



تغذية علاجية على أساس فردية كيميائية حيوية

يمكن إعادة طبع هذه المقالة مجانًا بشرط

1. أن يكون هناك إسناد واضح إلى "خدمة أخبار طب التصحيح الجزيئي" Orthomolecular Medicine News Service
2. أن يتم تضمين كلاً من رابط الاشتراك المجاني في "خدمة أخبار طب التصحيح الجزيئي" <http://orthomolecular.org/subscribe.html> وكذلك رابط أرشيف "خدمة أخبار طب التصحيح الجزيئي" <http://orthomolecular.org/resources/omns/index.shtml>

للنشر الفوري

خدمة أخبار طب التصحيح الجزيئي ، 1 يناير ، 2025

رسالة رأس السنة من رئيس تحرير خدمة أخبار طب التصحيح الجزيئي إلى قرائنا

ريتشارد ز. تشينغ، دكتوراه في الطب، دكتوراه

أعزائي القراء،

مع دخولنا عامًا جديدًا، أود أن أعتنم هذه الفرصة للتفكير في الرحلة القادمة والقيم التي توجه عملنا في خدمة أخبار طب التصحيح الجزيئي. في وقت سابق من هذا العام، تشرفت وشعرت بالتواضع لقبول دور رئيس التحرير، عقب الوفاة المفاجئة لسلفي، المعروف بـ "رجل الفيتامينات"، د. أندرو سول .

بعد شهور قليلة فقط، أصابتنا خسارة عظيمة أخرى برحيل د. مايكل غونزاليس، ناشط لا يكل ومؤيد متحمس لطب التصحيح الجزيئي .

تُذكرنا وفاة كلاهما في وقت مبكر بأهمية مهمتنا الحاسمة: أن نعيش حياة أكثر صحة وسعادة وطولاً. لقد ترك شغفهم، وشجاعتهم، والتزامهم الثابت تجاه طب التصحيح الجزيئي أثراً لا يزول في هذا المجال وفي كل من يسعى لأن يحذو حذوهم. نحن، كمؤمنين، وممارسين، ومؤيدين لطب التصحيح الجزيئي، يجب أن نكون قدوة، موضحين أن المبادئ التي ندافع عنها ليست مجرد أماني بل هي قابلة للتحقيق .

عاش عمالقة مثل د. لاينوس بولنغ (الحائز على جائزة نوبل)، د. أبراهام هوفر، د. بروس آيمز، د. إروين كاهان، د. روجر ويليامز، د. ويليام ماكورميك، د. ويليام كوفمان، د. ألبرت فون سينت-جورجي (الحائز على جائزة نوبل)، د. كورنيليس مورمان، ود. جوزيف إيسلز—جميعهم أعضاء في قاعة مشاهير طب التصحيح الجزيئي—عاشوا حياة منتجة حتى التسعينيات من أعمارهم، مما يجسد وعد طب التصحيح الجزيئي وإمكاناته لتحقيق طول العمر. ويواصل د. كين ووكر، محرر مساهم في OMNS وعمره 101 عام، الازدهار والإلهام. تلهمنا حياتهم للمضي قدماً، مع احترام إرثهم والبناء على الأساس القوي الذي وضعوه .

1. المثابرة في مواجهة التحديات

كما أظهر يسوع في لوقا 13:31-35، فإن العزيمة في وجه المعارضة ضرورية لتحقيق المهمة. لقد واجه طب التصحيح الجزيئي الشكوك والتحديات، لكن أساسه العلمي القوي والكم المتزايد من الأدلة يتطلبان منا المثابرة. هذا العام، أجدد التزامي بهذه المهمة، تكريماً لمن سبقونا، مع الاستمرار بعزيمة وإيمان .

2. هبة الاستمرار: هل سنستمر بقوة؟

مع دخولنا عام 2025، لنسأل أنفسنا: "هل سنستمر بقوة؟" البداية مهمة، لكن الاستمرار هو المعيار الحقيقي للالتزام. في OMNS، هدفنا ليس فقط تقديم أفكار جديدة، بل ضمان تأثيرها الدائم. هذا العام، دعونا نحمل عمل د. بولينغ، د. هوفر، د. آيمز، د. سول، د. غونزاليس، والعديد من الآخرين من خلال الاستمرار فيما بدأوه—تعزيز الصحة والرفاهية على مستوى العالم، بدءاً من أنفسنا .

3. تجنب "يوم المستسلمين" (17 يناير)

الجمعة الثانية من يناير، المعروفة غالبًا بـ "يوم المستسلمين"، يذكّرنا بمدى سهولة انهيار القرارات. لحظات النقص لا مفر منها، لكن لا يجب أن تقودنا إلى الاستسلام. بدلاً من ذلك، دعونا نعتق التحديات كفرص للنمو. هذا العام، دعونا نظل راسخين، مع العلم أن المثابرة — وليس الكمال — هي التي تؤدي في النهاية إلى النجاح .

4. نهج "صندوق الأدوات" للصحة

طب التصحيح الجزيئي هو أساس نهجي للصحة، لكنني أيضًا أدعو إلى اعتماد طريقة أوسع تُسمى "صندوق الأدوات". يعني هذا دمج نظام غذائي يحتوي على المغذيات الأساسية مع استراتيجيات أخرى قائمة على الأدلة تتماشى مع مبادئ طب التصحيح الجزيئي. من تغييرات نمط الحياة إلى العلاجات التكميلية، هدفنا هو توفير الأدوات اللازمة لي ولقرائنا من أجل حياة أكثر صحة وسعادة وطولاً .

(مرجع: تشنغ، ر.ز. تحول طريقة التفكير في إدارة الأوبئة والأمراض المزمنة.

<https://orthomolecular.org/resources/omns/v20n23-ara.pdf>)

5. التركيز على ما هو أكثر أهمية

في عالم غالبًا ما ينتشنت بسبب الشهرة وكسب المال، يجب أن نعطي الأولوية لما يهم حقًا: السعي وراء الصحة، الغاية، والسعادة. حتى وإن لم ينل عملنا التقدير الواسع الفوري، سأظل مخلصًا لهذه المهمة، مركزًا على الأعمال التي تضيف قيمة حقيقية لحياتنا ولحياة الآخرين .

حمل الشعلة إلى الأمام

أثقلتنا جميعًا خسارة د. أندرو سول ود. مايكل غونزاليس، لكن إرثهما يلهمنا لحمل الشعلة قدمًا. لم يكونا مجرد عقول عبقرية، بل كانا أيضًا مؤيدين شجعان ومتفانون قد كرسوا حياتهما ليحظى طب التصحيح الجزيئي بالتقدم.

وقد أضيئت الشعلة التي حملوها أولاً على يد عمالقة مثل د. لاينوس بولينغ، د. أبراهام هوفر، ود. بروس آيمز. لقد أظهر هؤلاء الرواد لنا أن مبادئ طب التصحيح الجزيئي ليست مجرد نظريات بل هي تطبيقات عملية تؤدي إلى حياة أطول وأكثر صحة وإشباعًا .

رؤية للعام القادم

مع تقدمنا في عام 2025، دعونا نفعل ذلك بغاية، وسمود، والتزام قوي للاستمرار. معًا، يمكننا ضمان استمرار إرث طب التصحيح الجزيئي في النمو، ملهمين الأجيال القادمة ليعيشوا حياة أفضل، أطول، وأكثر إشباعًا .

شكرًا لكم على دعمكم المستمر. أتمنى لكم ولأحبائكم عامًا جديدًا صحيًا، سعيدًا، وذو معنى !

مع خالص التحيات،

ريتشارد ز. تشينغ، دكتوراه في الطب، دكتوراه

رئيس التحرير خدمة أخبار طب التصحيح الجزيئي

طب التغذية هو طب التصحيح الجزيئي

يستخدم طب التصحيح الجزيئي علاجًا غذائيًا آمنًا وفعالًا لمحاربة المرض. لمزيد من المعلومات :

<http://www.orthomolecular.org>

اعثر على طبيب

لتحديد موقع طبيب في التصحيح الجزيئي بالقرب منك:

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v06n09.shtml>

خدمة أخبار طب التصحيح الجزيئي التي تمت مراجعتها من قبل الأقران هي مصدر معلومات غير ربحي وغير تجاري.

مجلس مراجعة التحرير:

Jennifer L. Aliano, M.S., L.Ac., C.C.N. (USA)
Albert G. B. Amoah, MB.Ch.B, Ph.D. (Ghana)
Seth Ayettey, M.B., Ch.B., Ph.D. (Ghana)
Ilyès Baghli, M.D. (Algeria)
Greg Beattie, Author (Australia)
Barry Breger, M.D. (Canada)
Ian Brighthope, MBBS, FACNEM (Australia)
Gilbert Henri Crussol, D.M.D. (Spain)
Carolyn Dean, M.D., N.D. (USA)
Ian Dettman, Ph.D. (Australia)
Susan R. Downs, M.D., M.P.H. (USA)
Ron Ehrlich, B.D.S. (Australia)
Hugo Galindo, M.D. (Colombia)
Gary S. Goldman, Ph.D. (USA)
William B. Grant, Ph.D. (USA)
Claus Hancke, MD, FACAM (Denmark)
Patrick Holford, BSc (United Kingdom)
Ron Hunninghake, M.D. (USA)
Bo H. Jonsson, M.D., Ph.D. (Sweden)
Dwight Kalita, Ph.D. (USA)
Felix I. D. Konotey-Ahulu, M.D., FRCP (Ghana)
Peter H. Lauda, M.D. (Austria)
Fabrice Leu, N.D., (Switzerland)
Alan Lien, Ph.D. (Taiwan)
Homer Lim, M.D. (Philippines)
Stuart Lindsey, Pharm.D. (USA)
Pedro Gonzalez Lombana, M.D., Ph.D. (Colombia)
Victor A. Marcial-Vega, M.D. (Puerto Rico)
Juan Manuel Martinez, M.D. (Colombia)
Mignonne Mary, M.D. (USA)
Dr.Aarti Midha M.D., ABAARM (India)
Jorge R. Miranda-Massari, Pharm.D. (Puerto Rico)

Karin Munsterhjelm-Ahumada, M.D. (Finland)
 Sarah Myhill, MB, BS (United Kingdom)
 Tahar Naili, M.D. (Algeria)
 Zhiyong Peng, M.D. (China)
 Pawel Pludowski, M.D. (Poland)
 Isabella Akyinbah Quakyi, Ph.D. (Ghana)
 Selvam Rengasamy, MBBS, FRCOG (Malaysia)
 Jeffrey A. Ruterbusch, D.O. (USA)
 Gert E. Schuitemaker, Ph.D. (Netherlands)
 Thomas N. Seyfried, Ph.D. (USA)
 Han Ping Shi, M.D., Ph.D. (China)
 T.E. Gabriel Stewart, M.B.B.CH. (Ireland)
 Jagan Nathan Vamanan, M.D. (India)
 Dr. Sunil Wimalawansa, M.D., Ph.D. (Sri Lanka)

المحرر المؤسس: [أندرو ديليو. سول](#) ، Ph.D. (الولايات المتحدة الأمريكية)

رئيس التحرير: ريتشارد تشينج ، Ph.D. (الولايات المتحدة الأمريكية)

محرر مشارك: روبرت جي. سميث ، Ph.D. (الولايات المتحدة الأمريكية)

محرر الطبعة اليابانية: أتسو ياناجيساوا ، M.D. ، Ph.D. (اليابان)

محرر الطبعة الصينية: ريتشارد تشينج ، M.D. ، Ph.D. (الولايات المتحدة الأمريكية)

محرر الطبعة النرويجية: داج فيلين پوليزينسكي ، Ph.D. (النرويج)

محرر الطبعة العربية: مصطفى كامل ، R.Ph ، P.G.C.M (جمهورية مصر العربية)

محرر الطبعة الكورية: هابونجو شين ، M.D. (كوريا الجنوبية)

محرر الطبعة الأسبانية: سونيا ريتا رايل ، Ph.D. (الأرجنتين)

محرر الطبعة الألمانية: برنارد ويلكر ، M.D. (ألمانيا)

محرر مساعد الطبعة الألمانية: جيرهارد داتشغر ، M.Eng. (ألمانيا)

محرر مساعد: مايكل باسووتر (الولايات المتحدة الأمريكية)

محرر مساهم: توماس إي. ليفي ، J.D. ، M.D. (الولايات المتحدة الأمريكية)

محرر مساهم: داميان داوونينج ، M.B.B.S. ، M.R.S.B. (المملكة المتحدة)

محرر مساهم: ديليو تود بينثيري ، Ph.D. (الولايات المتحدة الأمريكية)

محرر مساهم: كين واكر ، M.D. (كندا)

محرر مساهم: مايكل ج. جونزاليس ، .N.M.D ، Ph.D (بورتوريكو)
محرر تقني: مايكل إس. ستيوارت ، B.Sc.C.S. (الولايات المتحدة الأمريكية)
محرر تقني مساعد: روبرت سي. كينيدي ، M.S. (الولايات المتحدة الأمريكية)
مستشار قانوني: جيسون إم سول ، J.D. (الولايات المتحدة الأمريكية) ،

للتعليقات والاتصال الإعلامي:

editor@orthomolecular.org

ترحب OMNS "خدمة أخبار طب التصحيح الجزيئي" برسائل البريد الإلكتروني للقراء ولكنها غير قادرة على الرد على بشكل فردي على جميع الرسائل.

تصبح تعليقات القراء ملكاً لـ OMNS "خدمة أخبار طب التصحيح الجزيئي" وقد يتم استخدامها للنشر أو لا.

للتسجيل مجاناً:

<http://www.orthomolecular.org/subscribe.html>

لإلغاء التسجيل في هذه القائمة:

<http://www.orthomolecular.org/unsubscribe.html>