的苦杏仁苷對照品 36mg，於 20mL 量瓶中以甲醇溶解、定容，制得對照品儲備液。

3. 標準溶液的製備

精密吸取對照品儲備液 0.3, 1, 2.5, 4, 5mL 置 5mL 量瓶中，甲醇稀釋、定容，作為繪製標準曲線的系列標準溶液。

4. 供試品溶液的製備

將供試品置具蓋離心管中加入甲醇 10mL，超聲振盪(42kHz)15min，40℃ 恆溫水浴中，振盪 15min，離心(3500r·min⁻¹)15min，上清液移至 20mL 量瓶中，再以甲醇洗滌殘渣 2 次，洗液併入量瓶中，定容，搖勻，微孔濾膜過濾，即得供試品溶液。

注：“精密稱取”係指稱取重量應準確至所取重量的千分之一。“精密量取”係指量取體積的準確度應符合國家標準中對該體積移液管的精度要求。

操作步驟： 1. 標準曲線的繪製

精密吸取上述各系列濃度的標準溶液 10μL，注入高效液相色譜儀，用紫外吸收檢測器，於波長

210nm 處測定苦杏仁苷的峰面積積分，以苦杏仁苷的峰面積積分對濃度繪製標準曲線。

2. 供試品溶液的測定

分別精密吸取上述對照品溶液與供試品溶液各 10µL 注入高效液相色譜儀，用紫外吸收檢測器，於波長 210nm 處測定苦杏仁苷的峰面積積分，用外標法計算出苦杏仁苷的含量。^[1]

編輯本段 建議

想以苦杏仁苷來預防或治療癌症的人一定要先和營養醫師商量；

現在關於苦杏仁苷(Laetrile)的書也出了不少。我建議，在攝取之前對有關的知識稍加涉獵，而且不要忘記和醫師商量一下。如果患有癌症，最重要的就是要在短期內盡可能攝取到大量的苦杏仁苷。這可以在一般正常的治療後進行，再加上輔助療法，比如：補血、控制血壓或減輕疼痛等。[克雷布斯 Dr. Krebs](#) 博士建議成人每日 10 粒來預防癌症，每日 30-50 粒為癌症病人的營養補充品。少數癌症病人吃了苦杏仁會有噁心反應，建議減少食用量，讓身體適應後再漸漸增加份量。實質上對於一種藥食兼用食品，進食不過量，有百宜而無一害！

編輯本段 實例

宏薩族九百多年來沒有一個癌症病例，他們每天自天然食物中攝取到大約 50~75 毫克的 VB17。其所居住的地方歷來就被稱為杏子王國，每到杏子季節，宏薩人連吃三個月的杏子，其它時間則吃杏子果乾。他們不光只吃果肉，而是連果仁一塊吃，所以每日攝取量超過 50~75 毫克。反觀西方國家的人一年都還吃不到這個量呢！以至於逐漸發展成嚴重的苦杏仁苷缺乏症。由於飲食裡缺乏這種抗癌變的苦杏仁苷，西方社會每三個家庭就有一個人得癌症。

世界唯一一個無癌國家-[斐濟](#)，也因主食杏製品而獲益！

1950 年代，生化學家小恩斯特·克雷布斯 Ernst T. Krebs, Jr. 分離出一個新的維生素 B17，又稱為 Laetrile、amygdalin。他當時不清楚自己掀起了什麼樣的漣漪，雖然至今許多人仍相信克雷布斯找到了癌症的療法。然而國際大製藥廠因為無法申請專利，壟斷維生素 B17 的作用，故而對 VitB17 發起了惡毒攻擊宣傳，即使事實證明它對於各種癌症有療效。維生素 B17 是一種水溶性、醣化合物，存在於自然界約 800 種的植物中。含豐富 VitB17 最常見於非柑橘屬水果的種子中，如：櫻桃、油桃、桃子、李子及蘋果等，而以杏子 apricot 的種子含量最豐，約有 2~2.5%。

克雷布斯自杏果種仁分離出維生素 B17，將之合成結晶以供人體使用，並命名為「利而卓 Laetrile」。此化合物是由一分子氰化氫(hydrogen cyanide)結合一分子具止痛作用的苯乙醛 benzaldehyde 加兩分子葡萄糖所形成的。雖然前兩者分開來的毒性很強，但是它們結合在 VitB17 的分子確十分穩定且無毒性。克氏發現，要將兩者結合鍵打開，只有一種叫 beta-glucosidase 的葡萄糖酵素；這種酵素雖然分佈於人體，但是在腫瘤處卻是含量特別高。所以癌細胞所分泌的 beta-glucosidase 酵素一旦打破了 VitB17 的結合鍵，釋放出氰化氫及苯乙醛，兩者毒分子加在一起毒性更是超強，癌細胞就死在它們自己選擇的 VitB17 手中另一種健康細胞所分泌的酵素 rhodanese 扮演下半場的主角，它的分佈恰恰與 beta-glucosidase 相反；rhodanese 佈滿在全身正常細胞，卻不在腫瘤細胞。所以若 VitB17 遇到健康的細胞，健康細胞所分泌的 rhodanese 可以化解氰化氫的毒性，氰化氫及苯乙醛，此二者的副產物分別是 thiocyanate 和安息香酸 benzoic acid，它們可以滋補正常細胞，多餘的則排出尿中。以上兩段說明了 VitB17 可以準確瞄準癌細胞，而不會破壞正常的組織。這種以標的物為準頭的天然化合物，其作用比任何人造的、無選擇性、好壞細胞一起殺的、超毒的化療藥物要來的有效。

參考資料

- 1

袁丹，胡爽，畢開順，等。HPLC法測定複方製劑中苦杏仁苷含量的研究。藥物分析雜誌，2002,22(5):361-365

擴展閱讀：

- 1 杏仁 (Semen Armeniacae Amarum) 又名杏實(英)Bitter Apricot Seed
- 2 【在中藥中的處方名】杏仁、苦杏仁、光杏仁、杏核仁、炒杏仁、尖杏仁、杏仁霜
- 3 【來源】為薔薇科植物杏 *Prunus armeniaca* L.的種子。
- 4 【植物形態】落葉喬木，高達 6m。葉互生，廣卵形或卵圓形，長 5~10cm，寬 3.5~6cm，先端短尖或漸尖，基部圓形，邊緣具細鋸齒或不明顯的重鋸齒；葉柄多帶紅色，有 2 腺體。花單生，先葉開放，幾無花梗；萼片 5，花扣反折；花瓣 5，白色或粉紅色；雄蕊多數；心皮 1，有短柔毛。核果近圓形，直徑約 3cm，橙黃色；核堅硬，扁心形，沿腹縫有溝。花期 3~4 月，果期 5~6 月。多栽培於低山地或丘陵山地。主產內蒙古、吉林、遼寧、河北、山西、陝西。
- 5 【採製】夏季採收成熟果實，除去果肉及核殼，取種子曬乾。
- 6 【形狀】種子扁心形，長 1~1.9cm，寬 0.8~1.5cm，厚 0.5~0.8cm。表面黃棕色至深棕色，一端尖，另端鈍圓，肥厚，左右不對稱。尖端一側有短線形種臍，圓端合點處向上具多數深棕色的脈紋。種皮薄，子葉 2，富油性。味苦。
- 7 【化學成分】含苦杏仁甙 (amygdalin)、脂肪油、苦杏仁酶 (emulsin)、苦杏仁甙酶 (amygdalase)、櫻桃酶 (prunase)、雌酮、 α -雌二醇、鏈甾醇等。
- 8 【性狀】性溫味苦有小毒。
- 9 【功能主治】降氣止咳平喘，潤腸通便。用於咳嗽氣喘、胸滿痰多、血虛津枯、腸燥便秘。

含維生素 b17 的食物

<http://zhidao.baidu.com/question/175915883>

杏、蘋果、櫻桃、桃、李、油桃等的果核中含有維生素 B17

維生素 B17 並非 B 族維生素（因為它的任何組成部分都不能作為輔酶）。它在化學上是兩種糖分子，即苯甲醛和氰化物（有毒）的化合物，名為苦杏仁苷。美國食品及藥物管理局認為因其含有氰化物而可能有毒性。

維生素 b17 的作用和含維生素 b17 的食物

<http://yingyang.wode.me/qita/1065.html>

維生素 b17 (也叫苦杏仁苷) 其實並不是維生素 b 族的成員, 它是苯甲醛和氰化物的化合物。由於維生素 b17 含有氰化物, 所有有毒性。但維生素 b17 被認為有預防癌症的作用, 並對治療癌症有一定的輔助效果。

當然維生素 b17 治療癌症的作用並沒有得到一致認可, 在美國有 25 州承認維生素 b17 是治療癌症的藥物, 而其他的州卻不予承認。

關於維生素 b17 預防癌症有兩個案例: 注: 杏仁含有豐富的維生素 b17, 是維生素 b17 的最常見來源。

1、宏薩族 (在網上查過, 這個族似乎在巴基斯坦) 九百多年來沒有一個癌症病例, 宏薩族居住的地方歷來就被稱為杏子王國, 每到杏子季節, 宏薩人連吃三個月的杏子, 其它時間則吃杏子果乾。他們不光只吃果肉, 而是連果仁一塊吃, 所以每日攝取維生素 b17 的量超過 50~75 毫克。這被認為是宏薩族九百多年沒有癌症病例的主要原因。

2、斐濟是一個沒有癌症的國家, 這個國家的人們也日三餐必食杏仁, 這也被認為是斐濟沒有癌症的主要原因。

當這兩個地方沒有癌症可能還有其他原因, 宏薩族生活在巴基斯坦的西馬拉雅山山麓靠近帕米耳高原的地方, 而斐濟是一種無污染的島國, 無污染的環境也是預防癌症發生的一個重要因素。另外斐濟人們的主食是蕎麥, 蕎麥含蕎麥鹼、蘆丁、菸酸、亞油酸、硒等, 蕎麥比我們平時吃的細糧更加健康, 並且硒對於預防癌症有公認的效果。

維生素 b17 預防癌症的作用是最受到關注的, 但事實上維生素 17 還有其他的一些作用, 比如抗炎、鎮痛等, 具體請大家參照: 杏仁的功效和作用。

二: 含維生素 b17 的食物

杏仁是維生素 b17 的最主要來源食物, 但事實上棗、李子、桃等的果仁均富含維生素 b17, 現在似乎桃仁食用也比較普及。

維生素 b17 被很多人認為可以預防癌症, 但是吃多了會中毒, 甚至可以導致死亡。成年人每次食用 5-7 顆杏仁被認為是安全的, 這個量已經足以起到預防癌症的作用, 如果治療癌症請遵醫囑。

含維生素B17豐富的食物

<http://www.ew9z.com/vitamin-17-fengfu-shiwu.html>

維生素B17的商業名稱是苦杏仁或**苦杏仁苷**。這是一種屬於苷類的化合物。1803年, Robiquet和Boutron-Charlard將其從苦杏仁中分離出來。隨後對於這種化學物質的藥用價值展開了各種研究。儘管苦杏仁貳不是維生素, 但生物化學家Ernst T. Krebs將其命名為維生素B17。其純淨形式被稱為苦杏仁苷, 常用於治療癌症。

維生素 B17 的好處

許多研究人員聲稱維生素 B17 具有一定藥用價值, 可用於治療癌症。因為其含有的氰化物可以破壞癌細胞。他們認為, 苦杏仁貳不僅能夠預防癌症, 而且還有助於康復。用於治療癌症的苦杏仁貳通常採取口服或靜脈注射。消費含維生素 B17 豐富的食物也有助於抗癌。這種化合物其他的其他好處還包括幫助緩解關節炎疼痛和降低高血壓等。

維生素 B17 的食物來源

苦杏仁和杏種子都含有高濃度維生素 B17。研究證實大多數薔薇科物種都包含這種物質。下面是一些含維生素 B17 的食物:

- [紫花苜蓿芽](#)
- 蘋果種子
- [竹筍](#)
- 黑莓
- 覆盆子
- 蕎麥
- 小米
- 大麥
- 糙米
- [腰果](#)
- 木薯
- 桃仁
- 李子仁
- 山核桃
- [木瓜](#)
- 高粱甘蔗糖漿

由於對維生素 B17 保健營養補品是否有益健康存在很多爭論，因此從天然食物獲得這種營養素是最安全的做法。

關於維生素 B17 的爭議

在“沒有癌症的世界”這本書中，作者愛德華強烈建議使用維生素 B17 治療癌症。儘管許多科學家宣稱這種化合物治療癌症有好處，但在臨床試驗和實驗室研究中沒有發現它有明顯的抗癌作用。它的使用沒有獲得美國食品和藥物管理局（FDA）及美國國立衛生研究院的批准。在美國，把維生素 B17 作為治療癌症患者的處方藥是違法的。

小心謹慎使用維生素 B17

口服使用有導致致命危險的可能。維生素 B17 中毒症狀包括頭痛、乏力和頭暈，有時還伴隨低血壓。因此，在使用維生素 B17 保健補品前，最好是諮詢保健醫生，確保避免一切不良反應。

相關文章：

[維生素B17 的作用](#)

[維生素B6 的功效](#)

[缺乏維生素B1 的症狀](#)

[維生素B2 的作用](#)

[維生素B6 的功能](#)

[什麼是維生素B17?](#)

維生素 B17 與癌症 ----

http://tw.myblog.yahoo.com/tony_c_jones/article?mid=-2&prev=15888&l=f&fid=30

維生素 B17 與癌症 -----摘自 無癌症的世界 (Edward Griffin) @turn off ur T V PIXNET

維生素 B17 的結構和機制：

維生素 B17 又稱苦杏仁甙、Laetrile、Amygdalin 是一種水溶性，無毒性的醣化合物。由一分子氰化氫（hydrogen cyanide）結合一分子具止痛作用的苯乙醛（benzaldehyde）加兩分子葡萄糖所成的，十分穩定且無毒性。可以被 beta-glucosidase 的酵素【在腫瘤細胞中含量特別高】打破結合鍵，釋放出氰化氫和苯乙醛

【此兩毒分子加在一起毒性更是超強，癌細胞就死在它們自己選擇的維生素 B17】。

此時另一種健康細胞所分泌的酵素叫 rhodanese【佈滿在人體全身的正常細胞中，卻不在腫瘤細胞】可以化解氰化氫和苯乙醛的毒性，此二者的副產物分別是 thiocyanate 和安息香酸 benzoic acid，它們可以滋補正常細胞，多餘的則排出尿中。以上說明了維生 B17 可以準確瞄準癌細胞，不會破壞正常細胞，這種以標的物為準頭的天然化合物，其作用比任何人造的、無選擇性、好壞細胞一起殺的、超毒的化療藥物來的有效。

※二十世紀初，愛丁堡大學教授約翰·畢爾（John Beard）研究發現：懷孕初期的『原始胚胎細胞（pre-embryonic cells）』與惡性腫瘤細胞沒有區別。----因此，維生素 B17 會不會殺死『原始胚胎細胞』而使婦女懷孕不成？-----雪貞問

維生素 B17 的來源：B17 存在於 800 至 1200 種植物中，常見於非柑橘類屬水果的種仁中，如櫻桃、油桃、桃子、李子及蘋果等，以杏子（apricot）的種子含量最豐約 2~2.5%。Dr. Krebs 建議杏子果仁成人每日 10 粒用來預防，癌症病人的則每天 30~50 粒【並非所有的杏子果仁都有效，必須帶點苦味的，中醫傳統上用的北杏便含有 B17，】。其他含有 B17 的食物還包括：小米（millet）、大麥、糙米、玉米、裸麥、燕麥、蕎麥、夏威夷豆（macadamia）、竹筍、腰果、綠豆、利馬豆、青豆、奶油豆（butter beans）和某些品種的碗豆等等。梅子種仁也許有，可以將新鮮成熟的梅子打開嚐嚐看有沒有苦味。

維生素 B17 的治療惡性腫瘤細胞；和維生素 C 對治壞血症；以及 B12 及葉酸可以治療惡性貧血一樣。如果我們每天攝取適量的維生素 B17、就可以預防癌症的發生。

Dr. Harold Manner 證明：B17 需要胰島酵素幫助破壞腫瘤的表層，好讓 B17 直接進入癌細胞。食物中含有胰島酵素的有木瓜及鳳梨【Dr. Phillip Binzel 建議不吃肉。吃肉消耗胰島酵素，缺乏胰島酵素，癌症細胞就可以躲過免疫系統的監視。他以 B17 及代謝療法治療癌症病人的結果：非轉移的長期存活率為 85%，對美國防癌協會為 15%；轉移的癌症長期存活率為 65%，對照防癌協會的 0.1%】。因此，我們平時吃木瓜、鳳梨、蘆筍、小米或水果的種籽等完整新鮮的食物，並不會有什麼損失。

以下介紹幾個富含維生素 B17 的飲食：

一、五穀粥：

1. 穀類（一碗）---大麥、薏仁、小米、糙米、蕎麥、玉米、燕麥、野米等
2. 種子類（一湯匙）---亞麻仁子、葵瓜子、南瓜子、芝麻等

可以任選單種或多種穀類加單種或多種種子。兩類可以先發芽或分別浸水過夜，之後加在一起以果汁機打碎後，放在鍋煮熟。吃時可以搭配 Miso、海帶芽、紅海藻、海鹽、北杏、啤酒酵母、小麥胚芽、卵磷脂及堅果類（泡水過夜）等等

二、麥果殼：

以上基本材料任選一種為主（如壓扁的燕麥）加上其他多種種子及堅果類如杏仁、杏子果仁、松子各少許，放入一個大碗。在另一碗放入一杯蘆粟甘蔗糖漿（sorghum cane syrup）及一杯有機冷壓葵瓜子油調勻。將兩個碗內的東西合併，拌好後攤在餅乾油紙，放入 300 度烤箱烤 15~25 分鐘或烤到略帶金黃色。冷卻後存入罐內，放在陰涼處。吃時可以加入酸奶、豆漿、優酪乳、水果乾或乾吃。

三、乾飯：

以上穀類材料也可以煮成乾飯。此時若加入泡水過夜的豆類如：大豆，利馬豆及扁豆等，就使蛋白質的組合完美。其中蕎麥、小米、利馬豆、蠶豆、扁豆、埃及豆富含 B17。

四、泡飯：

以上材料也可以煮成泡飯。此時可以隨意加入芹菜粒、玉米粒、胡蘿蔔、荸薺、蠶豆、蕃茄、香菇粒及富含 B17 的筍尖及綠豆芽等；又可以調味成地中海式（加入義大利香菜、羅勒、百里香、月桂冠、九層塔等）、墨西哥式（加入紅椒、墨西哥辣椒）或自己喜愛的口味。

五、西式吃法：

以豆類（如埃及豆、蠶豆、利馬豆等）為主要材料，加入四分之一的穀類（如珍珠大麥、野米等）及蔬菜類、香料，煮成一道菜或濃湯。

六、水果點心：

來自海洋的洋菜是 B17 絕佳的來源之一，洋菜放於水中煮熟溶解後，可以搭配各種富含 B17 的莓果如：野黑莓、野生酸蘋果（wild crabapple）、瑞典曼越橘、桑椹（mulberry）、大楊莓、草莓等及各色水果（如：蘋果連籽、杏子、櫻桃、油桃、桃子、梨、李子、棗子，這些水果的種仁富含 B17）做成果凍。此外西貢米凍或西米露也是 B17 來源之一。

七、B17 雞尾酒或精力湯：

1 杯苜宿芽、1 杯有機蘋果汁、10 粒蘋果籽、12 顆生杏仁、4 嫩枝義大利香菜、4 嫩枝薄荷、加半杯水，倒入果汁機打成汁。

以上材料可以新鮮水果如鳳梨或木瓜取代，（或加入）蘋果汁，還可以加杏子果仁、小紅莓、乾杏子、堅果、種子、海帶芽、綠色蔬菜等（請參考雷久南博士的精力湯食譜）。

其他如沙拉、主菜或家常菜等，可以配入富含 B17 的蔬菜如：西洋菜、菠菜、筍尖、苜宿芽、綠豆芽、蕎麥芽、埃及豆芽等，就等您發揮創意及變化囉！

參考資料：Cancer – Why we're still dying to know the truth; Phillip Day, Crendence publications, 2000

World Without Cancer; G Edward Griffin, American Media, 1996
Alive and Well; Philip Binzel, American Media 2000

恩寵與勇氣 Grace and Grit; Ken Wilber, 張老師文化出版社

沒有癌症的世界-維生素 B17 的故事-神秘的維生素 B17

<http://jxtjhx.blog.163.com/blog/static/17832220820113201144572/>

維生素 b17 學名苦杏仁苷，是存在於杏、蘋果、櫻桃、桃、李、油桃等的果核中一種物質。傳統認為苦杏仁苷有毒性，它可以水解轉化為氫氰酸，美國大多數的州政府不承認這是治療癌症的藥物（有 25 個州法定承認）。美國食品及藥物管理局不承認的原因是其含有氰化物而可能有毒性。

維生素 B₁₇ 是在最近 10 年間議論最多的維生素之一；在化學上是兩種糖分子，即苯甲醛和氧化物的化合物，名為苦杏仁苷；取自於杏仁；在啤酒酵母中沒有這種維生素 B。

有人認為維生素 B₁₇ 有控制及預防癌症的作用。

富含維生素 B₁₇ 的食物有：杏、蘋果、櫻桃、李子、油桃等的果核中含有維生素 B₁₇。

一般的攝取量：每天 0.25~1.0g。

至今還沒有證明維生素 B₁₇ 有副作用，但是攝取過量的維生素 B₁₇ 卻可能有危險。雖然一次服用 3.0g 以上，也可安全地消化，但是最好還是分次少量服用，一次不要超過 1.0g 以上。

根據《營養年鑑》，若每天將 5~30 個杏仁分次食用的話，可以得到足夠的維生素 B₁₇。

現在關於維生素 b17 (1aetrile) 的書也出了不少。我建議，在取之前對有關的知識稍加涉獵，而且不要忘記和醫師商量一下。對正常人來說，預防意義更大！

美國作家艾德華·葛雷分(Edward Griffin)在《無癌症的世界》(World without Cancer)一書中，透露了美國現代醫學的轉變，以及醫藥學界對疾病的觀念。

話說 1950 年代，一位生化學家小恩斯特·克雷布斯(Ernst T. Krebs, Jr.)分離出一個新的維生素 B₁₇(Vitamin B₁₇)，又稱為"力而卓"(Laetrile)、“阿米達靈”(amygdalin)。他當時不清楚自己掀起了什麼樣的漣漪，雖然至今許多人仍相信克雷布斯找到了癌症的療法；然而跨國際的大製藥廠因為無法申請專利或壟斷維生素 B₁₇ 的使用，故而對維生素 B₁₇ 發起了空前的惡毒攻擊宣傳，即使事實證明它對於各種癌症有療效。

克雷布斯和他的父親也是將維生素 B₁₅(Pangamic acid)應用在醫學上的先驅。他在二次世界大戰前的研究，主要集中在酵素及其在癌症治療上的應用等方面的知識，這些酵素包括：鳳梨酵素(bromelain)，chymotrypsin，和木瓜酵素(papain)。父子兩位至今被仍公認為維生素 B₁₇(維生素 B₁₇)在癌症治療機轉方面的先驅。維生素 B₁₇ 是一種水溶性、無毒性的糖化合物，存在於自然界約 800 種的植物中，許多種可以食用。含豐富維生素 B₁₇ 的來源，最常見於非柑橘屬水果的種子中，如：櫻桃、油桃、桃子、李子及蘋果等，而以杏子(apricot)的種子含量最豐，約有百分之 2 至 2.5。

根據葛雷芬斯《無癌症的世界》一書，克雷布斯研究之脈絡溯源自二十世紀初葉，愛丁堡大學教授約翰·畢爾德(John Beard)提出癌症的營養細胞球(trophoblast)推論。畢氏的研究發現懷孕初期的原始胚胎細胞(pre-embryonic cells)亦即營養細胞球與惡性腫瘤細胞沒有區別。營養球細胞為胚胎成長所必需的，但是在懷孕期的第 56 天，胎兒的新胰臟開始分泌 chymotrypsina 酵素，從那時之後，營養細胞球的增生就被阻止。葛氏寫道：「營養細胞球在懷孕初期確實具有癌細胞的特徵，因為它會很快速地增生及蔓延，最後它著床於子宮壁上形成胎盤，讓胚胎可以得到母體的保護和營養。」

營養細胞球是另一種細胞經由一連串的步骤所形成的，葛氏將之簡化為"完全生命"細胞(total life cell)(有點像現在最熱門的乾細胞)，它可以分化為任何一種器官或組織，乃至一個完整的胚胎。當完全生命細胞被男女皆有的動情激素啟發而開始製造營養球細胞時，有兩種結果可能發生。第一，如果是在懷孕的情況下，結果就會形成胎盤及臍帶；第二，如果營養球細胞是在修補的情況下被啟動，結果就是癌細胞的形成。葛氏補充：「更正確的說法應該是，如果細胞修復工程沒有結束的話，就形成癌。」

營養細胞球分泌的絨毛刺激生殖激素(chorionic gonadotrophin - HCG)，可以自尿液中測出來，準確度 92%。假設檢驗呈陽性的話，葛氏說：「若是女性，她如果不是懷孕，就是罹癌；如果是男性的話，只有一種可能——癌。」然而醫學界明知此檢驗法簡易卻棄之不用，而採用危險性高的穿刺手術，造成某些癌細胞因而擴散到全身。

克雷布斯自杏果種仁分離出維生素 B₁₇，將之合成結晶以供人體使用，並命名為「利而卓」。此化合物是由一分子氰化氫(hydrogen cyanide)結合一分子具止痛作用的苯乙醛(benzaldehyde)加兩分子葡萄糖

所形成的。雖然前兩者分開來的毒性很強，但是它們結合在維生素 B17 的分子裏卻十分穩定且無毒性。克氏發現，要將兩者結合鍵打開，只有一種叫 beta-glucosidase 的葡萄糖酵素；這種酵素雖然分佈於人體，但是在腫瘤處卻是含量特別高。所以癌細胞所分泌的 beta-glucosidase 酵素一旦打破了維生素 B17 的結合鍵，釋放出氰化氫及苯乙醛，兩者毒分子加在一起毒性更是超強，癌細胞就死在它們自己選擇的維生素 B17 手裏。

在治療與預防人類及哺乳類的癌症方面，利而卓（維生素 B17）是第一，也是最後的希望，此真理至今未變。因為利而卓是一種維生素，屬於 B 群的第十七個維生素。

我們常聽到維生素 B17 大量應用在癌症末期，然而最好是使用於癌病未發之前，也就是現在。你現在就可以開始吃常見水果的種仁，比如：杏子和桃子的種仁含約 2% 的維生素 B17，而小如蘋果的種籽也有相同的含量；其他如棗子、李子、櫻桃及油桃亦有 B17。北半球唯一不含 B17 的普通水果為柑桔類，這是人工選種、混種栽培的結果；而非洲大陸的柑桔類仍然含有 B17。

另兩種富含 B17 的來源為：穀類的小米 (millet) 及蕎麥 (buckwheat)、珍貴的夏威夷豆 (macadamia)、竹筍、綠豆、利馬豆、奶油豆 (butter beans) 及某種豌豆等也含有豐富的 B17。最方便的來源則是水果的種仁。

宏薩族九百多年來沒有一個癌症病例，他們每天自天然食物中攝取到大約 50~75 毫克的 B17。其所居住的地方歷來就被稱為杏子王果，每到杏子季節，宏薩人連吃三個月的杏子，其他時間則吃杏子果乾。他們不光只吃果肉，而是連果仁一塊吃，所以每日攝取量超過 50~75 毫克。反觀我們西方國家的人一年都還吃不到這個量呢！以至於逐漸發展成嚴重的維生素 B17 缺乏症。由於飲食裏缺乏這種抗癌變的維生素 B17，我們的社會每三個家庭就有一個人得癌症。而實際上的發生率可能更高，原因是等到癌症能被測出來，該病人其實罹癌已經很久了；也有很多病人身上早有癌症，但是在它長到被測出來之前，病人死於意外或其他因素。

杏仁的用法克雷布斯 Dr. Krebs 博士建議成人每日 10 粒來預防癌症，每日 30-50 粒為癌症病人的營養補充品。少數癌症病人吃了杏仁會有噁心反應，診療中心建議減少食用量，讓身體適應後再漸漸增加份量。並非所有的杏仁都有效，必須是帶點苦味，才表示確實含有 VitB17，例如中藥中的北杏即含有 B17。

其他含豐富 VitB17 的有：桃子種仁、蘋果種籽、美國棗子種仁、李子種仁、櫻桃種仁、及油桃種仁。其他含有 B17 的食物還包括：小米 millet、蕎麥 buckwheat、夏威夷豆 macadamia nuts、竹筍、綠豆、利馬豆、青豆、某些品種的豌豆等等。如果無法買到酵素，可由我們日常的食物中攝取。食物中含有胰島酵素的有木瓜及鳳梨。癌症病人最好每天食用木瓜及半個鳳梨。其他維生素可由天然發酵菜、生食蔬菜、活性酵母、小麥胚芽、冷壓橄欖油及新鮮水果中取得。也許有人會懷疑吃那麼多維生素 C-10 克，會不會中毒？如果您吃的維生素 C 是來自大自然的話，不會有中毒的問題，因為身體自動會排除多餘的維生素 C。在小兒麻痺症流行的時代，曾有一位小兒科醫師就用了高劑量的維生素 C，約 6 克，注射到未滿六個月的病嬰身上（已產生抽筋現象），成功地阻止了小兒麻痺症的發生。化學合成的維生素 C 可能有問題，所以最好從食物中攝取，或購買天然植物提煉的維生素 C，例如梅爾博士合作公司出品的 Radiance C 是由南美的卡母果及其他芽菜類所提煉出來的維生素 C。在癌症病人的治癒率方面，葛雷芬在他的《無癌症的世界》書中提到第一次診斷、非轉移的癌症病人以 VitB17 及代謝療法治療的長期存活率（超過五年）約為 80%，對照主流醫界的 28%；癌症轉移了的病人如果一開始就以 B17 來治療，其長期存活率約為 15%，對照傳統主流療法的 0.1%。美國的飛利浦·賓週 Phillip Binzel 醫師在他的書《好好地活著 Alive and Well》上，也將他以 VitB17 及代謝療法治療病人的結果做了統計與比較，他的病人如果是第一次診斷、非轉移的長期存活率為 85%，對照美國防癌協會 American Cancer Society 的 15%。如果是轉移的癌症，他

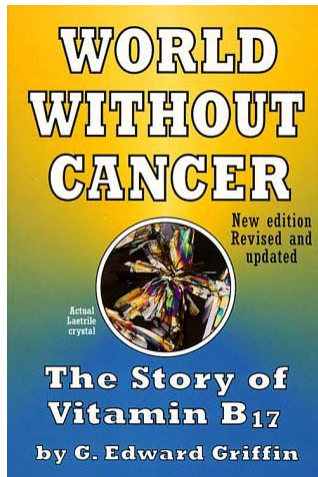
以 VitB17 及代謝療法治療，病人的長期存活率為 65%，對照防癌協會的 0.1%。為何賓週醫師的病人不論是第一次診斷或轉移的癌症，其存活率比較高？我比較了他與戴氏所提的療法，發現賓週醫師要求他的病人吃素及改變飲食習慣，不准吃肉，他認為病人已經缺乏胰臟酵素了，不能再吃肉來消耗更多的胰臟酵素，缺乏胰島素，癌症細胞就可以躲過免疫系統的監視。如果他的病人偷偷吃肉、或回家後繼續原來不正常的飲食習慣，癌症就會復發，病人又回來找他。如果來得及，他再使用 VitB17 及代謝療法治療病人，病情又好轉回家，通常病人這時真的學乖了，不敢再吃動物製品；來不及的病人就成為負的統計數字。賓週醫師是少數在美國可以 VitB17 來治病的醫師，現已退休。編者註：因為文章登出後，有些讀者希望能買到 VitB17。雷久南博士根據她參考多本有關 VitB17 的資料，建議如下：VitB17 或苦杏仁甙直接由食物中攝取是最好的，VitB17 存在於 800-1200 種植物中，包括埃及豆、扁豆、黃帝豆、蕎麥、糙米、小米、小麥草、綠豆芽、腰果和許多水果仁內(橘子、橙子、檸檬、柚子類除外)，例如桃子、李子、蘋果、櫻桃類等，以及苦杏仁(甜杏仁則不含苦杏仁甙)。古老的中國、希臘、羅馬和阿拉伯醫生，用苦杏仁甙治腫瘤，中醫傳統上用苦杏仁的劑量是 3-9 公克沖泡，因苦杏仁有毒性，過量可中毒致死。成人 50-60 粒以上、小孩 10 粒以上即中毒，如低溫烤熟(300°F 10 分鐘)毒性會減少。所以如果平常吃以上水果時，同時吃子，自然會攝取到身體所需的 VitB17，所吃的量因為是同時吃水果，如此攝取的量自然就在安全範圍之內(吃一個蘋果，就吃一個蘋果的子；吃三個桃子，就吃三個桃仁)。戴氏的書也收錄了 Vit B17 發現者克雷布斯博士於 0974 年第二屆癌症研討年會的演講稿，茲節錄一些以供參考。當我回顧這紛紛擾擾幾年來的奇蹟式勝利時，和 11 年前一樣，在治療與預防人類及哺乳類的癌症方面，利而卓 (VitB17) 是第一，也是最後的希望，此真理至今未變。因為利而卓是一種維生素，屬於 B 群的第 17 個維生素。我們常聽到 VitB17 大量應用在癌症末期，然而最好是使用於癌症未發之前，也就是現在。你現在就可以開始吃常見水果的種仁，比如：杏仁和桃子的種仁含約 2 % 的 VitB17，蘋果的種籽也有相同的含量；其他如棗子、李子、櫻桃及油桃亦有 B17。北半球唯一不含 B17 的普通水果為柑桔類，這是人工選種、混種栽培的結果；而非洲大陸的柑桔類仍然含有 B17。另兩種富含 B17 的來源為：穀類的小米 millet 及蕎麥 buckwheat、珍貴的夏威夷豆 macadamia、竹筍、綠豆、利馬豆、奶油豆 butter beans 及某種豌豆等也含有豐富的 B17。最方便的來源則是水果的種仁。宏薩族 900 多年來沒有一個癌症病例，他們每天自天然食物中攝取到大約 50-75 毫克的 B17。其所居住的地方歷來就被稱為杏子王果，每到杏子季節，宏薩人連吃三個月的杏子，其他時間則吃杏子果乾。他們不光只吃肉，而是連果仁一塊吃，所以每日攝取量超過 50-75 毫克。反觀我們西方國家的人一年都還吃不到這個量呢！以至於逐漸發展成嚴重的 VitB17 缺乏症。由於飲食中缺乏這種抗癌變的 VitB17，我們的社會每三個家庭就有一个人得癌症。而實際上的發生率可能更高，原因是等到癌症能被測出來，該病人其實罹癌已經很久了；也有很多病人身上早有癌症，但是在它長到被測出來之前，病人死於意外或其他因素。癌症為慢性代謝疾病是無庸置疑的。它不是由病毒或細菌所引發的傳染病，而是源於代謝問題，和身體的食物利用有關。大多數的代謝病主要基於食物中缺乏某種特定的維生素及礦物質。讓我向各位報告一個明確的公理，它是不矛盾、科學的及有歷史性的。那就是：醫學史上沒有一種代謝慢性病可以被預防或治療，除非從屬於人類或動物正常飲食中的某些元素中求得。亦即在許多致命性的疾病尚未被了解前，人類可以由食物中攝取某些要素來補充及防止病發。各位可能都了解歷史上記載的壞血症與大英帝國掘起的關係。在 VitC 尚未被加到船上的飲食時，常有 3/4 的水手於航海末期病倒，而在上岸後，因為攝取到新鮮的蔬菜水果，神秘的壞血症又治癒了。惡性貧血的致死率曾達 98-99 %，當時的醫學界對它完全束手無策，直到莫非 Murphy、薛波 Shipple 及敏諾特 Minot 醫生們開始他們的經典研究，發現惡性貧血與營養缺乏有關。他們在加州大學發現一種簡單的方法，可以預防及治療這種病。他們對病人說：到市場肉攤買 1/4 磅新鮮的肝臟，把它研碎、稍微煮一下後，連續三天，每天吃一湯匙。遵從醫囑的病人都康復了，但是這三位醫生卻得到庸醫的污名。後來化學界研究肝臟，發現維生素 B12、葉酸（如 B17 一樣，B12 分子也含有氰化物）可以治療惡性貧血。1974 年，無知封閉的人卻認為，僅僅吃些水果籽就可以預防某些如惡性貧血一樣無解的病，簡直是天方夜譚。所有的水果籽或果仁都含有抗癌的 VitB17，這是科學真理。如果我們每天攝取適量的 B17 維生素，就可以預防癌症，亦如 Vit C 可以預防壞血症或 Vit B12 預防惡性貧血一樣。因此人類欲控制任何一種慢性或代謝疾病，一定得從生物有機體

本身之生物經驗中求得。慢性及代謝病永遠無法從身體之生物經驗以外的藥物來控制、預防或治療。醫學史上從來未曾發現任何一個非生物體所需的外來物質不會傷害生物體的。也就是說，凡是生物之外的東西，都會傷害身體。世界上沒有一種藥物或化學劑可以讓我們更健康、有適應力、更有智慧或更長壽。自然界沒有這樣的藥物或分子，除非那個分子在正常的食物中就已存在。科學應用使得我們過度文明而不願面對某些事實。我們傾向於幻想一定還有什麼奇蹟在「外面」。一定還有簡單的方法或捷徑、某個神奇的藥物或超乎我們想像的人為力量，可以為我們解決我們本該做的事。這形成我們思想上的迷思和誤解。我們在癌症界也看到這種密醫思想，捨棄人要對自己及上帝負責（這是沒有捷徑的），而另覓救贖之道，是虛幻渺茫的。在身體方面也是如此，當我們吃得少，頭腦就會清楚一些；反之，飽食終日後，人就開始胡思亂想，造成生理、心理及靈性的困擾。不去面對 VitB17 的知識，又不去攝取它，我們已違反了生理的自然。如果你有癌症，最重要的就是要在短期內儘可能攝取到大量的 B17。這可以在一般正常的治療後進行，再加上輔助療法，比如：補血、控制血壓或減輕疼痛等。補充胰腺酵素及植物酵素也是輔助療法之一。你可以吃木瓜補充木瓜酵素，吃鳳梨補充鳳梨酵素。免疫學上已證明此二者會將腫瘤外層溶解。總之，你吃木瓜、鳳梨、小米或水果的種籽等完整新鮮的食物，並不會損失什麼。營養缺乏症主要是攝取的食物不完整。我們文明人將好的食物經過加工製造，取走其中的營養素，然後又被政府強迫將這些經過加工的食物再添回原來的營養素，再也沒有比這個對文明的無知更諷刺的了！如果我們的食物沒有因為經過加工而剝奪了營養素，我們也不需要特別補充什麼。癌症病人在 VitB17 之外的補品還有維他命，如 VitC 可以補充 7-8 克的量也沒問題（一般正常量為 2-3 克）。人猿維生素 C 一天正常的攝取量 5-6 克，此外牠們每日從大自然中也攝取了 100-125 毫克的 VitB17，和宏薩人一樣，這些人猿也不得癌症。野生熊也不得癌症，然而在聖地牙哥動物園內的熊，每十隻就有七隻得癌症。因為野生熊是雜食動物，牠們吃很多野莓子，而幾乎所有的野生水果都含 B17。我們的食物已經遠離自然了，我們吃的水果是多年的改良品種，已缺乏 VitB17 了。為了攝取足夠的 B17，只有食用足量的水果仁或 B17 製劑。對癌症而言，我們都是業餘人士，然而在推廣 VitB17 運動的人當中，有些人的知識遠超過某些最先進癌症機構？塌滷 M 家，使他們自己及家人免死於癌症且活得很好。各位對 B17 有越多疑問越好，因為我們是在講真正的科學，十年來沒有一個合理的療法可以取代 VitB17 解決癌症的地位，這才是科學及事實。這篇擲地有聲的演講是否可以啟發我們對癌症，乃至於疾病另一種思考方向呢？戴氏還列出世界各地在 VitB17 領域的醫學專家，如：德國的漢斯？尼佩醫師 Hans Neiper 曾為鈷療法及癌症藥 Cyclophosphamide 的先驅；加拿大的柏季安 NR Bouziane 醫生；菲律賓國家科學院院士的曼鈕？那華柔教授 Manual Navarro；墨西哥癌症治療頂尖之一的恩內斯托？康卻柔教授 Ernesto Contreras，畢業於哈佛醫學院；義大利的伊托？鳩德惕教授 Ettore Guidetti 及美國的小克雷布斯博士、哈若？曼訥醫師、迪恩？柏克醫師 Dr.... Dean Burk、約翰？李察森醫師 Dr. John A. Richardson 等等。

維生素 B17 與癌症預防及治療

http://www.ehornbill.com/ehcms/index.php?option=com_content&view=article&id=3754:2011-06-29-07-51-52&catid=67:2010-01-19-16-06-27&Itemid=90

維生素 B17 在癌症治療方面有特殊的作用。維生素 B17 是一種水溶性、無毒性的醣化合物，存在於自然界約 800 種的植物中，許多種可以食用。



有關 Vit B17

癌症在幾十年前早就有解了，只是真相一直被隱瞞，直到網際網路的發展，這個的解答才漸漸流傳開來。要破解癌症-最重要的就是要在短期內儘可能攝取到最大量的 B17。

許多醫生自己得了癌症，他們不會去做化療

在七百億美元的化療工業的今天，依靠癌症討生活的人數比死於癌症的人還多。

許多醫生個人對癌症的觀點，與大眾所認知的資訊，有如天壤地別。」「如果他們自己得了癌症，他們不會做化療！即使癌細胞對化療有反應，但是腫瘤局部或完全的縮小，並不會延長病人的存活率。有時候癌症復發反而更加肆虐，因為化療助長抗療癌細胞的生成。」

畢爾德及克雷布斯父子發現：

- 1, 身體內有許多細胞還處於原生胚胎期的階段，這些細胞是用來修復組織的，依照特別的形態遺傳刺激，它們可以分化為身體的任何組織、器官、血液、或頭髮。
- 2, 當我們的身體受到損害，**動情激素**便會刺激這些細胞來修復受傷的地方，修復好了則由胰腺酵素來關掉修復工程。
- 3, 如果沒有關掉這個修復動作，這些細胞就會因不斷地漫無法紀的分裂修復而形成腫瘤或癌症。
- 4, 換言之，癌症是身體自己產生的，而非外來物，而且它可以名正言順的以修復工程的名義來逃避免疫系統的監視。

5, 如若胰腺酵素不足以關掉該項修補, 腫瘤就會產生在那部位。現代各工業國家的污染所產生的幾萬種人造、有害的化學物質, 會造成身體的損傷, 所損傷的部位創造了修復條件, 若此處一直不斷地受到傷害, 一直不斷地修補, 要是胰腺酵素不足以關掉該項修補, 就決定腫瘤產生的部位。

6, 這時飲食中如有足夠的 VitB17, 它就能提供了身體的第二道防線。

7, 如果免疫系統低落, 又沒有攝取足夠的 VitB17, 癌症就慢慢潛伏形成。

野生動物很少得癌症

野生動物很少得癌症, 現代人飼養的動物因為飲食裡面沒有攝取足夠的 VitB17, 所以容易罹癌。常見貓狗生病時, 他們都到外面去吃草, 這是動物的本能, 我們人類的本能呢?

杏仁的用法

克雷布斯 Dr. Krebs 博士建議:

1, 成人每日 10 粒來預防癌症,

2, 每日 30-50 粒為癌症病人的營養補充品。

少數癌症病人吃了杏仁會有噁心反應, 診療中心建議減少食用量, 讓身體適應後再漸漸增加份量。並非所有的杏仁都有效, 必須是帶點苦味, 才表示確實含有 VitB17, 例如中藥中的北杏即含有 B17。

其他含豐富 VitB17 的有:

桃子種仁、蘋果種籽、美國棗子種仁、李子種仁、櫻桃種仁、及油桃種仁。

其他含有 B17 的食物還包括:

小米 millet、蕎麥 buckwheat、夏威夷豆 macadamia nuts、竹筍、綠豆、利馬豆、青豆、某些品種的豌豆等等。

木瓜及鳳梨中含有胰島酵素

如果無法買到酵素，可由我們日常的食物中攝取。食物中含有胰島酵素的有木瓜及鳳梨。

癌症病人最好每天食用木瓜及半個鳳梨。

最好從食物中攝取維生素 C

化學合成的維生素 C 可能有問題，所以最好從食物中攝取，或購買天然植物提煉的維生素 C

缺乏胰島酵素，癌症細胞就可以躲過免疫系統的監視

醫師要求他的病人吃素及改變飲食習慣，不准吃肉，他認為病人已經缺乏胰臟酵素了，不能再吃肉來消耗更多的胰臟酵素，缺乏胰島酵素，癌症細胞就可以躲過免疫系統的監視。如果他的病人偷偷吃肉、或回家後繼續原來不正常的飲食習慣，癌症就會復發，病人又回來找他。

如果來得及，他再使用 VitB17 及代謝療法治療病人，病情又好轉回家，通常病人這時真的學乖了，不敢再吃動物製品

用苦杏仁酞治腫瘤

古老的中國、希臘、羅馬和阿拉伯醫生，用苦杏仁酞治腫瘤，中醫傳統上用苦杏仁的劑量是 3-9 公克沖泡，因苦杏仁有毒性，過量可中毒致死。

最方便的來源則是水果的種仁。

癌症為慢性代謝疾病是無庸置疑的。它不是由病毒或細菌所引發的傳染病，而是源於代謝問題，和身體的食物利用有關。大多數的代謝病主要基於食物中缺乏某種特定的維生素及礦物質。

由於飲食中缺乏這種抗癌變的 VitB17，我們的社會每三個家庭就有一个人得癌症。而實際上的發生率可能更高，原因是等到癌症能被測出來，該病人其實罹癌已經很久了；也有很多病人身上早有癌症，但是在它長到被測出來之前，病人死於意外或其他因素。

慢性及代謝病永遠無法從身體之生物經驗以外的藥物來控制、預防或治療。

世界上沒有一種藥物或化學劑可以讓我們更健康、有適應力、更有智慧或更長壽。自然界沒有這樣的藥物或分子，除非那個分子在正常的食物中就已存在。

當我們吃得少，頭腦就會清楚一些；反之，飽食終日後，人就開始胡思亂想，造成生理、心理及靈性的困擾。

野生熊也不得癌症，然而在聖地牙哥動物園內的熊，每十隻就有七隻得癌症。因為野生熊是雜食動物，牠們吃很多野莓子，而幾乎所有的野生水果都含 B17。我們的食物已經遠離自然了，我們吃的水果是多年的改良品種，已缺乏 VitB17 了。

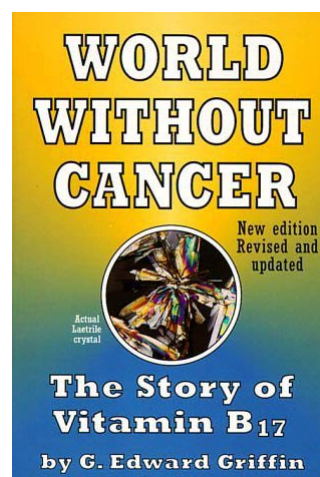
美國防癌協會的統計資料顯示，癌症為美國人的頭號殺手(也是台灣民眾的第一死因)；每三人就有一人會得到癌症；若持續發展下去，到下個世紀，癌症的致病率是 100%。

《無癌症的世界--維生素 B17 的故事》

(World Without Cancer-The Story of Vitamin B17)

美國作家艾德華·葛雷分(Edward Griffin)在《無癌症的世界》(World without Cancer)一書中，透露了美國現代醫學的轉變，以及醫藥學界對疾病的觀念。

話說 1950 年代，一位生化學家小恩斯特·克雷布斯(Ernst T. Krebs, Jr.)分離出一個新的維生素 B17(Vitamin B17)，又稱為"力而卓"(Laetrile) 、"阿米達靈"(amygdalin)。他當時不清楚自己掀起了什麼樣的漣漪，雖然至今許多人仍相信克雷布斯找到了癌症的療法，然而跨國際的大製藥廠因為無法申請專利或壟斷維生素 B17 的使用，故而對維生素 B17 發起了空前的惡毒攻擊宣傳，即使事實證明它對於各種癌症有療效。



克雷布斯和他的父親也是將維生素 B15(Pangamic acid)應用在醫學上的先驅。他在二次世界大戰前的研究，主要集中在酵素及其在癌症治療上的應用等方面的知識，這些酵素包括：鳳梨酵素(bromelain)，chymotrypsin，和木瓜酵素(papain)。父子兩位至今被仍公認為維生素 B17(維生素 B17)在癌症治療機轉方面的先驅。維生素 B17 是一種水溶性、無毒性的醣化合物，存在於自然界約 800 種的植物中，許多種可以食用。含豐富維生素 B17 的來源，最常見於非柑橘屬水果的種子中，如：櫻桃、油桃、桃子、李子及蘋果等，而以杏子(apricot)的種子含量最豐，約有百分之 2 至 2.5。

根據葛雷芬斯《無癌症的世界》一書，克雷布斯研究之脈絡溯源自二十世紀初葉，愛丁堡大學教授約翰·畢爾德(John Beard)提出癌症的營養細胞球(trophoblast)推論。畢氏的研究發現懷孕初期的原始胚胎細胞(pre-embryonic cells)亦即營養細胞球與惡性腫瘤細胞沒有區別。營養細胞球為胚胎成長所必需的，但是在懷孕期的第 56 天，胎兒的新胰臟開始分泌 chymotrypsin 酵素，從那時之後，營養細胞球的增生就被阻止。葛氏寫道：「營養細胞球在懷孕初期確實具有癌細胞的特徵，因為它會很快速地增生及蔓延，最後它著床於子宮壁上形成胎盤，讓胚胎可以得到母體的保護和營養。」

營養細胞球是另一種細胞經由一連串的步驟所形成的，葛氏將之簡化為「完全生命」細胞(total life cell)(有點像現在最熱門的乾細胞)，它可以分化為任何一種器官或組織，乃至一個完整的胚胎。當完全生命細胞被男女皆有的動情激素啟發而開始製造營養細胞時，有兩種結果可能發生。第一，如果是在懷孕的情況下，結果就會形成胎盤及臍帶；第二，如果營養細胞是在修補的情況下被啟動，結果就是癌細胞的形成。葛氏補充：「更正確的說法應該是，如果細胞修復工程沒有結束的話，就形成癌。」

營養細胞球分泌的絨毛刺激生殖激素(chorionic gonadotrophin - HCG)，可以自尿液中測出來，準確度 92%。假設檢驗呈陽性的話，葛氏說：「若是女性，她如果不是懷孕，就是罹癌；如果是男性的話，只有一種可能——癌。」然而醫學界明知此檢驗法簡易卻棄之不用，而採用危險性高的穿刺手術，造成某些癌細胞因而擴散到全身。

克雷布斯自杏果種仁分離出維生素 B17，將之合成結晶以供人體使用，並命名為「利而卓」。此化合物是由一分子氰化氫(hydrogen cyanide)結合一分子具止痛作用的苯乙醛(benzaldehyde)加兩分子葡萄糖所形成的。雖然前兩者分開來的毒性很強，但是它們結合在維生素 B17 的分子裏卻十分穩定且無毒性。克氏發現，要將兩者結合鍵打開，只有一種叫 beta-glucosidase 的葡萄糖酵素；這種酵素雖然分佈於人體，但是在腫瘤處卻是含量特別高。所以癌細胞所分泌的 beta-glucosidase 酵素一旦打破了維生素 B17 的結合鍵，釋放出氰化氫及苯乙醛，兩者毒分子加在一起毒性更是超強，癌細胞就死在它們自己選擇的維生素 B17 手裏。

在治療與預防人類及哺乳類的癌症方面，利而卓(維生素 B17)是第一，也是最後的希望，此真理至今未變。因為利而卓是一種維生素，屬於 B 群的第十七個維生素。

我們常聽到維生素 B17 大量應用在癌症末期，然而最好是使用於癌病未發之前，也就是現在。你現在就可以開始吃常見水果的種仁，比如：杏子和桃子的種仁含約 2 %的維生素 B17，而小如蘋果的種籽也有相同的含量；其他如棗子、李子、櫻桃及油桃亦有 B17。北半球唯一不含 B17 的普通水果為柑桔類，這是人工選種、混種栽培的結果；而非洲大陸的柑桔類仍然含有 B17。

另兩種富含 B17 的來源為：穀類的小米 (millet) 及蕎麥 (buckwheat)、珍貴的夏威夷豆 (macadamia)、竹筍、綠豆、利馬豆、奶油豆 (butter beans) 及某種豌豆等也含有豐富的 B17。最方便的來源則是水果的種仁。

宏薩族九百多年來沒有一個癌症病例，他們每天自天然食物中攝取到大約 50~75 毫克的 B17。其所居住的地方歷來就被稱為杏子王果，每到杏子季節，宏薩人連吃三個月的杏子，其他時間則吃杏子果乾。他們不光只吃果肉，而是連果仁一塊吃，所以每日攝取量超過 50~75 毫克。反觀我們西方國家的人一年都還吃不到這個量呢！以至於逐漸發展成嚴重的維生素 B17 缺乏症。由於飲食裏缺乏這種抗癌變的維生素 B17，我們的社會每三個家庭就有一個人得癌症。而實際上的發生率可能更高，原因是等到癌症能被測出來，該病人其實罹癌已經很久了；也有很多病人身上早有癌症，但是在它長到被測出來之前，病人死於意外或其他因素。

癌症為慢性代謝疾病是無庸置疑的。它不是由病毒或細菌所引發的傳染病，而是源於代謝問題，和身體的食物利用有關。大多數的代謝病主要基於食物中缺乏某種特定的維生素及礦物質。讓我向各位報告一個明確的公理，它是不矛盾、科學的及有歷史性的。那就是：醫學史上沒有一種代謝慢性病可以被預防或治療，除非從屬於人類或動物正常飲食中的某些元素中求得。亦即在許多致命性的疾病尚未被了解前，人類可以由食物中攝取某些要素來補充及防止病發。

各位可能都了解歷史上記載的一種病--壞血症與大英帝國崛起的關係（請閱上期雜誌）。在 VitC 尚未被加到船上的飲食時，常有 3 / 4 的水手於航海末期病倒，而在上岸後，因為攝取到新鮮的蔬菜水果，神秘的壞血症又治癒了。

惡性貧血的致死率曾達 98~99 %，當時的醫學界對它完全束手無策，直到莫非 (Murphy)、薛波 (Shipple) 及敏諾特 (Minot) 醫生們開始他們的經典研究，發現惡性貧血與營養缺乏有關。他們在加州大學發現一種簡單的方法，可以預防及治療這種病。他們對病人說：『到市場肉攤買 1 / 4 磅新鮮的肝臟，把它研碎、稍微煮一下後，連續三天，每天吃一湯匙。』遵從醫囑的病人都康復了，但是這三位醫生卻得到庸醫的污名。後來化學界研究生肝臟，發現維生素 B12 及葉酸（如 B17 一樣，B12 分子也含有氰化物）可以治療惡性貧血。

如今一九七四年，無知封閉的人卻認為，僅僅吃些水果籽就可以預防某些如惡性貧血一樣無解的病，簡直是天方夜譚。然而科學真理並非建立於有否誠信之上，而為『非是即非』的。所有的水果籽或果仁都含有抗癌的維生素 B17，這是科學真理。如果我們每天攝取適量的 B17 維生素，就可以預防癌症，亦如維生素 C 可以預防壞血症或維生素 B12 預防惡性貧血一樣。

因此人類欲控制任何一種慢性或代謝疾病，一定得從生物有機體本身之生物經驗中求得。慢性及代謝病永遠無法從身體之生物經驗以外的要素（如藥物）來控制、預防或治療。醫學史上從來未曾發現任何一個非生物體所需的外來物質不會傷害生物體的。也就是說，凡是生物經驗之外的東西，都會傷害身體。世界上沒有一種藥物或化學劑可以讓我們更健康、有適應力、更有智慧或更長壽。自然界沒有這樣的藥物或分子，除非那個分子在正常的食物中就已存在。這也許是為什麼 B17 有這麼多抗拒的理由之一。

維生素 B17 與癌症治療

<http://beta.wikiversity.org/wiki/%E7%BB%B4%E7%94%9F%E7%B4%A0B17%E4%B8%8E%E7%99%8C%E7%97%87%E6%B2%BB%E7%96%97>

癌症已經有解-- [維生素B17](#)

——珍貴又真實的資料

[癌症](#)在幾十年前早就有解了，只是真相一直被隱瞞，直到因特網的發展，這個的解答才漸漸流傳開來。如果你有癌症，最重要的就是要在短期內盡可能攝取到大量的[VitB17 \(苦杏仁苷 \)](#)。在七百億美元的[化療](#)工業的今天，依靠癌症討生活的人數比死於癌症的人還多。

許多醫生個人對癌症的觀點，與大眾所認知的信息，有如天壤地別。如果他們自己得了癌症，他們不會做化療！即使癌細胞對化療有反應，但是腫瘤局部或完全的縮小，並不會延長病人的存活率。有時候癌症復發反而更加肆虐，因為化療助長抗療癌細胞的生成。

畢爾德及克雷布斯父子發現，身體內有許多細胞還處於原生胚胎期的階段，這些細胞是用來修復組織的，依照特別的形態遺傳刺激，它們可以分化為身體的任何組織、器官、血液、或頭髮。當我們的身體受到損害，動情激素便會刺激這些細胞來修復受傷的地方，修復好了則由胰腺酵素來關掉修復工程。如果沒有關掉這個修復動作，這些細胞就會因不斷地漫無法紀的分裂修復而形成腫瘤或癌症。

換言之，癌症是身體自己產生的，而非外來物，而且它可以名正言順的以修復工程的名義來逃避免疫系統的監視。

又工業國家的污染所產生的幾萬種人造、有害的化學物質，會造成身體的損傷，所損傷的部位創造了修復條件，若此處一直不斷地受到傷害，一直不斷地修補，要是胰腺酵素不足以關掉該項修補，就決定腫瘤產生的部位。

這時飲食中如有足夠的[VitB17](#)，它就能提供了身體的第二道防線。如果免疫系統低落，又沒有攝取足夠的[VitB17](#)，癌症就慢慢潛伏形成。美國每年約有 800 萬人住院，其中有 32 萬人是因為醫療意外造成，4 萬人死亡，2 萬人永久傷害。當然也有許多醫師在其崗位上兢兢業業，以病人的健康為第一優先。

代謝療法也可以治療動物的癌症，野生動物很少得癌症，現代人飼養的動物因為飲食沒有足夠的 [VitB17](#)，所以容易罹癌。常見貓狗生病時，他們都到外面去吃草，這是動物的本能，我們人類的本能呢？

杏仁的用法

克雷布斯 Dr. Krebs 博士建議成人每日 10 粒來預防癌症，每日 30-50 粒為癌症病人的營養補充品。

少數癌症病人吃了杏仁會有噁心反應，診療中心建議減少食用量，讓身體適應後再漸漸增加份量。

並非所有的杏仁都有效，必須是帶點苦味，才表示確實含有 [Vit! B17](#)，例如中藥中的北杏即含有 [B17](#)。

其它含豐富 [VitB17](#) 的有：桃子種仁、蘋果種籽、美國棗子種仁、李子種仁、櫻桃種仁、及油桃種仁。

其它含有 B17 的食物還包括：

小米 millet、蕎麥 buckwheat、夏威夷豆 macadamia nuts、竹筍、綠豆、利馬豆、青豆、 某些品種的豌豆等等。

如果無法買，可由我們日常的食物中攝取，食物中含有胰島酵素的有木瓜及菠蘿。癌症病人最好每天食用木瓜及半個菠蘿。

化學合成的維生素 C 可能有問題，所以最好從食物中攝取，或購買天然植物提煉的維生素 C。

以下介紹幾個富含 VitB17 的飲食：

一、五穀粥：

基本材料：

1. 穀類（一碗） 大麥、薏仁、小米、糙米、蕎麥、玉米、裸麥、燕麥、野米等
2. 種子類（一湯匙） 亞麻仁子、葵瓜子、南瓜子、芝麻等

可以任選單種或多種穀類加單種或多種種子。兩類可以先發芽或分別浸水過夜，之後加在一起以果汁機打碎後，放在鍋內煮熟。吃時可以搭配 Miso、海帶芽、紅海藻、海鹽、北杏、啤酒酵母、小麥胚芽、卵磷脂及堅果（泡水過夜）等。

二、麥果殼：

以上基本材料任選乙種為主（如壓扁的燕麥）加上其它多種種子及堅果類如杏仁、杏子果仁、松子等各少許，放入一個大碗。在另一個碗放入 1 杯蘆粟甘蔗糖漿（sorghum cane syrup）及 1 杯有機冷壓葵花子油調勻。將兩個碗內的東西合併，拌好後攤在餅乾油紙上，放入 300°F 烤箱烤 15-25 分鐘或直到略帶金黃色。冷卻後存入罐內，放在陰涼處。吃時可以加入豆漿、水果乾或者乾吃。

三、乾飯：

以上穀類材料也可以煮成乾飯。此時若加入浸水過夜的豆類如：大豆、利馬豆及扁豆等，就使蛋白質的組合完美。其中蕎麥、小米、利馬豆、蠶豆、扁豆、埃及豆富含 B17。

四、泡飯：

以上材料也可以煮成泡飯。此時可以隨意加入芹菜粒、玉米粒、胡蘿蔔粒、荸薺、蠶豆、蕃茄、香菇粒及富含 B17 的筍尖及綠豆芽等；又可以調味成地中海式（加入意大利香菜、羅勒、百里香、月桂冠、九層塔等）、墨西哥式（加入紅椒、墨西哥辣椒）或自己喜愛的口味。

五、西式吃法：

以豆類（如埃及豆、蠶豆、利馬豆等）為主要材料，加入 1/4 等份的穀類（如珍珠大麥、野米等）及蔬菜類、香料，煮成一道菜或濃湯。

六、水果點心：

來自海洋的洋菜是 B17 絕佳的來源之一，將洋菜於水中煮熟溶解後，可以搭配各種富含 B17 的莓果如：野黑莓、野生酸蘋果 wild crabapple、瑞典曼越橘、桑椹 mulberry、大楊莓、草莓等及各色水果（如：蘋果連籽、杏子、櫻桃、油桃、桃子、梨、李子、棗子的種仁富含 B17）做成果凍。此外西貢米凍或西米露也是 B17 來源之一。

七、B17 雞尾酒或精力湯：

1 杯苜宿芽 1 杯有機蘋果汁 10 粒蘋果籽 12 顆生杏仁 4 嫩枝意大利香菜 4 嫩枝薄荷加半杯水，入果汁機打成汁。
以上材料可以新鮮水果如菠蘿或木瓜取代或加入蘋果汁，還可以加杏子果仁、小紅莓、幹杏子、堅果、種子、海帶芽、綠色蔬菜等。

其它如色拉、主菜或家常菜等，可以配入富含 B17 的蔬菜如：西洋菜、菠菜、筍尖、苜宿芽、綠豆芽、蕎麥芽、埃及豆芽等，就等您發揮創意及變化囉！

醫師要求他的病人吃素及改變飲食習慣，不准吃肉，他認為病人已經缺乏胰臟酵素了，不能再吃肉來消耗更多的胰臟酵素，缺乏胰島素，癌症細胞就可以躲過免疫系統的監視。如果他的病人偷偷吃肉、或回家後繼續原來不正常的飲食習慣，癌症就會復發，病人又回來找他。

如果來得及，他再使用 VitB17 及代謝療法治療病人，病情又好轉回家，通常病人這時真的學乖了。不敢再吃動物製品！古老的中國、希臘、羅馬和阿拉伯醫生，用苦杏仁酞治腫瘤，中醫傳統上用苦杏仁的劑量是 3-9 公克沖泡，因苦杏仁有毒性，過量可中毒致死。

最方便的來源則是水果的種仁。

癌症為慢性代謝疾病是無庸置疑的。它不是由病毒或細菌所引發的傳染病，而是源於代謝問題，和身體的食物利用有關。大多數的代謝病主要基於食物中缺乏某種特定的維生素或礦物質。

由於飲食中缺乏這種抗癌變的 VitB17，我們的社會每三個家庭就有一个人得癌症。而實際上的發生率可能更高，原因是等到癌症能被測出來，該病人其實罹癌已經很久了；也有很多病人身上早有癌症，但是在它長到被測出來之前，病人死於意外或其它因素。

慢性及代謝病永遠無法從身體之生物經驗以外的藥物來控制、預防或治療。

世界上沒有一種藥物或化學劑可以讓我們更健康、有適應力、更有智慧或更長壽。自然界沒有這樣的藥物或分子，除非那個分子在正常的食物中就已存在。

當我們吃得少，頭腦就會清楚一些；反之，飽食終日後，人就開始胡思亂想，造成生理、心理及靈性的困擾。

野生熊也不得癌症，然而在聖地亞哥動物園內的熊，每十隻就有七隻得癌症。因為野生熊是雜食動物，牠們吃很多野莓子，而幾乎所有的野生水果都含 B17。我們的食物已經遠離自然了，我們吃的水果是多年的改良品種，已缺乏 VitB17 了。美國防癌協會的統計數據顯示，癌症為美國人的頭號殺手(也是台灣民眾的第一死因)每三人就有一人會得到癌症；若持續發展下去，到下個世紀，癌症的致病率是 100%。

癌症有解 - 珍貴又真實

m.landagent.com.tw/A37/show_doc_file.asp?files_path=A37&f...

去年才公布的 珍貴又真實的資料

癌症在幾十年前早就有解了，只是真相一直被隱瞞，直到網際網路的發展，這個的解

答才漸漸流傳開來。如果你有癌症，最重要的就是要在短期內儘可能攝取到最大量 B17。在七百億美元的化療工業的今天，依靠癌症討生活的人數比死於癌症的人還多。許多醫生個人對癌症的觀點，與大眾所認知的資訊，有如天壤地別。」「如果他們自己得了癌症，他們不會做化療！即使癌細胞對化療有反應，但是腫瘤局部或完全的縮小，並不會延長病人的存活率。有時候癌症復發反而更加肆虐，因為化療助長抗療癌細胞的生成。」

畢爾德及克雷布斯父子發現，身體內有許多細胞還處於原生胚胎期的階段，這些細胞是用來修復組織的，依照特別的形態遺傳刺激，它們可以分化為身體的任何組織、器官、血液、或頭髮。

當我們的身體受到損害，動情激素便會刺激這些細胞來修復受傷的地方，修復好了則由胰腺酵素來關掉修復工程。如果沒有關掉這個修復動作，這些細胞就會因不斷地漫無法紀的分裂修復而形成腫瘤或癌症。換言之，癌症是身體自己產生的，而非外來物，而且它可以名正言順的以修復工程的名義來逃避免疫系統的監視。又工業國家的污染所產生的幾萬種人造、有害的化學物質，會造成身體的損傷，所損傷的部位創造了修復條件，若此處一直不斷地受到傷害，一直不斷地修補，要是胰腺酵素不足以關掉該項修補，就決定腫瘤產生的部位。這時飲食中如有足夠的 VitB17，它就能提供了身體的第二道防線。如果免疫系統低落，又沒有攝取足夠的 VitB17，癌症就慢慢潛伏形成。

美國每年約有 800 萬人住院，其中有 32 萬人是因為醫療意外造成，4 萬人死亡，2 萬人永久傷害。當然也有許多醫師在其崗位上兢兢業業，以病人的健康為第一優先。

代謝療法也可以治療動物的癌症，野生動物很少得癌症，現代人飼養的動物因為飲食沒有足夠的 VitB17，所以容易罹癌。

常見貓狗生病時，他們都到外面去吃草，這是動物的本能，我們人類的本能呢？

杏仁的用法

克雷布斯 Dr. Krebs 博士建議成人每日 10 粒來預防癌症，每日 30-50 粒為癌症病人的營養補充品。少數癌症病人吃了杏仁會有噁心反應，診療中心建議減少食用量，讓身體適應後再漸漸增加份量。並非所有的杏仁都有效，必須是帶點苦味，才表示確實含有 VitB17，例如中藥中的北杏即含有 B17。

其他含豐富 VitB17 的有：桃子種仁、蘋果種籽、美國棗子種仁、李子種仁、櫻桃種仁、

及油桃種仁。其他含有B17 的食物還包括：小米millet、蕎麥buckwheat、夏威夷豆 macadamianuts、竹筍、綠豆、利馬豆、青豆、某些品種的豌豆等等。如果無法買到酵素，可由我們日常的食物中攝取。食物中含有胰島酵素的有木瓜及鳳梨。 癌症病人最好每天食用木瓜及半個鳳梨。

化學合成的維生素 C 可能有問題，所以最好從食物中攝取，或購買天然植物提煉的維生素 C。

醫師要求他的病人吃素及改變飲食習慣，不准吃肉，他認為病人已經缺乏胰臟酵素了，不能再吃肉來消耗更多的胰臟酵素，缺乏胰島酵素，癌症細胞就可以躲過免疫系統的監視。如果他的病人偷偷吃肉、或回家後繼續原來不正常的飲食習慣，癌症就會復發，病人又回來找他。如果來得及，他再使用VitB17 及代謝療法治療病人，病情又好轉回家，通常病人這時真的學乖了，不敢再吃動物製品。

古老的中國、希臘、羅馬和阿拉伯醫生，用苦杏仁酞治腫瘤，中醫傳統上用苦杏仁的劑量是 3-9 公克沖泡，因苦杏仁有毒性，過量可中毒致死。

最方便的來源則是水果的種仁。

癌症為慢性代謝疾病是無庸置疑的。它不是由病毒或細菌所引發的傳染病，而是源於代謝問題，和身體的食物利用有關。大多數的代謝病主要基於食物中缺乏某種特定的維生素及礦物質。

由於飲食中缺乏這種抗癌變的 VitB17，我們的社會每三個家庭就有一个人得癌症。而實際上的發生率可能更高，原因是等到癌症能被測出來，該病人其實罹癌已經很久了；也有很多病人身上早有癌症，但是在它長到被測出來之前，病人死於意外或其他因素。

慢性及代謝病永遠無法從身體之生物經驗以外的藥物來控制、預防或治療。

世界上沒有一種藥物或化學劑可以讓我們更健康、有適應力、更有智慧或更長壽。自然界沒有這樣的藥物或分子，除非那個分子在正常的食物中就已存在。

當我們吃得少，頭腦就會清楚一些；反之，飽食終日後，人就開始胡思亂想，造成生理、心理及靈性的困擾。

野生熊也不得癌症，然而在聖地牙哥動物園內的熊，每十隻就有七隻得癌症。因為野生熊是雜食動物，牠們吃很多野莓子，而幾乎所有的野生水果都含

B17。我們的食物已經遠離自然了，我們吃的水果是多年的改良品種，已缺乏VitB17了。

美國防癌協會的統計資料顯示，癌症為美國人的頭號殺手(也是台灣民眾的第一死因)；每三人就有一人會得到癌症；若持續發展下去，到下個世紀，癌症的致病率是 100%。

中國古代的名醫常以杏仁治病,因此人們讚揚良醫常稱--杏林春暖

防癌的营养素 --- 維生素 B17

美國舊金山的克萊博士 維生素 B17 (Dr.Ernst Krebs)

維生素 B17 是防癌的第二道防線。根據美國舊金山的克萊博士 (Dr.Ernst Krebs)控制癌症的理論研究,癌症可以看做是一種多元缺乏症(deficiency disease),癌症患者多數缺乏兩種營養素:消化蛋白質的胰酵素和維生素 B17 .維生素 B17 只對癌細胞具有毒性,會選擇破壞癌細胞,而對正常的組織則不會造成傷害,維生素 B17 最好食物來源計有：綠豆、皇帝豆、洋扁豆、桃、李、杏、櫻桃、蘋果等,而其中又以綠豆芽及洋扁豆維生素 B17 的最佳來源。

苦味食物中含有為數較高的氨基酸，那是人類生長發育和健康延壽不可缺少的營養物質。西方學者曾對 40 多種氨基酸的味道進行過測試和分析，他們發現，其中有苦味的竟達 20 多種，都是人類生長發育和健康延壽不可缺少的營養物質。

某些苦味的植物，是維生素 B17 的重要來源。維生素 B17 的主要成分是氰化物、苯甲醛和葡萄糖。其中的氰化物，它的化學性質並不活潑。對於正常的人體細胞，它是不起破壞作用的，但對癌細胞卻能產生較強的殺傷力。

苦味食物與人的精神活動的關係也極為密切。以帶苦味的巧克力、咖啡、茶葉、啤酒為例，因為其中含有一定數量的可哥鹼和咖啡因，故使人產生提神、醒腦、舒適輕鬆的感覺。這對消除疲勞、恢復精力是十分有益的。此外，苦味食物有解濕除燥、促進分泌的功效，當熱天人體消化功能出現障礙、味覺衰退和減弱時，吃點苦味食物就會使之恢復正常。

一、富含維他命 B17 的蔬菜：西洋菜、菠菜、筍尖、苜蓿芽、綠豆芽、蕎麥芽、埃及豆芽。

二、富含維他命 B17 的莓果：野黑莓、野生酸蘋果(wild crabapple)、瑞典蔓越橘、桑椹(mulberry)、大楊莓、草莓。

三、富含維他命 B17 的水果種仁：蘋果連籽、杏子、櫻桃、油桃、桃子、梨、李子、棗子的種仁。



苦杏仁 (laetrile, 或稱 amygdalin) 亦即是維他命 B17, 在一千二百多種植物內都找得到, 特別是杏仁及桃仁之中。我們身體將它分解, 釋放出山埃, 以毒攻毒, 將癌細胞消滅。據目前研究所知, 維他命 B17 對於醫治乳癌、骨癌、肺癌等都有效, 但血癌患者則無反應。