



## العلاجات البديلة تلاقي استحساناً

الدكتور رافيندر مامتاني، أستاذ الصحة العامة،  
طلاب الطب في السنة الأخيرة مانيشا ديب روي ومروة أحمد وياسر طرابيشي  
كلية طب وايل كورنيل في قطر

إن الحالات النموذجية التي تُشاهد في عيادة طبيب أم في العيادات الخارجية بالمستشفى قد تشمل المرضى التالي ذكرهم:

امرأة شابة تعاني من قلق/اكتئاب متكرر  
رجل في الخمسين من عمره يعاني من ألم مزمن في أسفل الظهر  
أم عاملة تعاني من صداع موهن  
رجل مدخن له تاريخ في السكري والبدانة  
طفل في الثامنة من العمر يعاني من التهابات متكررة في الأذن والحلق

في كثير من الحالات، قد يكون أهمّ الأخصائيين والخبراء عملوا على تقييم حالات هؤلاء المرضى، وغالباً ما كانوا يقولون للبعض منهم "لم يعد لدينا ما نقدمه لك"، أو "هذا أفضل ما يمكننا القيام به"، أو "قد يتوجب عليك أن تعيش مع هذه المشكلة"، أو كلام آخر من هذا القبيل.

مثل هؤلاء المرضى يشعرون في أحيان كثيرة بالعجز والإحباط. فالأحداث والروايات المحيطة بالأمهم لا تعد ولا تحصى، وتستمر في تشكيل تحد لكل المهتمين بتأمين رفاهية الإنسان وسلامته وصحته.

قد يلجأ كهؤلاء المرضى إلى القيام بأي شيء لوضع حد لآلامهم ومعاناتهم. ويتحوّل العديد منهم نتيجة ذلك نحو العلاجات غير التقليدية، المعروفة أيضاً بالطب المكمل والبديل.

### استخدام العلاجات البديلة إلى تزايد

تتراوح نسبة الذي يستخدمون علاجات الطب البديل والمكمل في العالم المتطور ما بين ٢٥ و ٥٠ بالمئة. ففي الولايات المتحدة الأميركية، هناك حوالي ٤٠ بالمئة من أفراد المجتمع يسجلون سنوياً استخدامهم لأقله واحد من العلاجات البديلة، وفقاً لنشرة جمعية الطب الأميركية (١٩٩٨). هناك طلب واسع على هذه العلاجات واستخدامها في أوساط الذين يعانون من أمراض مزمنة مثل السرطان. كما هناك اتجاهات مماثلة واضحة في النرويج، فرنسا، استراليا، بريطانيا وروسيا. كما تشهد بلدان منطقة الشرق الأوسط مثل الإمارات العربية المتحدة وقطر استخداماً متزايداً للعلاجات البديلة.

إن بعض هذه العلاجات البديلة الشائع استخدامها حول العالم تشمل أدوية الأعشاب، المكملات الغذائية والفيتامينات عالية الجرعة، وخز الإبر، الطب المتجانس، التدليك، والتدخلات على مستوى العقل/الجسم مثل اليوغا، الاسترخاء والتأمل. وتم تسجيل استخدام وخز الإبر والحجامة وأدوية الأعشاب في بلدان شرق أوسطية

مثل قطر والإمارات العربية المتحدة. إن الأشخاص الممكن استخدامهم لهذه العلاجات هم الذين يعانون من مشاكل صحية مثل الألم، وجع الرأس وآلام الشقيقة، التوترات ما قبل الحيض، مشاكل الجهاز الحركي والعضلي، حالات التهاب المفاصل، أو القلق والاكتئاب.

وأصبح واضحاً أن البرامج التي تقدم خيارات وقائية وصحية مبنية على مجموعة من الأنظمة الشفائية البديلة تكتسب شعبية حول العالم. وإلى جانب كونها تشكل أساساً لأسلوب علاجي وشفائي متجدد وحديث، إنها تعطي نتائج علمية إيجابية.

إذاً، ما مدى فعالية هذه العلاجات؟ إن العديد من العلاجات البديلة أثبتت فعاليتها لأمراض معينة. فهناك أدلة كافية على سبيل المثال، لدعم استخدام (أ) وخز الإبر لوجع الرأس وآلام الشقيقة، الأوجاع المزمنة في أسفل الظهر والرقبة، المشاكل في الأمعاء والمعدة (الغثيان)، ومشاكل الإدمان، (ب) التنويم المغناطيسي للألم والغثيان؛ (ج) العلاج بالتدليك للقلق، (د) الأعشاب لبعض الحالات، مثل عشبة "سان جون" للاكتئاب المعتدل؛ و(د) تقنيات العقل/الجسد مثل التأمل، اليوغا والتلقيح الحيوي المرتد لعلاج القلق والألم.

### معدلات رضا عالية في الطب البديل والمكمل

يسجل الأطباء الذين يستخدمون الطب البديل والمكمل في ممارستهم فوائد لكل من المرضى وأنفسهم. وقد كررت دراسات عديدة تأكيدها على أن رضا المرضى عن الطب البديل والمكمل مرتفع جداً. وبالنسبة لمرضى السرطان، إن الرضا عن الطب البديل والمكمل عالٍ حتى دون توقع تأثيرات مضادة للسرطان.

هناك العديد من العلاجات البديلة ومع ذلك، فإنها تقدم القليل للمرضى أو حتى أنها تؤذيهم وتضر بصحتهم. ومثالاً على ذلك، الحقن الشرجية، العلاج بغاز الأوزون، جرعات كبيرة غير مناسبة من الفيتامين واستخدام غضروف سمك القرش.

ورغم الاكتشافات البحثية الإيجابية الصالحة، يبقى العديد من الذين يوقرون الرعاية الصحية بمن فيهم الأطباء غير مطلعين على جدوى ومحدودية الطب البديل والمكمل أو مشككين فيه. غير أن معطيات دراسة حديثة قد أظهرت أن الأطباء والمرضى يزداد اهتمامهم بالطب المدمج أو الشامل لعلاج المرض. هذا المنهج يوفر للمرضى أساليب تقليدية وغير تقليدية تخدم مصالحهم على أفضل وجه. ومن هنا، يجب على موقري الرعاية الصحية أن يصبحوا ممارسين مطلعين كي يتمكنوا من توفير النصائح المناسبة والمفيدة لمرضاهم حول فوائد الطب البديل ومحدوديته. كما يجب على المرضى المهتمين بالطب البديل والمكمل أن يناقشوا مناهج الطب الشامل لعلاج المرض مع الذين يوقرون لهم الرعاية الصحية.

إن توخّي الحذر في استخدام العلاجات البديلة يكون في توفيرها كعلاجات مساعدة أو مكملّة عوضاً عن علاجات بديلة. وفي حين يتوجب على العاملين في الرعاية الصحية أن يكونوا شجعان بما يكفي لاستخدام علاجات الطب البديل والمكمل ذات الفعالية المثبتة، عليهم أيضاً أن يكونوا شجعان كفاية للبحث على عدم استخدام العلاجات المضرة. على سبيل المثال، نحن نعلم الآن أن الأدوية الموصوفة ذاتياً التي تشمل جرعات كبيرة من الفيتامينات، والاستخدام غير المكفول لبعض مكملات الأعشاب قد يكون لها تأثيرات مضرة بالصحة.

contd./-

لا يمكن اقتراح الطب البديل والمكمل على أنه يشفي من الأمراض، ولكن هناك أدلة كافية على أن استخدام هذا النظام الطبي بشكل صحيح وملائم، يمكنه أن يكمل نجاح العلاجات التقليدية ليوفر ليس فقط مساعدة عرضية للمرضى، إنما أيضاً أفضل رعاية صحية متوفرة.

إن المعلومات الطبية المتوفرة في هذه المقالة ما هي إلا مجرد موارد معلوماتية، ولا يجوز استخدامها أو الاعتماد عليها لأغراض التشخيص أو العلاج. ولا يقصد من هذه المعلومات تعليم المرضى، أو خلق أي علاقة بين طبيب ومريض، ولا ينبغي استخدامها بديلاً للتشخيص والعلاج المهني. وإذا كنت تشعر أو تشك بأن لديك مشكلة أو وضع طبي، الرجاء الاتصال بطبيبك الخاص.

(انتهى)

لمزيد من المعلومات الرجاء الاتصال:

ندى حسن

مسؤولة الشؤون العامة

مكتب الشؤون العامة

هاتف: ٠٠٩٧٤٤٩٢٨٦٥٤

بريد إلكتروني: [nah2008@qatar-med.cornell.edu](mailto:nah2008@qatar-med.cornell.edu)

ملاحظات إلى المحررين:

**نبذة عن كلية طب وايل كورنيل في قطر**

تأسست كلية طب وايل كورنيل في قطر بالتعاون مع مؤسسة قطر، وتعد جزءاً من كلية طب وايل التابعة لجامعة كورنيل في نيويورك، كما أنها أول مؤسسة طبية تقدم بكالوريوس الطب خارج الولايات المتحدة. وتقدم هذه الكلية برنامجاً تعليمياً شاملاً ومتكاملاً، حيث يشتمل على سنتين دراسيتين "ما قبل الطب"، ثم أربع سنوات ضمن برنامج الطب، ويتم التدريس من قبل الهيئة التدريسية التابعة لكلية كورنيل. وهناك مراحل قبول منفصلة لكل برنامج تتم وفق معايير القبول المعمول بها في جامعة كورنيل في إيثاكا وكلية الطب التابعة لها في نيويورك. وللحصول على المزيد من المعلومات حول هذه الكلية، يمكن الرجوع إلى موقعها الشبكي على العنوان التالي:

[www.qatar-med.cornell.edu](http://www.qatar-med.cornell.edu)

**نبذة موجزة عن مؤسسة قطر للتربية والعلوم وتنمية المجتمع**

تأسست مؤسسة قطر للتربية والعلوم وتنمية المجتمع في عام ١٩٩٥ بمبادرة من سمو الشيخ حمد بن خليفة آل ثاني أمير دولة قطر وبتأثير مجلس إدارتها سمو الشبيخة موزة بنت ناصر المسند. وتعد مؤسسة قطر مؤسسة خاصة غير ربحية، وتسترشد بالفلسفة القائلة بأن الموارد البشرية أثمن ما تمتلكه الدولة. ويقع المقر الرئيسي لمؤسسة قطر في قلب مشاريعها الرائدة في حرم المدينة التعليمية وهي عبارة عن ١٤ مليون متر مربع من الأرض تضم من خلالها العديد من المؤسسات التعليمية التقدمة ومراكز للأبحاث. كما تضم فروع لخمس جامعات عالمية رائدة وكذلك مركز بحثي تقدمي على أحدث طراز. وتعمل مؤسسة قطر كذلك على رفع المستوى المعيشي للفرد في دولة قطر وذلك من خلال الاستثمار في القطاعات الصحية والتقدمية.

لمزيد من المعلومات يمكن زيارة موقعنا الإلكتروني: [www.qf.org.qa](http://www.qf.org.qa)

Office of Public Affairs  
WCMC-Q  
Education City  
P.O. Box 24144  
Doha, Qatar

Michael Vertigans  
Director  
Phone: +974 492 8650  
Fax: +974 492 8444  
Email: [miv2008@qatar-med.cornell.edu](mailto:miv2008@qatar-med.cornell.edu)