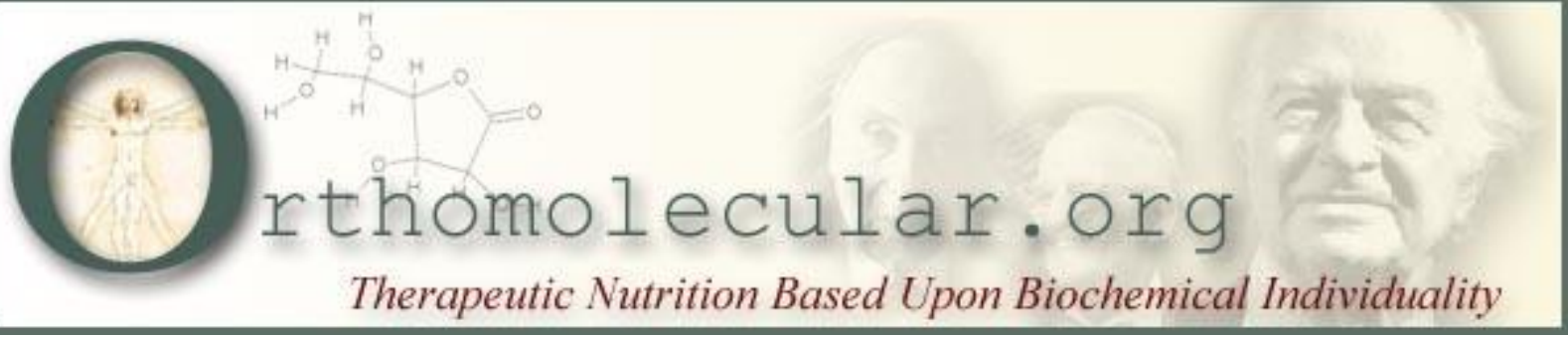




تغذية علاجية على أساس فردية كيميائية حيوية

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 ، 14 سبتمبر ، 2025

بحثنا أصبح واسع الانتشار في علوم التغذية

الأثر الأكاديمي والعام وراء واحد من أهم أبحاث مجلة المغذيات

بقلم: ريتشارد ز. تشينغ، دكتوراه في الطب M.D.، دكتوراه Ph.D.، بيل غرانت، دكتوراه Ph.D.، سونيل ويمالاوانسا،

دكتوراه في الطب M.D.، دكتوراه Ph.D.، باويل بلودوفسكي، دكتوراه Ph.D.، وباربرا بوشيه، دكتوراه في الطب M.D.

إنجاز غير عادي

تم نشر ورقتنا البحثية الأخيرة (1)، المبينة أدناه (الشكل 1)، في مجلة/المغذيات Nutrients في يناير 2025، وقد حققت بالفعل 36,490 مشاهدة وأكثر من 3,482 تحميلًا في غضون ثمانية أشهر فقط، وهو رقم أعلى بكثير من متوسط المجلة. وبالمقاييس الأكاديمية، يُعد هذا "انتشارًا واسعًا" أو "فيروسياً".

فيتامين د: الفوائد الصحية القائمة على الأدلة والتوصيات لإرشادات السكان

بقلم ويليام ب. جرانت 1،*، سونيل ج. ويمالاوانسا 2، باول بلودوفسكي 3

وريتشارد ز. تشينغ 4,5,*، 



1 مركز أبحاث ضوء الشمس والتغذية والصحة، 1745 باسيفيك أفينيو، جناح 504، سان فرانسيسكو، كاليفورنيا 94109، الولايات المتحدة الأمريكية
الغدد الصماء والتغذية البشرية، قسم الطب، معهد أمراض القلب والأوعية الدموية والغدد الصماء، نورث برونزويك، نيوجيرسي 08902، الولايات 2
المتحدة الأمريكية

3 قسم الكيمياء الحيوية السريرية، معهد صحة الأطفال التذكاري، 730-04 وارسو، بولندا

4 خدمة أخبار الطب الجزيئي، كولومبيا، كارولينا الجنوبية 29212، الولايات المتحدة الأمريكية

5 تحالف الأدوية منخفضة الكربوهيدرات، شنغهاي 201613، الصين

* المؤلفون الذين يجب توجيه المراسلات إليهم

المغذيات 2025، 17(2)، 277؛ <https://doi.org/10.3390/nu17020277>

تاريخ استلام التقديم: 14 ديسمبر 2024 / تاريخ المراجعة: 8 يناير 2025 / تاريخ القبول: 8 يناير 2025 /

تاريخ النشر: 14 يناير 2025

الشكل 1. تفاصيل النشر لورقة مجلة/المغذيات *Nutrients*: "فيتامين د: الفوائد الصحية المبنية على الأدلة والتوصيات لإرشادات السكان" (يناير 2025).

منذ ذلك الوقت، قمنا بتوسيع النقاش حول أمراض القلب والأوعية الدموية في ورقة ثانية(2). وهذا يأتي في وقت مناسب بشكل خاص، حيث أصبح "التحليل العشوائي المنדلي" يُعتبر الآن نوعًا من الدراسات الرصدية، مما يُظهر أن نهجنا السابق كان متوافقًا مع الإجماع العلمي المتطور.

يعكس هذا الإنجاز ليس فقط اهتمامًا قويًا من المجتمع العلمي، ولكن أيضًا مشاركة عامة وعبر التخصصات. والأهم من ذلك، أنه يضع أساسًا للاعتراف العالمي بـ **طب التصحيح الجزيئي التكاملية IOM**.

المقدمة: السياق والجدل

كُتبت المقالة كرد على إرشادات الممارسة الإكلينيكية الجديدة لجمعية الغدد الصماء المتعلقة بفيتامين د(3)، والتي كانت بها عيوب خطيرة (ومرتبكة)، حيث تبرت من إرشادات عام 2011 التي ترأسها مايكل هوليك(4). اعتمدت الإرشادات الجديدة على تجارب عشوائية محكمة (RCTs). وتشير هذه الإرشادات إلى أن الأشخاص الوحيدين الذين يحتاجون إلى مكملات فيتامين د هم: من تتراوح أعمارهم بين 1-18 سنة، النساء الحوامل، الأشخاص ذوو المخاطر العالية من مقدمات السكري، ومن هم بعمر 75 عامًا فأكثر.

لقد أغفلت هذه الورقة حقيقة أن تجارب RCTs ليست الطريقة المناسبة لتقييم أي عنصر غذائي دقيق، كما أن الدراسات لم تكن مُصممة أو مُنفذة أو مُحللة بشكل صحيح لفئات عمرية ونتائج صحية أخرى.

في مراجعتنا، أخذنا وجهة نظر أن الدراسات الرصدية ينبغي أن تُعتبر أفضل الأدلة المتاحة عند غياب أدلة من تجارب RCTs. ثم حددنا أهم عشرة أسباب للوفاة في الولايات المتحدة، وقمنا بفحص الأدلة من الدراسات الرصدية، فوجدنا أدلة قوية نسبيًا لثمانية من أصل عشرة أسباب للوفاة.

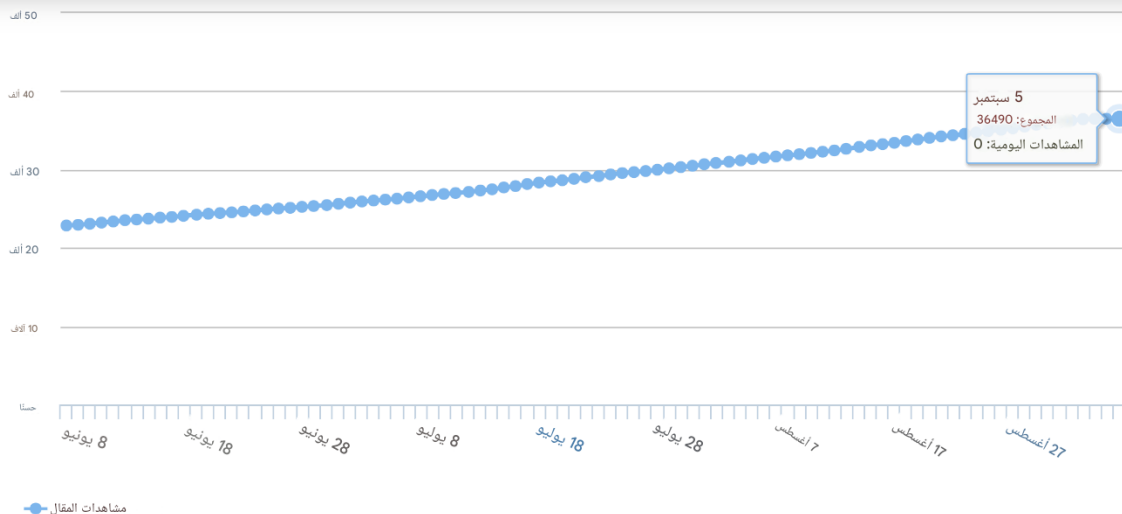
حول الاستشهادات بالأبحاث

- ورقة ديمِي وآخرين لديها 310 استشهادات في Google Scholar و201 في SCOPUS.
 - ورقتنا (2025) لديها أعلى عدد استشهادات بين الـ310 ورقة التي استشهدت بها: 41 في Google Scholar و31 في SCOPUS. وهي أيضًا ثاني أكثر ورقة مقتبسة في *Nutrients* لعام 2025.
 - ورقة هوليك لديها 8,512 استشهادًا في SCOPUS (بينها 604 في 2024 و381 في 2025)، إضافة إلى 14,766 استشهادًا (في Google Scholar بينها 991 في 2024 و581 في 2025).
 - جدير بالذكر أن Google Scholar يشمل مصادر عديدة بينما SCOPUS يقتصر على المجلات المعترف بها من قبل Elsevier عبر أكثر من 7,000 ناشر.
- لذا، يمكن اعتبار بحث ديماي وزملاؤه مثالًا آخر على تطبيق استراتيجيات نشر المعلومات المضللة من قِبل شركات الأدوية الكبرى بهدف تشويه سمعة فيتامين د (5).

ماذا تعني الأرقام؟

1. المشاهدات (36,490)

- التعريف: عدد مرات فتح صفحة المقالة.
- الأهمية: تحقيق عدة آلاف مشاهدة خلال السنة الأولى يعد قويًا لمجلة *Nutrients*. بينما تجاوز 36,000 في ثمانية أشهر يُعتبر استثنائيًا.
- يوضح الشكل 2 النمو المستمر في عدد المشاهدات لتصل إلى 36,490 بحلول أوائل سبتمبر 2025.



الشكل 2. الرسم البياني الرسمي لمؤشرات MDPI يظهر المشاهدات، متجاوزًا 36,000 بحلول سبتمبر 2025.

2. التحميلات (>3,482)

- التعريف: الوصول إلى النص الكامل للقراءة أو الاستشهاد أو التدريس.
- الأهمية: التحميلات مؤشر أقوى للتفاعل. نسبة 1:10 بين المشاهدات والتحميل (10 مشاهدات لكل تحميل واحد) ممتازة وتظهر اهتمامًا حقيقيًا.

3. المقارنة مع الأوراق الأخرى

- المتوسط: عدة آلاف مشاهدة، عدة مئات تحميل خلال السنة الأولى.
- ورقتنا: أعلى بحوالي 10 أضعاف، ما يضعها ضمن أفضل أبحاث المجلة.

4. مكانة المجلة

- مجلة *Nutrients* المغذيات هي مجلة رائدة دوليًا ومُحَكِّمة في أبحاث التغذية.
- الظهور فيها يدل على الشعبية والتأثير في كل من مجال التغذية والطب.

5. ما وراء الاستشهادات

- الاستشهادات تستغرق وقتًا للتراكم.
- لكن مؤشرات مبكرة مثل المشاهدات والتحميلات تكشف عن مدى الاكتشاف، والاهتمام عبر التخصصات، وحتى الجذب الإعلامي.

في الواقع، تم الاستشهاد بالورقة بالفعل مرات عديدة في دراسات دولية أخرى، كما يظهر في الشكل 3.

عزيزي الدكتور ريتشارد ز. تشنغ،

يسرنا أن نخبرك بالاقتباسات الحديثة للأوراق التالية التي قمت بتأليفها أو المشاركة في تأليفها.

الورقة الأولى:

- **فيتامين د: الفوائد الصحية القائمة على الأدلة والتوصيات لإرشادات السكان**

العناصر الغذائية 2025

تم الاستشهاد بها مؤخرًا في:

- **تأثير فيتامين د على الإصابة بالسرطان والوفيات: مراجعة منهجية**

سونيل ج. ويمالاوانسا

doi: 10.3390/nu17142333, 17, 2025, العناصر الغذائية

- **تقييم مخاطر الكسور لمدة 10 سنوات مع تعديل جديد (FRAXplus): تحليل يركز على العينة لمرضى السكري من النوع 2**

أوانا كلوديا سيما، أنا فاليا، نينا لونوفيتشي، ميهاي كوستاشيسكو، ألكسندرو فلورين فلوريسكو وآخرون

doi: 10.3390/diagnostics15151899, 15, 2025, التشخيص

- **المتغيرات الجينية التي تؤثر على حالة فيتامين د الفردية**

نيل أ. كارو، سبنسر إي. لوشنر، أوميش ك. شانديلا، بوني أ. مالارد، لورين واتر-ليسبيرانس وآخرون

doi: 10.3390/nu17162673, 17, 2025, العناصر الغذائية

حتى اليوم، تلقت الورقة البحثية 35760 مشاهدة و3482 عملية تنزيل. لمزيد من مقاييس المقالة، راجع:

<https://doi.org/10.3390/nu17020277#metrics>

الشكل 3. تنبيه استشهادات MDPI يُظهر الاقتباسات الحديثة بورقتنا حول فيتامين د ، بما في ذلك المراجعات المنهجية والتحليلات السريرية (سبتمبر 2025).

لماذا هذه النتائج مهمة لطب التصحيح الجزيئي التكامل IOM

الأرقام وحدها لا تروي القصة الكاملة. إن الاهتمام الاستثنائي الذي تلقته هذه الورقة يوحي بشيء أكبر: جوع عالمي لاستراتيجيات غذائية موثوقة ومبنية على الأدلة.

لعدة عقود، أكد طب التصحيح الجزيئي التكاملي IOM على أهمية التغذية، وإزالة السموم، والتوازن الأيضي كنهج جذري لمعالجة جذور المشاكل الصحية. والنتائج الحالية تُظهر أن المجتمع الدولي - من باحثين، وأطباء، وصحفيين، وعامة الناس - أصبح مستعدًا للإنصات

الخلاصة

خلال ثمانية أشهر فقط، وصلت هذه المقالة إلى أكثر من 36,000 مشاهدة و3,400 تحميل، وهو مستوى مذهل من التفاعل في النشر الأكاديمي.

الأهم من ذلك، أن مزيج "مجلة علمية مرجعية + قراءة واسعة الانتشار" يُبرز تنامي الاعتراف بـ طب التصحيح الجزيئي التكاملي IOM كنهج طبي عالمي موثوق. الرسالة واضحة: الطب المرتكز على التغذية يتصدر المشهد.

👉 اكتشف المؤشرات الكاملة هنا:

 [MDPI Metrics Page](#)

عن المؤلفين

- ريتشارد ز. تشينغ، M.D.، Ph.D. رئيس التحرير، خدمة أخبار طب التصحيح الجزيئي؛ طب الأورام التكاملي؛ المؤسس المشارك لجمعية الأورام الأيضية الدولية (SIMO)
- ويليام ب. غرانت، Ph.D. مدير SUNARC؛ خبير عالمي في فيتامين د D وصحة السكان.
- سونيل ج. ويمالاونسا، M.D.، Ph.D.، MBA، DSc أستاذ الطب، اختصاصي الغدد الصماء السريري والتغذية البشرية؛ باحث في التجارب السريرية؛ مستشار سياسات الصحة العالمية، ومستشار سابق لمنظمة الصحة العالمية ووزارات صحية وطنية متعددة.
- باويل بلودوفسكي، Ph.D. أستاذ طب الأطفال وطب المختبرات في معهد الأطفال التذكري، وارسو، بولندا؛ باحث دولي معترف به في استقلاب فيتامين د D والتشخيصات والتطبيقات السريرية.
- باربرا ج. بوشيه، M.D. أستاذة فخرية لطب الاستقلاب في جامعة الملكة ماري، لندن؛ باحثة سريرية متخصصة في فيتامين D، والسكري، وأمراض العظام الاستقلابية.

المراجع

1. Grant WB, Wimalawansa SJ, Pludowski P, Cheng RZ. Vitamin D: Evidence-Based Health Benefits and Recommendations for Population Guidelines. *Nutrients*. 2025 Jan;17(2):277.

2. Grant WB, Boucher BJ, Cheng RZ, Pludowski P, Wimalawansa SJ. Vitamin D and Cardiovascular Health: A Narrative Review of Risk Reduction Evidence. *Nutrients*. 2025 Jan;17(13):2102.
3. Demay MB, Pittas A, Bikle DD. Vitamin D for the Prevention of Disease: An Endocrine Society Clinical Practice Guideline - PubMed [Internet]. [cited 2024 Sept 6]. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38828931/>
4. Holick MF, Binkley NC, Bischoff-Ferrari HA, Gordon CM, Hanley DA, Heaney RP, et al. Evaluation, treatment, and prevention of vitamin D deficiency: an Endocrine Society clinical practice guideline. *J Clin Endocrinol Metab*. 2011 July;96(7):1911-30.
5. Grant WB. Vitamin D acceptance delayed by Big Pharma following the Disinformation Playbook. *Orthomolecular Medicine News Service* [Internet]. 2018 Oct 1;14(22). Available from: <https://orthomolecular.org/resources/omns/v14n22.shtml>

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)
Zhiwei Ning, M.D., Ph.D. (China)
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 ياناغيساوا ، 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 مساعد الطبعة العربية: أيمن كامل ، DVM ، MBA (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: جير هارد 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 ملكًا لـ OMNS "خدمة أخبار طب التصحيح الجزيئي" وقد يتم استخدامها للنشر أو لا.

للتسجيل مجانًا:

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

لإلغاء التسجيل في هذه القائمة:

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