



تغذية علاجية على أساس فردية كيميائية حيوية

يمكن إعادة طبع هذه المقالة مجاناً 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 ، 27 يناير ، 2025

المناعة باستخدام تغذية طب التصحيح الجزيئي: بديل شامل للقاحات ضد العدوى

بقلم ريتشارد ز. تشينغ، دكتوراه في الطب، دكتوراه

النقاط الرئيسية

- يجب أن تصبح الاستراتيجيات الغذائية، وخصوصاً مناعة التغذية التصحيحية الجزيئية المثلى، أولوية في سياسة الصحة العامة للحماية من الإصابات وتعزيز الصحة العامة.

الموجز

تشهد وسائل الإعلام تقارير كثيرة عن ازدياد الخوف من الأمراض الفيروسية مثل الفيروس التالي لالتهاب الرئة البشري Human metapneumovirus (HMPV)، إنفلونزا الطيور، الجدري القردي (Mpox)، و كوفيد-19. وبينما من المشروع أن يشعر الجمهور بالقلق، فإن التغطية المبالغ فيها قد تقترب من إثارة الذعر. يتناول هذا المقال طلبات القراء للرد، داعياً إلى نهج عقلاني يتجنب تكرار أخطاء جائحة كوفيد-19. يقوم هذا المقال بتقييم ناقد لثغرات النهج المعتمد على اللقاحات، وي طرح تساؤلات حول دوافع وسائل الإعلام في المطالبة باللقاحات في ظل محدودية لقاحات كوفيد-19 وتأثيراتها الجانبية المصاحبة، كما يبرز قوة المناعة التي توفرها التغذية التصحيحية الجزيئية كدفاع قوي وشامل ضد الإصابات الفيروسية، بما في ذلك تلك ذات الأصل غير المعروف. يدعو هذا المقال إلى اعتماد نهج متوازن قائم على الأدلة في سياسة الصحة العامة يدمج المناعة التي توفرها التغذية مع الاستراتيجيات التقليدية.

1. المقدمة

تهيمن التقارير المثيرة للقلق حول الأمراض الفيروسية الناشئة والمعودة على الخطاب العالمي. من الفيروس التالي لالتهاب الرئة البشري Human metapneumovirus وإنفلونزا الطيور إلى الجدري القردي وظلال كوفيد-19 المستمرة، غالباً ما تؤكد وسائل الإعلام على أسوأ السيناريوهات. وبينما رفع مستوى الوعي أمر ضروري، يمكن أن تؤدي القصص المثيرة إلى التضليل وإثارة ذعر غير مبرر لدى الجمهور.

يرد هذا المقال على طلبات القراء لتوفير وضوح وتوجيه، ويسعى إلى تقديم منظور متوازن. كما يطرح تساؤلات بشأن دوافع تأكيد وسائل الإعلام على اللقاحات كحل رئيسي، لا سيما في ضوء فعالية لقاحات كوفيد-19 المحدودة على المدى الطويل والتقارير الواسعة عن آثارها الجانبية. بالإضافة إلى ذلك، يوضح تركيز النظام الصحي الحالي على اللقاحات دون الترويج الكافي وتفعيل الاستراتيجيات التي توفر مناعة من خلال التغذية، أنه نهج غير مكتمل وغير حكيم. تصنيف من يروجون للتغذية المثلى لإنتاج مناعة ويشككون في استراتيجيات اللقاحات بأنهم "معادون للقاحات" - وهي ممارسة تولد رقابة إعلامية ونبدأ - يقوض الحوار البناء. في عصر ماها (اجعل أمريكا صحية مرة أخرى)، يجب ألا يُسمح بذلك بعد الآن.

يجب أن تصبح الاستراتيجيات الغذائية، وخصوصاً المناعة التي توفرها التغذية التصحيحية الجزيئية المثلى (مناعة التغذية التصحيحية الجزيئية)، أولوية في سياسة الصحة العامة للحماية من العدوى وتعزيز الصحة العامة.

تشير مناعة التغذية التصحيحية الجزيئية إلى تحسين الجهاز المناعي من خلال تناول المغذيات بكمية مناسبة، واتباع نظام غذائي صحي، وممارسات نمط حياة يعزز الصلابة العامة ووظيفة المناعة.

2. دور الإعلام: رفع الوعي أم إثارة الذعر؟

2.1 المشهد الإعلامي الحالي

- تقارير عن زيادة حالات HMPV بين الأطفال، وإمكانية انتقال إنفلونزا الطيور إلى البشر، وتحورات الجدري القردي تهيم على عناوين.
- المقارنات مع كوفيد-19 كثيراً ما تزيد من الخوف، رغم الفروقات الرئيسية في الانتقال وشدة المرض.

2.2 إثارة الذعر وعواقبها

- التركيز المفرط على السيناريوهات الأسوأ يخلق قلقاً عاماً ويقوض الثقة في أنظمة الصحة.
- السلوكيات المدفوعة بالذعر، مثل تخزين اللقاحات أو زيادة الضغط على أنظمة الرعاية الصحية، قد تترك آثار سلبية غير مقصودة.
- ميل وسائل الإعلام إلى تجاهل الاستراتيجيات البديلة والتكاملية يثير القلق من أن التركيز على اللقاحات غير متناسب ولا مبرر.

3. التعلم من مأساة كوفيد-19

3.1 تجنب الأخطاء الماضية

- الاعتماد المفرط على اللقاحات خلال كوفيد-19 أعاق استكشاف الاستراتيجيات الوقائية التكميلية.
- طرح لقاحات كوفيد-19 تم بشكل مستعجل مع تقارير واسعة عن آثار جانبية، الأمر الذي أدى إلى تآكل ثقة الجمهور في التوصيات الصحية.
- أدت الإغلاقات والعزل الاجتماعي، رغم هدفها في الحد من انتشار الفيروس، إلى اضطرابات اقتصادية وأضرار جانبية واسعة النطاق.

3.2 استجابة متوازنة

- يجب أن يركز الاستعداد على تعزيز الصلابة المناعية العامة بدلاً من الإجراءات التفاعلية فقط.
- يجب على صانعي السياسات ووسائل الإعلام نقل المخاطر دون إثارة خوف مفرط.

- لا بد من تحقيق توازن بين الدفع لاستخدام اللقاحات كحل وحيد، وبين التدخلات المبنية على الأدلة التي توفر التغذية المثلى.

4. عيوب استراتيجية اللقاحات

4.1 التخصص والقيود

- اللقاحات موجهة لفيروسات محددة وتوفر حماية قليلة ضد مسببات الأمراض غير المعروفة.
- التحورات السريعة للفيروسات قد تقلل من فعالية اللقاحات القائمة، كما هو الحال مع متحورات الإنفلونزا وسارس كوف2 (فيروس كورونا)

4.2 محدودية الوصول العالمي

- عدم المساواة في توزيع اللقاحات والتحديات اللوجستية تترك شرائح كبيرة من السكان عرضة، خاصة في المناطق ذات الموارد المحدودة.
- تتسبب المعلومات المضللة في توليد التردد نحو اللقاحات، مما يقلل من التغطية المتاحة.

4.3 الاعتماد والثقة المفرطة

- يؤدي النهج المركزي على اللقاحات إلى إغفال التدابير الوقائية الأوسع، مثل التدخلات في نمط الحياة والتغذية.
- عدم قدرة لقاحات كوفيد-19 على منع الانتقال ومدة فعاليتها القصيرة يبرز الحاجة إلى حلول بديلة.

5. قوة المناعة من التغذية التصحيحية الجزيئية

5.1 ما هي المناعة التصحيحية الجزيئية؟

- يركز طب التصحيح الجزيئي على تحسين الصحة من خلال توفير الجسم بالجزيئات الصحيحة بالكميات المناسبة.
- يعزز هذا النهج وظيفة المناعة، مما يجعله دفاعًا شاملاً ضد الإصابات.

5.2 المغذيات الرئيسية لصحة المناعة

- فيتامين سي C: يعزز وظيفة خلايا الدم البيضاء، ويُحيد الجذور الحرة، ويدعم النشاط المضاد للفيروسات.
- فيتامين د D: ينظم الاستجابات المناعية ويقلل من خطر الإصابة بالعدوى التنفسية.
- الزنك: أساسي لتطوير الخلايا المناعية ووظائفها.
- المغنيسيوم والسيلينيوم: يدعمان العمليات الإنزيمية الحيوية للمناعة.

5.3 الوظيفة المناعية المثلى والصحة: نهج تكاملي

- الوظيفة المناعية المثلى حجر زاوية لصحتنا العامة. ويستلزم تحقيق صحة مثلى أن تعمل كل أنظمة الجسم، بما في ذلك عمليات الأيض، بأفضل حالاتها. ويشمل ذلك الحفاظ على مستويات متوازنة ومثلى من الفيتامينات والمواد الدقيقة والصحة الهرمونية، التي تلعب جميعها أدواراً حرجية في المناعة والرفاهية العامة.
- لتحقيق هذه الحالة والحفاظ عليها، فإن نهج طب التصحيح الجزيئي—الذي يتضمن التحسين الدقيق للفيتامينات والمواد الدقيقة، متكاملًا مع التوازن الهرموني، والنظام الغذائي الغني بالمغذيات، ونمط الحياة الصحي—ضروري. تدعم هذه العناصر معًا الصلابة، وتعزز وظيفة المناعة، وتؤسس لصحة دائمة.
- لدى الجمعية الدولية لطب التصحيح الجزيئي قائمة واسعة من المعادن لتعزيز المناعة، للوقاية من الإصابات وعلاجها (1).
- نشرت خدمة أخبار طب التصحيح الجزيئي أيضاً بشكل موسع حول هذا الموضوع (2).
- تمت نشر وصف تفصيلي لهذه المبادئ بشكل مكثف من قبل الممارسين لطب التصحيح الجزيئي وغيرهم على منصات مثل orthomolecular.org, ISOM.ca، ومصادر أخرى. تتضمن قائمة المراجع أدناه مجموعة من هذه النشرات الحديثة (3)، إلى جانب بروتوكولاتي المفضلة للوقاية (3) وعلاج الإصابات (4).

5.4 الفوائد بالنسبة للقاحات

- الحماية الشاملة: تعزز المناعة التصحيحية الجزيئية دفاعات الجسم ضد مجموعة واسعة من مسببات الأمراض، بما في ذلك ذات الأصل غير المعروف.
- القدرة على التكيف: بخلاف اللقاحات، لا تعتمد على تحديد مسببات الأمراض المحددة.
- السلامة: التدخلات المعتمدة على المغذيات منخفضة الخطورة من حيث الآثار الجانبية، شريطة تناولها ضمن الجرعات الموصى بها.

6. مقارنة بين المناعة التصحيحية الجزيئية واللقاحات

اللقاحات	المناعة التصحيحية الجزئية	الجانب
محدد للفيروس، محدود للسلاسلات المعروفة	طيف واسع، فعال ضد مسببات أمراض غير معروفة	نطاق الحماية
الفعالية تقل مع التحورات	مستقل عن تحورات الفيروس	القدرة على التكيف
محدود بالإنتاج والتوزيع	متوفر على نطاق واسع، فعال من حيث التكلفة	إمكانية الوصول
مناعة قصيرة الأمد مع الحاجة إلى تعزيزات	يعزز الصحة العامة والصلابة	المنافع طويلة الأمد
آثار جانبية محتملة من خفيفة إلى شديدة، بما في ذلك تفاعلات تحسسية ومضاعفات	ضئيلة، مع احتمال وجود مشكلات أحياناً في تحمل مغذيات محددة	الآثار الجانبية

7. التوصيات

- الرسائل العامة:
 - الانتقال من السرديات التي تثير الخوف إلى رسائل تمكينية مع إجراءات صحية استباقية.
- الاستراتيجيات التكاملية:
 - دمج جهود التطعيم مع التغذية التصحيحية الجزئية لبناء دفاعات مناعية شاملة.
- التحليل الإعلامي الناقد:
 - تشجيع التقارير المتوازنة حول فعالية اللقاحات والآثار الجانبية والاستراتيجيات الغذائية.
- التحول في السياسات:
 - تأييد إعطاء الأولوية لمناعة التغذية التصحيحية الجزئية كركيزة مركزية في سياسة الصحة العامة.
- البحث والتأييد:
 - الاستثمار في دراسات تستكشف دور التغذية التصحيحية الجزئية في منع وإدارة الأمراض الفيروسية.
 - تعزيز الوعي العام بالفوائد الناشئة من المغذيات التي تغذي المناعة.

8. المناقشة والخلاصة

عاد الشتاء مرة أخرى، ومعه تظهر مجموعة من الالتهابات التنفسية، بما في ذلك الالتهابات الرئوية مثل كوفيد-19 الفيروس التالي لالتهاب الرئة البشري (HMPV) Human metapneumovirus، والإنفلونزا الشديدة (إنفلونزا الطيور H5N1)، والجذري القردى (Mpxv). ولا زلنا نتلقى العديد من الاستفسارات من الصين، الولايات المتحدة، وأجزاء أخرى من العالم حول كيفية الوقاية وعلاج هذه الإصابات الفيروسية المستمرة والتي قد تهدد الحياة.

من تجربتي الشخصية، لم أصب بأي عدوى خطيرة أو حمى أو أمراض كبرى منذ أن اعتمدت نظامًا عالي الجرعة من الفيتامينات والمواد الدقيقة، إلى جانب نظام غذائي كيتوني منخفض الكربوهيدرات، وصوم متقطع، وممارسة الرياضة بانتظام—وهذا هو نسختي المخصصة لبروتوكول الطب التصحيحي الجزيئي التكاملية—على مدى الـ 15-20 سنة الماضية. ويشمل ذلك فترة جائحة كوفيد-19، خلال التي قمت بالسفر بشكل موسع عبر الصين والولايات المتحدة وأوروبا وآسيا (اليابان، كوريا الجنوبية، تايوان)، وكانت نتيجتي سلبية لكوفيد-19 في أكثر من عشرة اختبارات بالمسحة PCR. ولم أتلق أي لقاحات. منذ بداية الجائحة، عبرت علناً عن شكوكي حول اللقاحات في المجلات الأكاديمية، ووسائل الإعلام المختلفة، والمقابلات التلفزيونية الوطنية في عدة دول. وقد أدى هذا الموقف إلى وسمي بأنني معاد للقاحات والتعرض للرقابة والحظر على منصات إعلامية متعددة. رغم ذلك، بقيت مع التزامي بالحقيقة والصحة. لن أقدم ادعاءات دون بحث دقيق، ولن أدافع عما لا أؤمن به حقاً.

إن تزايد الخوف من الأمراض الفيروسية يبرز الحاجة الملحة إلى نهج عقلائي قائم على العلم يعطي الأولوية للصلاية المناعية. توفر التغذية التصحيحية الجزيئية استراتيجية قوية وشاملة للحماية من العدوى، كبديل لقبود الاعتماد على اللقاحات. من خلال دمج التدخلات الغذائية المبنية على الأدلة في سياسات الصحة العامة وتشجيع النهج الشمولية، يمكننا تمكين الأفراد لمواجهة تحديات الصحة الحالية والمستقبلية بثقة واستدامة.

حان الوقت لتحويل تركيز التدابير الصحية العامة من الاستجابات التفاعلية للجائحات إلى استراتيجيات واقية استباقية مستندة إلى العلم والمنطق السليم. تشمل الخطوات العملية تحسين مستويات الفيتامينات والمواد الدقيقة، إدارة الضغوط، الحفاظ على نظام غذائي غني بالمغذيات، واعتماد ممارسات نمط حياة تعزز الصلاية العامة. سيعزز هذا النهج صحة الجهاز المناعي ويمهد الطريق لشعب عالمي أكثر صحة وصلابة.

المراجع

1.ISOM. [cited 2025 Jan 15]. COVID-19: Introduction. <https://isom.ca/covid-19/>

2.OMNS. Orthomolecular News [Internet]. [cited 2025 Jan 15]. <https://orthomolecular.org/resources/omns/index.shtml>

3.Cheng RZ. Preventing Infections: Integrative Orthomolecular Medicine Protocol [Internet]. 2025. Available from: <http://www.drwlc.com/blog/2025/01/09/preventing-viral-infections-integrative-orthomolecular-medicine-protocol/>

4.Cheng RZ. Treating Infections: Integrative Orthomolecular Medicine Protocol [Internet]. 2025. Available from: <http://www.drwlc.com/blog/2025/01/09/acute-infection-treatment-integrative-orthomolecular-medicine-protocol/>

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. Amoa, 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)

- 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 بوليزينسكي ، Ph.D. (النرويج)
- محرر الطبعة العربية: مصطفى كامل ، R.Ph ، P.G.C.M (جمهورية مصر العربية)
- محرر الطبعة الكورية: هايونجو 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 داتششر ، 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>