



## العلاجات المكملة والبديلة (الطب المكمل والبديل)

### Complementary and Alternative medicine (CAM)

هو مصطلح يستخدم لوصف مجموعة متعددة الأنواع من طرق العلاج غير التقليدية والتي لا تستخدم في العلاج أو الطب التقليدي.

#### 1- الطب المكمل أو التكميلي Complementary medicine

وهو يشير أو يعرف على أنه أنواع من الممارسات أو الطرق الطبية والتي تستخدم للمساعدة في العلاج مع جانب العلاج التقليدي وليس بديلا عنه.

والطب البديل هو مجموعة من العلوم والمدارس الطبية التي مر عليها آلاف السنين من الخبرات والتجارب الناجحة مستخدمة كل ما هو طبيعي للتحكم والسيطرة على الأمراض مثل الأعشاب والنباتات والإبر الصينية والتدليك والمتخصصون في الطب البديل يتعاملون مع المريض كوحدة واحدة ولا يتعاملون مع الجزء المصاب.

#### الطب البديل Alternative medicine

- وهو نوع من العلاجات يستخدم كبديل تماما بدلا من الطب التقليدي

#### الأنواع المختلفة من العلاجات البديلة و المكملة CAM Different types of

#### أولاً: الأنواع المختلفة من الطب البديل:

وهي أنواع مختلفة من أنظمة علاجية بديلة عن الطب أو العلاج التقليدي حيث تقوم أو تبني على أنظمة طبية علاجية متكاملة من حيث النظريات والممارسات الطبية.

- وهناك أمثلة مختلفة من أنظمة الطب البديل. من أشهرها الأنواع الآتية:

أ- طريقة العلاج بالمماثلة أو بالتشابه Homoeopathy

ب- الطب الهندي (الايروفيديا) Ayurveda Indian School

ج- الطب الصيني الشعبي Traditional Chinese Medicine (TCM)

د- الطب الياباني البديل Japanese School

أ- طريقة العلاج بالمماثلة أو بالتشابه Homoeopathy

- وهذا النوع من الطب البديل تم تأسيس نظامه الطبي العلاجي بواسطة طبيب ألماني.

- وتعتمد فكرة هذا النوع في معالجة الأمراض على معالجة الأمراض بواسطة جرعة صغيرة جدا من أدوية ( هذه الأدوية تعمل على إثارة أو ظهور أعراض المرض في الأشخاص السليمة )  
(Like treated with like or Like cures like)

-ويمكن أن نلخص فكرة المعالجة كمايلي: حيث تعتمد على 3 (ثلاثة) قواعد:

### القاعدة الأولى: 1- استخدام المتشابه: The using of similar

فمثلا لعلاج السعال أو مريض الربو يمكن استخدام عقار يؤدي إلى إثارة أو ظهور أعراض السعال أو الربو في شخص سليم.

### القاعدة الثانية: 2- استخدام جرعة صغيرة جدا من العقار المستخدم

### The using of minute doses

- حيث كلما زاد التخفيف للدواء المستخدم (انخفض تركيزه) كلما أعطي نتائج أفضل في العلاج. ولكن زيادة الجرعة من العقار تؤدي إلى ظهور المرض نفسه بشكل كبير وهذا على عكس نظرية عمل هذا النوع من العلاجات.

### القاعدة الثالثة: 3- استخدام عقار واحد فقط Single drug في عملية العلاج.

- سوف يتم شرح هذا النوع من العلاج Homeopathy بشي من التفصيل فيما بعد لأهميته.

### ب- الطب الهندي (الايروفيديا) Ayurvedic Indian Medicine

- حيث أن المقطع الأول ( Ayur ) من كلمة (Ayurveda) يعني كلمة الحياة (Life) والمقطع الثاني Veda يعني كلمة علوم أو معرفة ولذلك تعني كلمة Ayurveda (معرفة أو علوم الحياة).

- وهذا النوع من الطب في الهند المعروف باسم Ayurveda يعرف ويمارس في الهند من أكثر من 5000 عام. وحاليا أصبح منتشر وشائع في الثقافة الطبية في الدول الأوروبية.

### نظرية عملة ( الأساس النظري )

-تعتمد نظرية أو ميكانيكية هذا النوع من الطب البديل على أن كل شخص من لدية نموذج معين من الطاقة وهذه الطاقة مسؤولة عن الصفات الفيزيائية والعاطفية والعقلية في كل شخص وذلك عن طريق اتحاد معين لأنواع الطاقة المختلفة داخل جسم الإنسان.

- حيث يفترض هذا النوع من الطب (3) ثلاث أنواع أساسية من الطاقة موجودة في كل شخص وتم تسميتها Vita و Pitta و Kapha حيث لكل منها دور أو وظيفة معينة داخل الجسم وذلك كما يلي :

-نوع الطاقة ( Vata ) وهو نوع من الطاقة مسئول عن تنظيم وظائف الجسم المرتبطة بالحركة مثل الدورة الدموية والتنفس والرمش وضربات أو دقات القلب.

-عندما يكون نوع الطاقة متوازن في الجسم: يؤدي إلى حيوية الجسم وقدرة الإنسان على الإبداع.

-عندما تكون نوع الطاقة غير متوازن في الجسم: يؤدي إلى الشعور بالخوف والقلق

نوع الطاقة (Pitta) وهو نوع من الطاقة مسئول عن التحكم في عملية التمثيل الغذائي للجسم مثل ( الهضم Digestion والامتصاص Absorption والتغذية Nutrition )

-عندما تكون نوع الطاقة متوازن في الجسم: يؤدي إلى تنمية الذكاء والإدراك.

-عندما تكون نوع الطاقة غير متوازن في الجسم: يؤدي إلى القرع Ulcer و الغضب و العصبية

نوع الطاقة ( Kapha ) وهو نوع من الطاقة مسئول عن التحكم في نمو الجسم ومسئول عن إمداد أجزاء الجسم المختلفة بالماء وكذلك نمد الجلد بالرطوبة ويحافظ على اتزان جهاز المناعة للجسم.

-عندما تكون نوع الطاقة Kapha متوازن في الجسم: يؤدي إلى أن الشخص يصبح في حالة من التسامح واللفظ والرحمة.

-عندما تكون نوع الطاقة Kapha غير متوازن في الجسم: يؤدي إلى إن الشخص يصبح في حالة من الحقد والشعور السيء.

- وهناك عدة طرق تستخدم للعودة إلى حالة الاتزان لأنواع الطاقة المختلفة منها الآتي:

1- استخدام النباتات الطبية 2- بعض تمارين التنفس Breathing exercises

3- تدليك الجلد بواسطة الاعشاب الطبية المحتوية على الزيوت الطيارة Volatile oils

4- ممارسة طريقة اليوجا Yoga و اليوجا هي طريقة تستخدم لتحسين الدورة الدموية Circulation والهضم Digestion وتقلل ضغط الدم Blood pressure والقلق anxiety والآلام المزمنة Chronic pain وكذلك تقلل مستوى الكولستيرول في الدم Lowering of cholesterol level

### ثانيا: العلاج بالطاقة Energy Medicine

- وهو نوع من العلاجات المكملية حيث تستخدم بعض المجالات المغناطيسية لتحسين الحالة الصحية للجسم.

### ثالثا: العلاج الطبيعي أو الفيزيائي Manual therapy (Physical medicine)

- وهو نوع من العلاجات المكملية يعتمد على حركة جزء أو أكثر من أجزاء الجسم المختلفة مثل ( التدليك Massage وممارسة الرياضة Physical practice وتمارين خاص برد الفعل المنعكس Reflexology

### رابعا: العلاج بتأثير القدرة العقلية على الجسم Mind-Body Medicine

وفي هذا النوع من المعالجات تستخدم عدة طرق مختلفة والتي من خلالها تساعد القدرة العقلية للتأثير على أمراض ووظائف الجسم المختلفة ومن الممارسات أو الطرق المستخدمة في هذا النوع من العلاج ( الاسترخاء العميق والقدرة على التخيل والصلاة واليوجا)

### خامسا: العلاج بالنباتات الطبية Phytotherapy ( Herbal medicine)

- يسمى أيضا بالطب او العلاج الموازي أو الطبيعي natural or parallel treatment medicine

-وفي هذا النوع من العلاج تستخدم النباتات أو أجزاء منها أو مستخلصاتها أو الخضروات في معالجة الامراض في الحالات المزمنة Chronic cases ولا يفضل استخدامه في معالجة الأمراض في الحالات الحادة Acute cases

- ويرجع التأثير الطبي للنباتات الطبية نتيجة للمواد الفعالة بها. مع ملاحظة أن الصيدالة هم فقط المسؤولين عن التعامل مع النباتات الطبية ووصفها وذلك لما لهم من الخبرة العلمية عن النباتات الطبية من حيث فوائدها واستخدامها وسميتها وجودتها وكل ما يختص بها.

- وسوف يتم دراسة هذا النوع من العلاج بالتفصيل خلال هذا المقرر.

#### سادسا: المعالجات بالغذاء **Nutritherapy**

وهو نوع من أنواع الطب التكميلي وفيه يتم الاعتماد على المواد الغذائية المكملة التي تعمل على إعادة توازن الطعام وتدعم الجسم ضد الأمراض المختلفة.

وطبقا لهذا النوع من العلاجات يكون الغذاء هنا نوع من أنواع الدواء.

- مع ملاحظة أن الأمراض والآلام تعرف على أنها نتيجة خلل كيميائي حيوي ولذلك يجب المحافظة على اتزان بيولوجي بواسطة تغذية صحيحة

-مثلا المغنيزيوم Mg والبوتاسيوم K يتم وصفهم لعلاج تشنج أو تقلص العضلات Muscle cramps وكذلك الجلوكوز أمين Glucosamine والكبريت S يتم وصفهم لعلاج الآلام الروماتيزمية Rheumatic pain

#### سابعا: العلاج ببعض العناصر المعدنية **Oligotherapy**

وهذا النوع من المعالجات تستخدم فيه جرعات صغيرة من عناصر معدنية وذلك للأهداف التالية:

1- تزويد الجسم بدعم علاجي وكذلك امداده بالمعادن الضرورية واللازمة لعمل بعض الانزيمات وبذلك تؤدي إلى تحفيز سرعة عملية التمثيل الغذائي على مستوى الخلية.

2- تزويد الجسم بالغذاء والعناصر المعدنية الضرورية والتي تؤدي إلى وقف نشاط الشقوق الحرة ( الشقوق الحرة أو الطليقة تعمل على تدمير خلايا وأنسجة الجسم )

3- تنشيط حركة الأيونات والضرورية للحياة داخل وخارج الخلايا.

#### أمثلة هامة

1- عنصر الألمنيوم Al : وهو عنصر له قيمة طبية خاصة في كل حالات الخلل أو الأمراض المرتبطة بالمخ مثل: (

الخلل في الوظائف العقلية و قلة الإدراك والتركيز وضعف الذاكرة والاحتفاظ بالمعلومات وصعوبة النوم وحالات الدوار)

2- النحاس Cu : عنصر له تأثير طبي قوي ضد الفيروسات والبكتريا وكذلك يزيد وينشط من عمل المضادات الحيوية

-عنصر النحاس يظهر خواص علاجية مفيدة ضد القرحة Anti-ulcer action، كما في قرحة المعدة والفم

3- عنصر الليثيوم (Lithium): يعتبر من العناصر الفعالة في علاج حالات الاكتئاب !

4- عنصر اليود (Iodine) : يعتبر من العناصر الفعالة في علاج حالات الخلل الوظيفي للغدة الدرقية (في حالة زيادة

نشاطها أعلى من الطبيعي

- 5- عنصر الحديد Iron: من العناصر الفعالة في حالات فقر الدم Anemia و حالات التعب **Fatigue** وآلام المفاصل arthritic pain وآلام الالتهابات Inflammatory pain
- 6- المغنيزيوم Mg: وهو من العناصر الفعالة في حالات سوء الهضم Indigestion وآلام المفاصل Joint pain وتشنج أو تقلص العضلات Muscle spasms
- 7- الفلور (F) Fluorine: وهو من العناصر ذو القيمة الطبية العالية في حالات هشاشة العظام Osteoporosis ومشاكل الأسنان واللثة ومدعم هام للأسنان Dental support في علاجات طب الأسنان.
- 8- البوتاسيوم K: وهو عنصر فعال في حالات التقلص والشد العضلي Muscle spasm and cramps وفي حالات سوء الحالة المزاجية والعصبية Nervousness
- 9- الزنك Zinc: وهو عنصر مفيد وفعال في حالات الأمراض أو المشاكل الجلدية
- 10- الكبريت S: وهو من العناصر الفعالة في حالات حب الشباب Acne والحساسية Allergies والاكزيما (مرض جلدي) Eczema وزيادة الكوليستيرول في الدم Hypercholesterolemia
- 11- السيلينيوم Selenium (Se): وهو من العناصر الهامة في الأدوية المكملة حيث يعمل على إبطاء تقدم الشيخوخة Slow the aging process ويعمل على تدمير الشقوق الحرة التي تؤثر على الجسم.
- 12- الزنك والنيكل والنحاس (Zn-Ni- Cu)
- وهي عناصر فعالة تستخدم معاً لمجموعة في حالات الصدفية (مرض جلدي) Psoriasis ومشاكل وأمراض البنكرياس Pancreatic problems والتهابات المعدة Gastritis وقرح المعدة Stomach ulcer
- ملاحظة:** يوجد عدد كبير من العناصر أو المعادن يمكن أن تستخدم لوحدها أو على شكل مجموعات لتعطي تأثيرات طبية مختلفة ،
- وأيضاً يجب أن تستخدم هذه العناصر أو المعادن في جرعة صغيرة . لأنها سامة في حالة تناول جرعات زائدة منها Toxic in over dose

### ثامناً: العلاج بالزيوت العطرية الطيارة Aromatherapy

هو نوع من العلاجات الطبية الذي يعتمد على استخدام الزيوت الطيارة Volatile oils وما تحتوي على مواد فعالة وذلك بهدف العلاج من بعض الأمراض. وذلك بعدة طرق مختلفة ( وسوف يتم شرح هذا النوع من العلاج بالتفصيل في محاضرة خاصة لأهميته كنوع من التطبيقات العلاجية على الزيوت الطيارة التي تم دراستها في كيمياء العقاقير .

### تاسعاً:العلاج (الطب) المتكامل أو المدمج Integrative Medicine

- وفي هذا النوع من العلاجات يكون العلاج بمشاركة أو دمج بعض الطرق العلاج المستخدمة في الطب البديل والمكمل CAM مع طرق العلاج والتشخيص التقليدية Conventional وذلك من خلال خطة علاجية مدروسة.

- هناك عدة مميزات للطب المدمج أو المتكامل سوف نلخصها كما يلي:

- 1- يمتاز الطب المتكامل أو المدمج بأنه يعتمد على حقائق ودلائل علمية **Scientific evidences**.
- 2- يتميز أيضا بأن جميع طرق العلاج آمنه **Safe** وكذلك فعالة **Effective**
- 3- عملية التشخيص والعلاج تتم بواسطة مشاركة العلوم البيولوجية والمجهريّة لفحص خلايا الدم **Blood cell** وذلك لدراسة مدى تأثيرها عند علاجها بالعلاجات القديمة مثل الطب الصيني الشعبي والمعالجة المثلية **Homoepathy** والطب الهندي **Ayurveda** وغيرها من الطرق السابق ذكرها.
- 4- يهتم هذا النوع من الطب بالبحث في معرفة الأسباب المرضية للأمراض غير المعروف تشخيصها مثل السموم البيئية والعدوى المزمنة والمجهولة الأسباب والحساسية غير المحددة لبعض الأطعمة وكذلك أمراض الطفيليات **Parasites diseases** والمشاكل الطبية ذات العلاقة بالأسنان.

#### أسباب المختلفة لاختيار العلاج بالطب البديل والمكمل CAM

- من أهم الأسباب الشائعة عند المرضى للرجوع لاستخدامهم الطب البديل والمكمل كوسيلة للعلاج ترجع إلى أربع (4) أسباب رئيسية هامة هي كمايلي:

- 1- أسباب طبية **Clinical reasons** 2- أسباب مادية **Financial reasons**
  - 3- أسباب اجتماعية **Social reasons** 4- أسباب ثقافية **Cultural reasons**
- وفي معظم الحالات المرضية قد تكون الأسباب الأربعة السابقة مجتمعة هي السبب في اتخاذ قرار المريض للمعالجة بواسطة الطب البديل والمكمل **CAM**

#### أولاً: الأسباب الطبية **Clinical reasons for choosing CAM**

- تتلخص الأسباب الطبية لاختيار المرضى العلاجات البديلة والمكملة كوسيلة للعلاج في النقاط الآتية:

#### أ- كوسيلة علاج آمنة **Safe treatment**

- حيث ينتشر مفهوم شائع بين المرضى الذين يستخدمون طرق الطب البديل والمكمل وهو أن هذه الطرق آمنة تماماً **Entirely safe** وهذا هو السبب الهام في اختيار هذه الطرق كنظام طبي للعلاج

#### ب - طرق العلاج المتعددة **Different methods for treatment**

- احساس المريض بأن الطب البديل والمكمل **CAM** يقدم له عدة أنواع مختلفة من العلاجات وبالتالي يشعر بالراحة لأنه أمام اختيارات عديدة لطرق العلاج .
- وكذلك يحصل على شرح كافي لكل طريقة من طرق العلاج قبل استعمالها ومعرفة كافة المعلومات عنها.

#### ج- طريقة علاج واحدة في الطب التقليدي **Single method for treatment**

- احساس المريض بأن الطب التقليدي Conventional medicines يقدم له طريقة واحدة للعلاج تجعله يرغب في الطب البديل والمكمل الذي يقدم له عدة اختيارات.

#### د- فعالية الطب البديل والمكمل في علاج بعض الأمراض

#### Effectiveness of CAM in treatment of some diseases.

وذلك من خلال معالجة حالات الاكتئاب Depression والضغط النفسي و العصبي Stress والعدول أو الامتناع عن التدخين و في علاج نزلات البرد والأمراض الجلدية

#### هـ- قلة كفاءة بعض الأدوية التقليدية Decrease the efficacy of some conventional drugs

يث أن فشل بعض الأدوية التقليدية في حالات مرضية معينة يجعل المريض يفكر في طرق الطب البديل والمكمل بدلا من التقليدي.

- فمثلا فشل معالجة بعض الأمراض الجلدية بأدوية الستيروئيدات Steroids تعطي المريض اعتقاد بفشل جميع الأدوية التقليدية الموضعية لمعالجة المشاكل الجلدية

#### ثانيا: الأسباب المادية Financial reasons for choosing CAM

وذلك لأن متوسط تكلفة طرق العلاج بالطب البديل والمكمل أقل بكثير من تكلفة العلاج بالطب التقليدي

#### ثالثا: الأسباب الاجتماعية Social reasons for choosing CAM

1- وجود نماذج علاجية متطورة من الطب البديل والمكمل يتم الإعلان عنها من خلال الهيئات والمنظمات الطبية في الصحف News paper ومجلات الأبحاث العلمية Magazine articles كان لها أثرها الكبير لاختيار المرضى هذه الطرق.

ب- قناعة المرضى بأن الطب البديل والمكمل هي علاجات طبيعية وأن معظم أدويته تصنع من مصادر غير اصطناعية.

#### ثالثا: الأسباب الثقافية Cultural reasons for choosing CAM

1- حاليا أصبحت حرية التنقل والسفر بين الدول ومشاهدة الأنظمة العلاجية المختلفة نتيجة الثقافات الطبية المختلفة لهذه الدول جعل هناك تأثير وقناعة بهذه الطرق والثقافات الطبية للعلاج.

ب- وكنتيجة لذلك مثلا في الفترة الأخيرة زاد الإقبال من المرضى للعلاج بطريقة المعالجة بالمماثلة Homoeopathic medicine

د- ثقافة عدم الثقة والفهم لإنجازات الطب التقليدي عند بعض المرضى  
ملاحظة هامة:

لماذا بعض المرضى لا يفضلون المعالجة بالطب البديل والمكمل؟

وذلك يرجع الي خمسة أسباب هامة. هي كما يلي:

1- المفهوم السائد لديهم بقلّة الأدلة والبراهين العلمية لنظريات عمل طرق CAM

2- الاقتناع الشديد بالقيمة الطبية في الطب العلمي (التقليدي)

- 3- الاقتناع فقط بفعالية الطب التقليدي وليست هناك حاجة لعلاجات أخرى.
- 4- الاعتقاد بأن طرق العلاج المكمل ممكن أن تتعارض مع أدوية العلاج التقليدي  
عدم التأكد من حدود جودة وأمان الأدوية المكملة التي تباع بدون وصفة.

### مصادر الأدلة العلمية للطب البديل والمكمل Sources of evidence on CAM

-لقد تم حديثاً تقييم ومراجعة حالة الطب البديل والمكمل CAM للوقوف على الأدلة العلمية المؤكدة له. حيث تم استنتاج الآتي:

1- وجد أن عدد الأبحاث التطبيقية المرتبطة بالصحة تتزايد سريعاً وأيضاً تتحسن جودتها.

ب- عدد التجارب الطبية العشوائية للطب البديل والمكمل يتضاعف تقريباً كل (5) خمس سنوات

ج- الأدلة العلمية Evidence المتاحة حالياً للطب البديل والمكمل CAM تعتمد على أربع (4) مصادر أساسية هي كما يلي:

#### 1- التجارب الطبية العشوائية (RCT) Randomised Clinical Trial

-معظم نتائج هذه التجارب يتم الحصول عليها من مجموعات عشوائية من المرضى وتسجيل النتائج. (حيث من خلال هذه التجارب يكون من الصعب التوقع بنتائج أي فرد من هذه المجموعات)

#### 2- بيانات أو سجلات طبية Clinical audit

- وذلك من خلال تقييم منتظم للتأثيرات والنشاط الطبي للأدوية المستخدمة.  
- وأيضاً تشمل هذه السجلات أو البيانات الطبية على تعريف المشاكل وطرق حلها .  
-تعمل هذه البيانات الطبية على تحسين وتطوير الطرق المختلفة لطب CAM

#### 3- دراسات تعتمد على الملاحظة Observational studies

- حيث يتم تسجيل كل الأعراض والملاحظات التي تطرأ على المريض عند استخدامه طرق CAM. حيث يعمل ذلك على التأكيد على زيادة فعالية طرق CAM

#### 4- أدلة تعتمد على قصة قديمة أو نادرة Anecdotal evidence

-وذلك من خلال تجميع الحالات الفردية التي تم تسجيلها في المراجع من سنوات عديدة في الثقافات المختلفة من الطب الشعبي، وقد تعتبر هذه الأدلة المرجعية للحالات الفردية في الطب الشعبي القديم مفيدة في تدعيم وبرهنة بعض الطرق المستخدمة من الطب البديل والمكمل CAM

#### حدود الأمان لطرق العلاج بالطب البديل والمكمل Safety of CAM

- كما سبق أن ذكرنا أن عامة المرضى تعتبر طرق العلاج CAM آمنة تماماً ولكن في الحقيقة يمكن أن تحدث كثيراً من التداخلات التي قد يكون لها أثر ضار وذلك في حالة استخدامها بشكل غير مناسب:  
ومن أمثلة ذلك:

1- مزاوله المعالجة بالنباتات الطبية Phytotherapy من خلال العشابين وغير المتخصصين فيؤدي ذلك إلى تعريض المريض لخطر تسمم حقيقي.

ب- وأيضاً احتمالية تداخل أو تفاعل بعض المواد الفعالة من الأعشاب مع بعضها أو مع الأدوية الكيميائية التقليدية الأخرى مثل:

a-**Herb-Herb Interaction** تفاعل أدوية عشبية مع بعضها

b-**Herb-Drug Interaction** تفاعل أدوية عشبية مع أدوية تقليدية

ج- بعض الطرق العلاجية CAM يمكن أن تسبب مخاطر إذا تم إجراؤها بطريقة خاطئة

ملاحظة هامة: بصفة عامة يمكن أن نقسم المخاطر التي يمكن أن تنتج من استخدام CAM إلى قسمين أساسيين:

**1- مخاطر مباشرة Direct risks** **2- مخاطر غير مباشرة Indirect risks**

**1- مخاطر مباشرة Direct risks** : مثل هذه الأضرار أو المخاطر تنتج كما يلي:

ا- قد تحدث تفاعلات حساسية Allergic reactions أو بعض التفاعلات الجانبية Adverse reactions

للأدوية المستخدمة أو العوامل التشخيصية Diagnostic agents خلال طرق CAM

ب- قد تستخدم مواد مغشوشة أو مواد ذات جودة منخفضة تؤدي إلى أضرار مباشرة على المريض

ج- قد تحدث تفاعلات أو تداخلات دوائية بين أدوية CAM والأدوية التقليدية.

د- أضرار تنتج من عدم خبرة بعض المشتغلين على طرق CAM

**1- مخاطر غير مباشرة Indirect risks**: ويمكن تلخيصها في النقاط الآتية:

ا- تدهور حالة المريض الصحية نتيجة لعدم التشخيص الدقيق لحالته أو استخدامه علاج غير مناسب أو

الإثنين معا.

ب- عدم اكتشاف أو تشخيص بعض الأمراض المستعصية وذلك بسبب قلة المعرفة وخبرة القائمين على طرق CAM

ج- التطبيقات والطرق المختلفة للطب CAM تحجب أو تقلل فرص العلاج بالطرق التقليدية.

د- قد يحاول المريض معالجة مرضه بنفسه تحت تأثير الضغط الإعلامي لطرق الطب البديل والمكمل

هـ- توقف المريض عن تناول العلاج التقليدي بدون إذن أو معرفة الطبيب.

التطبيقات الهامة للطب البديل والتكميلي Important application of CAM

- هناك حالات مرضية عديدة يتم علاجها من خلال العلاجات البديلة والمكملة.

-ولكن من أهم الأمراض التي يتم علاجها بفاعلية بواسطة طرق الطب البديل والتكميلي هي الحالات الآتية:

1- حالات الحساسية Allergies 2- حالات التهاب المفاصل Arthritis

3- السيطرة والتعامل مع حالات من مرض السرطان Cancer management

4- حالات الاكتئاب Depression 5- حالات الانفلونزا Influenza

6- حالات الأرق Insomnia 7- معالجة أو إزالة الألم Relief of pain

8- الأمراض العصبية و النفسية. Neurological and Psychological disorder.

مثل معالجة حالات الاكتئاب Depression والضغط النفسي والعصبي Stress

9- العدول أو الامتناع عن التدخين Stopping of smoking

10- علاج حالات البرد Common cold

**طريقة العلاج بالمماثلة (المثلية) أو بالتشابه Homoeopathy****نشأة أو تاريخ طريقة العلاج المثلية History of Homoeopathy**

- في عام 1790 قام العالم الألماني **Samual Hahnemann** بتدوين ملاحظاته على أساس التشابه بين الأعراض الذي يحدثها دواء على شخص سليم وبين أعراض المرض الذي يعالجه هذا الدواء. حيث وجد تشابه كبير بين الأعراض في الحالتين وكانت هذه الملاحظات بداية تأسيس فكرة هذه الطريقة من العلاج.

- فمثلا قام بتناول مستخلص الكينا **Cinchona** والمعروف باستخدامه في علاج الملاريا والتي كانت تعرف قديما باسم **March fever**. حيث قام بتجربة مستخلص النبات على نفسه. وسجل جيدا كل الأعراض العضلية والعقلية التي تظهر عليه. حيث وجد أن الأعراض الناتجة من سمية العقار عليه (كشخص سليم) هي نفس الأعراض التي تظهر من مرض الملاريا.

- وأراد العالم الألماني أن يؤكد مبدأ التشابه بين العقار والمرض بتجارب أخرى.

- فوجد أيضا أن الأعراض التي يحدثها نبات البلاذونا **belladonna** على الشخص السليم هي نفسها الأعراض التي تظهر من مرض الحمى القرمزية **Scarlet fever** عند الأطفال ( حيث أن البلاذونا يستخدم في علاج الحمى القرمزية) وبعده تجارب أخرى على نفسه وعلى أفراد أسرته وفي كل مرة تتأكد له نفس النتائج وبذلك أكد واستنتج العالم الألماني صمويل أن هناك علاقة قوية بين أعراض تأثير سمية العقار على الشخص السليم وبين الأعراض الطبية للمرض.

- ومن هنا جاءت فكرة الأساس النظري للعلاج بطريقة المثلية أو التشابه فأصبحت القاعدة وهي ( استخدام الدواء أو العقار الذي يعطي أعراض على الشخص السليم تتشابه مع أعراض مرض معين ) في هذه الحالة هذا العقار يصلح لعلاج هذا المرض. **Like cures Like**

**تعريف طريقة المعالجة المثلية Definition of Homoeopathy** هي نوع من أنواع الطب البديل تعتمد على تناول أدوية بتركيز مخفف جدا حيث يتم تحضير هذه الأدوية طبقا لطرق معينة في مختلف دساتير الأدوية الدولية المعترف بها لهذا العلاج وذلك بهدف إثارة أو حث قدرة الجسم على معالجة وشفاء نفسه.

مع ملاحظة أن الأدوية يتم اختيارها على أساس قاعدة التشابه أو التماثل **Law of similars**

**الأساس النظري للمعالجة المثلية Basic principle of Homoeopathy**

- هناك **3 قواعد** تكون مرتبطة بالمعالجة المثلية. هي **كما سبق ذكرها:**

أ- **المتشابه يعالج المتشابه Like cures Like**

ب- استخدام جرعة صغيرة **Minimal dose**

ج- استخدام عقار واحد **Single medicine**

أ- **المتشابه يعالج المتشابه Like cures Like**

كما سبق معرفة قاعدة التشابه وهي البحث عن الأدوية التي إذا تناولها شخص سليم تعطي نفس أعراض المرض المراد علاجه.

- هذا الفكرة عادة تسمى باسم قانون التشابه **Law of similar**. ولذلك تم تلخيص قاعدة هذا النوع من المعالجات في عبارة واحدة. ( المتشابه يعالج المتشابه **Let like to be treated with like** )

معظم أدوية هذا النوع من المعالجات تم اختيارها عن طريق عمل اختبار لكل عقار على شخص سليم وتسمى Drug pictures وذلك بغرض توضيح مدى توافق أعراض العقار مع أعراض المرض لاختياره للعلاج وتسمى هذه الخطوة أو الطريقة Proving the drug

- حيث قام العالم الألماني بتعريف المنهج والدليل العلمي الدقيق الذي يستخدمه للبحث عن إثبات وتوضيح صورة الادوية Drug pictures

-حتى الآن لا تزال عملية البحث عن الادوية وإثبات صورتها مستمرة وذلك بغرض الكشف عن أدوية جديدة. بالإضافة إلى الطريقة السابقة التي تستخدم لإثبات صورة الأدوية هناك طرق أخرى تستخدم من خلال:

- الملاحظات لأعراض المرضية لبعض المرضى والتي تم شفاؤها بانتظام تدريجيا بواسطة العقار .

-عموما صور الأدوية Drug pictures يتم معرفتها من خلال الملاحظات الطبية لأعراض الأمراض وسمية الأدوية.

كل المعلومات الطبية عن أعراض الأمراض و صور الأدوية تم تجميعها في موسوعة كتب سميت باسم

Materia Medica and Repertories

-ويهذه الموسوعة أصبح من السهل اختيار الأدوية المناسبة لأمراض معينة طبقا لنظرية عمل المعالجة المثلية

Homoepathy التي تبنى على التشابه كما سبق ذكره.

## 2- استخدام جرعة صغيرة أو مخففة Use of Minimal dose

- الهدف من التخفيف في استخدام الدواء هو التحاشي والبعد عن التسمم أو السمية غير المرغوبة من التركيز

الزائد وفي نفس الوقت تحقيق تأثير شفائي أو دوائي

## 3- استعمال عقار واحد في العلاج Use of single medicine

-طبقا لنظرية عمل المعالجة المثلية Homoepathy يجب استخدام نوع واحد من الأدوية لعلاج أي حالة مرضية

-ويتم ذلك طبقا لكل الأدلة والبراهين التي تم معرفة صورها في موسوعة كتب Materia Medica

-والسبب في استخدام عقار واحد في العلاج يرجع إلى أنه لا توجد طريقة لمعرفة مدى تغير صورة العقار Drug

picture بواسطة تأثير عقار آخر عندما يكونوا معا Combination ( حيث لكل منهما مواده الفعالة)، ولكن في

مرات قليلة استخدم العالم الألماني خليط من 2 أو 3 أدوية وظل هذا العدد المحدود من الأدوية يستخدم حتى اليوم.

## قوانين العلاج في المعالجة المثلية Laws of cure of Homoepathy

- هناك ثلاثة قواعد أو قوانين تعتمد أو تبنى عليها عملية الشفاء أو العلاج في طرق المعالجة المثلية

Homoepathy وتسمى قوانين العلاج وهي كما يلي:

### 1- قانون Hering's law

- وهذا القانون ينسب إلى العالم الأمريكي Dr. Constantine Hering وهو من المتخصصين في علم العلاج

بالطريقة المثلية Homoepathy وهو يعتمد على تنظيم عملية أولويات العلاج . وتتلخص نقاط هذا القانون كما يلي:

ا- تتم المعالجة من أعلى إلى أسفل الجسم ب- وكذلك من الداخل إلى الخارج

ج- وأيضا من الأعضاء الأكثر أهمية إلى الأقل أهمية.

### 2- قانون Arndt's law : - وهو قانون صيدلي عام General Pharmaceutical law

وهو يوضح النقاط الآتية:

أ- العقار المحفز أو المثير الضعيف يحفز أو يستحث الأجهزة الحية و

ب- العقار المحفز أو المثير المتوسط يعرقل عمل الأجهزة الحية مثل إيقاف مسارات التفاعلات الكيميائية الحيوية

ج- العقار المحفز أو المثير القوي يدمر عمل الأجهزة الحية. مثل العلاجات الكيماوية

### 3- قانون الحد الأدنى من التأثير Law of minimum action

وهو قانون ثالث من قوانين العلاج وهي مرتبطة بالجرعات الصغيرة Minute doses والتي يتم العلاج بها في طريقة Homeopathy و ويمكن أن يلخص في الآتي:

( التأثير الطبي المطلوب يتطلب أن يعطى الحد الأدنى من الجرعة وذلك على حسب قواعد العلاج المثلية

### Manufactures of homoeopathic drugs تصنيع أدوية المعالجة المثلية

أولاً: تصنيع أدوية المعالجة المثلية طبقاً للطرق الموضحة في مختلف دساتير الأدوية للمعالجة المثلية

### Homoeopathic Pharmacopeias

-حيث تم وضع دساتير أدوية خاصة لأدوية المعالجة المثلية في الاتحاد الأوروبي والتي تستخدم كمرجع لتسجيل أدوية المعالجة المثلية طبقاً للقواعد والضوابط الأوروبية. ومن أمثلة هذه الدساتير الأنواع الآتية:

A-The European Homoeopathic Pharmacopoeia

B- The German Homoeopathic Pharmacopoeia

C- The French Homoeopathic Pharmacopoeia

- مع ملاحظة أن دستور الأدوية الانكليزي للمعالجة المثلية لازال غير رسمي ( Not officially )

وان دستور الأدوية الأمريكي للمعالجة المثلية يستعمل بشكل أساسي في شمال أمريكا ( North America )

ثانياً: مصادر المواد التي تستخدم في صناعة أدوية المعالجة المثلية

1- مواد نباتية Plant materials : أكثر من نصف أدوية المعالجة المثلية يتم تحضيرها من مستخلصات النباتات.

-مع ملاحظة أن هناك فرق بين طريقة المعالجة بالنباتات Phytotherapy وبين استخدام النباتات الطبية في

طرق المعالجة Homoeopathy حيث أن طبيعة المعالجة في الإثنين مختلفة تماماً. حيث أن الأدوية العشبية

Herbal products غالبا ما تكون عبارة عن مستخلص كحولي أو مائي ولكن طرق المعالجة المثلية نضيف

خطوة أخرى وهي التخفيف وقد يتم استخدام كل النبات أو جزء من أجزائه مثل الأوراق والأزهار والساق

والجذور كما هو موصوف في دساتير الأدوية.

### 2- مواد بيولوجية Biological materials

تصنع أدوية المعالجة المثلية من مصادر أخرى مثل زراعة البكتريا أو إفرازات الحيوانات الصحية وتشمل السموم

-أيضا تصنع الأدوية من مواد مثيرة للحساسية مثل حبوب الطلع أو اللقاح والزهور وأنواع مختلفة من المواد الغذائية

مثل القهوة والشوكولاتة والبيض واللبن). ويمكن استخدام هذه المواد في تحضير الأدوية التي تعرف باسم مثيرات

الحساسية Allergodes

### 3- مواد كيميائية Chemical material

-المواد الكيميائية المستخدمة في تصنيع أدوية المعالجة المثلية يتم الحصول عليها من أماكن تواجدها في الطبيعة. بينما المواد الكيميائية النقية جدا نادرا ما تستخدم في تحضير الأدوية.

- فمثلا نحصل على الكبريت (S) من مكان تواجده الطبيعي (مناطق البراكين) ولا يتم ترسيبه في المعمل.

### وصف أدوية المعالجة المثلية Prescribing of Homoeopathic medicines

-طريقة وصف أو اختيار الأدوية للمرضى بطرق المعالجة المثلية تتشابه مع طريقة العلاج التقليدية ويمكن تلخيص طريقة وصف أو تحديد الأدوية المطلوبة في 8 خطوات:

- 1- الحصول على المعلومات الأساسية Basic information عن حالة المريض
- 2- تشخيص حالة المريض Diagnosis of case.
- 3- أخذ القرار لاختيار نوعية المعالجة هل عن طريق Homoeopathy أو Orthodoxy medicines الأدوية التقليدية
- 4- تجميع المعلومات التكميلية للمريض Supplementary informations
- 5- تحديد دواء معين Particular medicines للمريض.
- 6- تصنيع أو إنتاج الوصفة Generating of prescription
- 7- إعطاء العلاج للمريض ومتابعته

**ملاحظة هامة:** بالنسبة لخطوة إنتاج الأدوية في الوصفة Generating a prescription يجب أن تكتب المعلومات الآتية على أي دواء بعد إنتاجه لضمان استخدامه الصحيح:

- 1- اسم الدواء Name of medicines -2 فعالية الدواء Potency of drug
- 3- الشكل الصيدلاني للجرعة Dose form
- 4- كمية الدواء Quantity of drug -5 جرعة الدواء المحددة Dose

### أدوية المعالجة المثلية بدون وصفة OTC Homoeopathic drugs

- معظم أدوية المعالجة المثلية الشائعة تم تسجيلها تحت ضوابط ومعايير الاتحاد الأوروبي وهي الآن متاحة للبيع بدون وصفة .
- أدوية المعالجة المثلية البيطرية المسجلة متاحة الآن في بريطانيا للاستخدام بدون وصفة.

### حدود الأمان للأدوية المثلية Safety Issues of Homoeopathic medicine

يمكن أن نقوم بالتركيز على النقاط الآتية التي تعتبر مصادر التأثير على مدى حدود الأمان للمعالجة بهذه الأدوية وهي كما يلي:

#### 1- المعالجة غير مناسبة Inappropriate treatments

- وتنتج من الأسباب الآتية :

- 1- معظم أدوية المعالجة المثلية متاحة بدون وصفة OTC ومخصصة لعلاج الحالات البسيطة التي يتم شفاؤها ولذلك أحيانا يقوم المريض باختيار الدواء غير المناسب من خلال معالجة نفسه مما قد ينتج عنه معالجة غير مناسبة.
- ب- أو نتيجة لخطأ في التشخيص يؤدي إلى مشاكل صحية كبيرة وهو يمثل أحد أهم مشاكل الأمان لهذه الأدوية.

#### 2- الآثار الجانبية Side effects

- 1- قد تحدث الآثار الجانبية من خلال تناول المريض جرعة زائدة من الأدوية ومن المعروف أن هذا النوع من العلاجات يقوم على تناول جرعة مخففة من الأدوية.

قد تسوء حالة المريض في حوالي 10% من حالات المرضى المزمنة خلال الأيام من 2-5 من تناول الدواء (وذلك نتيجة تفاعل الدواء داخل الجسم في الأيام الأولى) ولذلك يجب المتابعة مع المختصين بالعلاج.

ج- الزيوت الستيرويدية Steroidal oils والزيوت العطرية Essential oils

قد تقلل من كفاءة Efficacy أدوية المعالجة المثلية Homoeopathic drugs

### تطبيقات طرق المعالجة المثلية Applications of Homoeopathy

أولاً: التطبيقات العامة للمعالجة المثلية كما يلي:

1- في حالات الإسعاف الأولي للعلاجات الأولية البسيطة مثل الجروح والأمراض المزمنة والحادة

2- في جراحات الأسنان وفي حالات الوقاية والعلاج

3- في مجال الرعاية للرياضيين Sport care لعلاج المشاكل والجروح البسيطة في القدم.

4- في حالات اكتئاب ما بعد الولادة Postnatal بالنسبة للأم .

5- في مجال الطب البيطري للحيوانات Veterinary medicine

ثانياً: التطبيقات الخاصة بالنباتات الطبية في مجال المعالجة المثلية:

- قلويد Quinine المستخلص من قشور الكينا *Cinchona divers* لمعالجة الملاريا malaria

- خلاصة زهرة العطاس *Arnica Montana* تستعمل لمعالجة الكدمات وللمعالجة الموضعية للرضوض.

- البابونج *Chamaemelum nobils* : يستعمل كمضاد للغثيان والشقيقة ولتسهيل التسنين عند الأطفال.

- الياسمين الأصفر Gelsemium : يستعمل خلاصة الجذر لعلاج أعراض البرد وتأثيرات الاجهاد والشقيقة حيث يحتوي النبات على قلويدات اولية.

- جذور الأكونيت (خانق الذئب *Aconitum nepallus* ) (علاج مسكن pain reliever

- نبات الصبار *Cactus grandiflous* (أزهار، ساق غضة tender stems ) لمعالجة المشاكل القلبية cardiac problems

- القنب الهندي *Cannabis indica* لمعالجة الحالات الذهانية psychotic states

- نبات اللحاح *Colchicum autumnal* : لمعالجة داء النقرس

- ثمار الحنظل Colocynth لمعالجة المشاكل التنفسية والتنفسية.