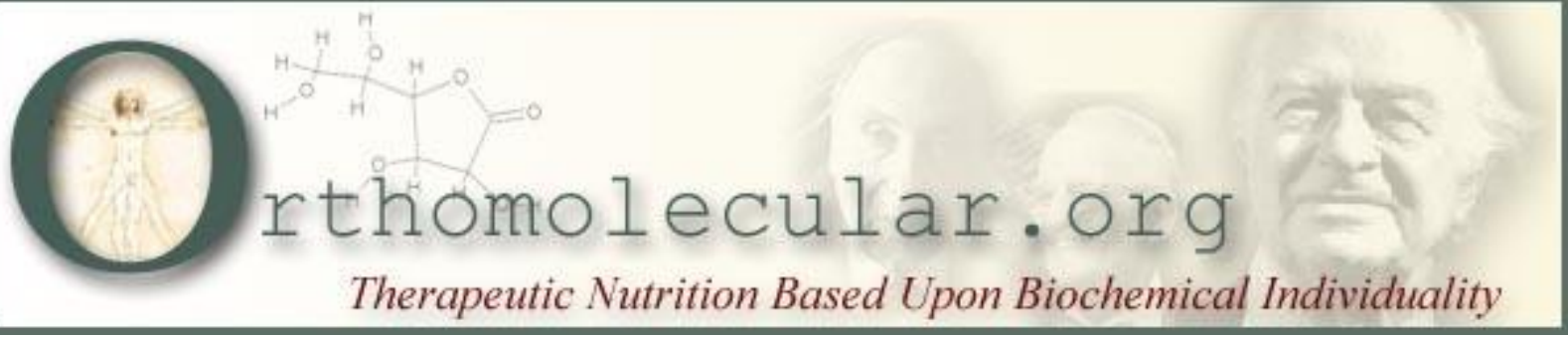




تغذية علاجية على أساس فردية كيميائية حيوية

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 ، 22 سبتمبر ، 2025

إزالة متطلبات اللقاحات ببساطة دون تعزيز المناعة الغذائية

المثالية قد يضر أكثر بحركة ماها

بقلم ريتشارد زد. تشينغ، M.D., Ph.D. رئيس التحرير

إن الإلغاء الأخير لمتطلبات اللقاحات المدرسية في فلوريدا قد قَسَم الأمة. بالنسبة للبعض، يمثل هذا انتصارًا طال انتظاره من أجل الحرية الشخصية. بالنسبة لآخرين، فإنه مقامرة متهورة ستطلق العنان لأوبئة من الأمراض التي يمكن الوقاية منها.

من منظور طب التصحيح الجزيئي (OM) ، فإن إلغاء المتطلبات هو خطوة صحيحة إلى الأمام نحو الحرية وخيار طبي مستقل. لكن الحرية دون أساس هي هشاشة. للنجاح الحقيقي، يجب أن يقترن إلغاء المتطلبات ببناء مناعة غذائية قوية. وإلا فإننا نخاطر ليس فقط بانتكاسات صحية، بل أيضًا بتقويض مصداقية وزخم حركة (اجعلوا أمريكا صحية مجددًا - ماها)

.MAHA

وَعُدَّ (اجعلوا أمريكا صحية مجدداً - ماها) - MAHA ومسؤوليتها

تمثل (اجعلوا أمريكا صحية مجدداً - ماها) MAHA فرصة تاريخية: لاستعادة الصحة من المؤسسة الدوائية وإعادتها إلى الناس. إن رفض المتطلبات القسرية يؤكد أن القرارات الصحية تخص الأفراد والعائلات، وليس البيروقراطيات.

لكن إذا اعتُبرت الحركة فقط "مناهضة للقاحات"، فإنها تخاطر برد فعل عام سلبي. إن تفشي الحصبة أو السعال الديكي أو أمراض أخرى في مجتمعات تعاني من سوء تغذية وضعف المناعة سيمنح الإعلام والمؤسسة الطبية العنوان المفضل لديهم: "حركة (اجعلوا أمريكا صحية مجدداً - ماها) MAHA تعرض الأرواح للخطر." هذا من شأنه أن يقوض الإصلاح ويوقف الزخم لعقود.

المناعة الغذائية: الدرع الأقوى

لطالما شدد طب التصحيح الجزيئي على الأساس الحقيقي للصحة: الكفاية الكيميائية الحيوية.

- **فيتامين D** : ضروري لتنظيم المناعة؛ النقص واسع الانتشار في الولايات المتحدة.
- **فيتامين سي C** : مضاد الأكسدة الرئيسي؛ أساسي للدفاع ضد العدوى عند جرعات بالغرامات.
- **الزنك والسيلينيوم**: معادن أثرية أساسية للمناعة المضادة للفيروسات.
- **المغنيسيوم والدهون أوميغا-3**: ضرورية للتحكم في الالتهاب والتوازن المناعي.
- **التغذية**: حماية منخفضة الكربوهيدرات وغنية بالعناصر الغذائية تدعم الاستقلاب وتقوي دفاعات الجسم.
- **تجنب الأطعمة المعالجة بشكل مفرط**: الكربوهيدرات المكررة، زيوت البذور الصناعية، والإضافات تضعف المناعة، تعزز الالتهاب المزمن، وتسرع هشاشة الاستقلاب.

من دون هذه "المناعة الغذائية"، تشبه أمريكا جيشاً بلا دروع – عرضة للخطر بغض النظر عن سياسة اللقاحات.

الحرية + المناعة الغذائية = الصمود

إلغاء متطلبات اللقاحات خطوة ضرورية لاستعادة الحرية. لكن الحرية الحقيقية ليست فقط غياب الإكراه – بل هي وجود الصمود.

- **الأطفال وكبار السن** يكونون أكثر أماناً عندما يتم إنهاء الإكراه باللقاحات وتُبنى المناعة الغذائية.
- **المجتمعات الأفقر** تستفيد أكثر من برامج الكفاية الغذائية التي تقلل من خطر الأمراض.

- تخسر المؤسسة قوتها عندما تتقدم حركة (اجعلوا أمريكا صحية مجدداً - ماها) MAHA على أنها صاحبة رؤية قائمة على العلم، لا متهور.

طريق التصحيح الجزيئي إلى الأمام

- لكي تنجح (اجعلوا أمريكا صحية مجدداً - ماها) MAHA، يجب أن ترفع راية الحرية مع الصمود:
- إنهاء الإكراه: إلغاء المتطلبات وحماية الحرية الطبية كحق أساسي.
- إطلاق برنامج وطني للمناعة الغذائية: ضمان الوصول إلى فيتامين D ، فيتامين سي C ، الزنك ، والتعليم الغذائي في المدارس وأماكن العمل ودور رعاية المسنين.
- قياس الأمور المهمة: متابعة مستويات فيتامين D ، وكفاية المغذيات، وتقليل الأمراض المزمنة، وليس فقط نسب التطعيم.
- الحفاظ على الضمانات: تبقى اللقاحات الطوعية متاحة، بينما تعزز التغذية ونمط الحياة الصحي المجتمعات.

الخلاصة

الخيار الحقيقي ليس متطلبات مقابل عدم متطلبات. الخيار الحقيقي هو الهشاشة مقابل الصمود.

إلغاء المتطلبات انتصار للحرية – لكن لضمان الصحة والمصادقية، يجب على حركة (اجعلوا أمريكا صحية مجدداً - ماها) MAHA أن تفقد أيضاً ثورة في المناعة الغذائية. مع التغذية المثالية وصحة الاستقلاب والوقاية الحقيقية، يمكن لـ (اجعلوا أمريكا صحية مجدداً - ماها) MAHA أن تصبح قوة تحويلية في الرعاية الصحية الأمريكية.

"اجعل أمريكا صحية مرة أخرى" يجب أن تعني أكثر من مجرد رفض الإكراه. يجب أن تعني بناء القوة من الداخل. للنجاح الحقيقي، يجب أن تعني أيضاً: "اجعل أمريكا مُغذاة مرة أخرى".

عن المؤلف

ريتشارد ز. تشينغ، دكتوراه في الطب (M.D.) ، دكتوراه – (Ph.D.) رئيس التحرير، النشرة الإخبارية لطب التصحيح الجزيئي

الدكتور تشينغ طبيب معتمد ذو تدريب من المعهد القومي للصحة (NIH) ، متخصص في علاج السرطان التكاملية، طب

التصحيح الجزيئي، الطب الوظيفي ومكافحة الشيخوخة. يحتفظ بممارسات طبية نشطة في كل من الولايات المتحدة والصين. زميل الأكاديمية الأمريكية لطب مكافحة الشيخوخة وعضو في قاعة المشاهير التابعة للجمعية الدولية لطب التصحيح الجزيئي، الدكتور تشينغ من أبرز دعاة استراتيجيات الصحة القائمة على التغذية والجنور. كما يعمل مراجعًا خبيرًا لمجلس ممتحن الطب في كارولاينا الجنوبية، وشارك في تأسيس كل من "تحالف الطب منخفض الكربوهيدرات في الصين" و"جمعية الأورام الأيضية العالمية". يقدم الدكتور تشينغ خدمات استشارية عبر الإنترنت في طب التصحيح الجزيئي التكامل (IOM).

تابع أحدث مقالاته عبر Substack: <https://substack.com/@rzchengmd>

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 دبليو. 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 ، P.G.C.M ، R.Ph (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 ، M.D. ، J.D. (الولايات المتحدة الأمريكية)

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

محرر مساهم: دبليو 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>