

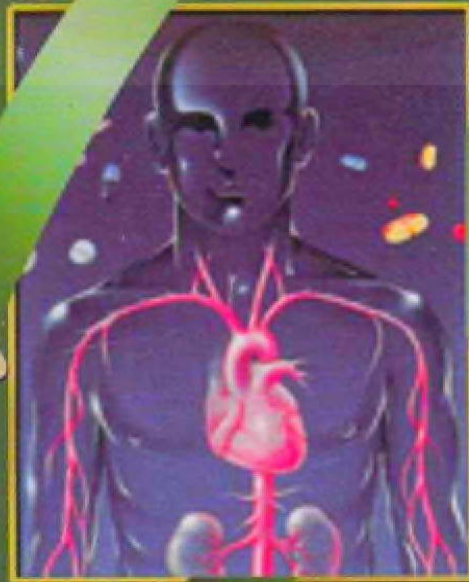
# العلاج بالأوزون

والطب المتكامل

**FARES\_MASRY**

[www.ibtesama.com](http://www.ibtesama.com)

منتديات مجلة الإبتسامة







العلاج بالأوزون .. والطب التكاملي





# العلاج بالأوزون .. والطب المتكامل

أ. د. أحمد تيمور

الناشر  
دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع (القاهرة)



الكتاب : العلاج بالأوزون ..

والطب المتكامل

المؤلف : د. أحمد تيمور

رقم الإيداع : ٢٠٠٢/١١٥٠٦م

الترقيم الدولي : ISBN

977 - 303 - 475 - 5

تاريخ النشر : ٢٠٠٤م

الناشر : دار قباء

للطباعة والنشر والتوزيع

حقوق الطبعة والترجمة والاقتباس محفوظة

الإدارة :

٥٨ شارع الحجاز - عمارة برج آمون

الدور الأول - شقة ٦

٦٣٦٢٥٦٢ - فاكس / ٢٤٠١٧٤٤

الكتيبة :

١٠ شارع كامل صدقي الفجالة (القاهرة)

٥٩١٧٥٢٢ / ١٢٢ (الفجالة)

المطابع

مدينة العاشر من رمضان - المنطقة الصناعية (C1)

٠١٥/٣٦٢٧٢٧

[www.alinkya.com/kebaa](http://www.alinkya.com/kebaa)

e-mail: [gabaa@naseej.com](mailto:gabaa@naseej.com)

[kebaa@ajeel.com](mailto:kebaa@ajeel.com)

قال مريضى:

قلبى يوجع صدرى

قلت له:

وأنا أيضاً قلبى يوجع صدرى

فلنأخذ قلبينا لطبيبٍ غيرى

قال: رويدك

لا بُرءَ يُرَجَى من هذا الداء المنتشرِ

فجميع أطباء البشر.. من البشرِ









لا شك أن العالم يعتمد الآن على ما أنجزته مدرسة الطب الغربية في التداوى والتماس العلاج لدى صيدليتها الباذخة .. وهذا ما لا يختلف عليه اثنان.

ولكن الشرق فى الصين والهند وعند عرب القرون الوسيطة وقبل هذا كله فى مصر القديمة لم يقف مكتوف اليدين أمام المرض العضوى والإصابة والغزو الجرثومى للجسد البشرى وحتى العلل النفسية. فلقد قطعت الخبرة الإنسانية الشرقية فى هذا الصدد شوطاً لا يستهان به ولا يمكن تنحيته جانباً أو إسكانه فى متحف المعرفة البشرية الطبية.

إن التقدم الطبى المعاصر يقف على أكتاف الكفاح البشرى ضد المرض والعجز على مدار التاريخ. ومن المنظور الجغرافى فإن الجهد الإنسانى ما زال يتصدى بطرق محلية ووسائل فولكلورية طبية لما يتهدد الصحة ويهدد بالعلل فى كل مكان على الأرض.

إن الطب الغربى المعاصر بطبيعة الحال هو الطريق الأساسى المفضى إلى الغاية العلاجية. ولكن هذا الطريق أصبح يعانى من مشكلات كثيرة ومعوقات عديدة تنذر بالانسداد أمام قائمة تطول يوماً بعد يوم من الأمراض المستحدثة الذى شارك هو فى بعضها من خلال الآثار الجانبية لعقاقيره ثقيلة الكيمياء فضلاً عن التأثيرات التراكمية للتلوث البيئى بكافة أشكاله والناجمة بدورها عن الاكتساح التكنولوجى الذى يسبق بأشواط بعيدة كل محاولة لتحجيمه ومحاصرة نتائجه السلبية من الناحية الصحية.

وبالإضافة إلى ما تقدم يضع الإيقاع العصرى اللاهث عبئه الضاغط على الجهاز العصبى البشرى فيربكه .. الأمر الذى يفرخ ما يُعرف بالأمراض النفس جسمية التى تبدأ بالتوترات النفسية وتنتهى بالعلل العضوية كارتفاع ضغط الدم والقلولون المتهيج وقرحة الإثنى عشر.

وعلى مقربة من هذه المأساة تقف مأساة أخرى تحرق بصحة الكائن الإنسانى المعاصر وهى الارتفاع المستمر لأسعار دواء صيدلية الطب الغربى الاحتكارية والتكلفة الباهظة للعلاج بمستشفياته الاستثمارية الأمر الذى يؤدى إما إلى عدم قدرة المريض على المضى قدماً فى سداد هذه الفاتورة الجشعة أو الخضم من المقننات الكيفية لقوته اليومى مما يجعله أكثر عرضة للإصابة بالمرض نظراً لتدنى مناعته التى يتخالف عليها التلوث من جهة وسوء التغذية من جهة أخرى.

إذن والموقف كذلك تعيد المدرسة الشرقية فى الطبابة ونظم العلاج غير التقليدية بشكل عام تقديم نفسها على جانبى الطريق الغربى التقليدى بغرض توسيعه وإضافة روافد له تعينه على الوصول إلى ما لم يستطع الوصول إليه حتى الآن من غايات طبية فى علاج الكثير من الأمراض التى استعصت على أدواته وعجزت عنها حيله.

إن بعث الموروث الطبى الشرقى بعد إعادة تقييمه وتقنيته  
يمثل التوسعة المطلوبة على أحد جانبي الطريق الطبى الغربى  
المعتمد عالمياً وعلى الجانب الآخر يتقدم الآن درب موازٍ تندفع  
فيه وسائل الطبابة الطبيعية المشتملة على كل ما هو طبيعى مما  
تنبتة الأرض من غذاء وعشب و ما يطرحه الضوء من إشعاع  
وما يتولد عن الهواء من أوزون .. هذا الاكسير الغازى الذى  
يسعى حثيثاً لأخذ موضعه تحت الشمس مباشرة لعلاج الإنسان  
والذى يمثل جوهرة التاج فيما يسمى بالعلاج التكميلى - لا  
البديل - وواسطة العقد فيما يدعى الآن بالطب المدمج أو  
الطب المتكامل .. وهذا ما سوف تتناوله سطور هذا الكتاب  
بالتفصيل بعد الإجمال.

من الطب البديل إلى طب التكميل  
ومنها إلى الطب المتكامل







قد يبدو عنوان هذا الفصل طويلاً .. ولكنه الطول الذى يحاول أن يتحرى الدقة وينحو نحو الصواب موضحياً فى سبيل ذلك بالأثر البرقى للعناوين الخاطفة التى جرى عليها العرف فى الكتابة.

وحتى نمنع فى عدم مجارة المؤلف فى الكتابة أيضاً .. نبدأ بالتعرض لآخر كلمة فى العنوان وهى الطب المتكامل مشيرين إلى تلك الدعوة التى بلغ عمرها الآن أكثر من ربع قرن من الزمان والتى نشأت فى عرين الطب الغربى منادية بما يمكن ترجمته إلى الطب المدمج أو تعريبه بالطب المتكامل.

ولقد تضمنت هذه الدعوة التى بلغت الآن سن رشدتها - ولكنها كالنجوم التى تصل إلى أبصارنا أضواؤها بعد حين من الدهر - الاعتراف الصريح بأنظمة العلاج غير الغربية فى منشئها والتى كثيراً ما يشار إليها بشكل متعجل وإجمالى بالطب البديل.

إن تسمية الطب البديل تسمية قلقة ومقلقة .. فهى بجانبها الصواب من ناحية لأنه ببساطة شديدة لا يمكن إزاحة الطب

الغربي بترسانته العلمية والتكنولوجية جانباً - ولا هذا هو ما يُسعى إليه على الإطلاق - ومن ناحية أخرى فهي تسمية مستفزة لأنصار الطب الغربي من غير الغربيين والذين يمكن تصنيفهم على أنهم ملكيون أكثر من جلاله الملك ذاته وتقييمه لإمكاناته.

فمنذ بدايات الربع الرابع للقرن العشرين بدأ المشتغلون بالطب الغربي في الغرب نفسه يعيرون أنظمة علاجية أخرى غير التي تربوا على قوانينها انتباههم بعد أن كانوا يصعرون خدهم كبراً لدى ذكر أى كلمة عن هذه الأنظمة فى المحافل العلمية العالمية.

ولكن وبالتدريج بدأ الطب الغربى بتواضع غير معهود عند أربابه يفسح المجال فى الطرح والإصغاء والاستيعاب والمناقشة والتقييم والتقنين لما أسماه بالطب البديل وما دعاه بعد ذلك بطب التكميل الذى انتظم فيما انتظم الطب البديل حين تم جمعها فى فصل واحد.

ثم سرعان ما نشأت تلك الدعوة الداعية إلى الطب

الدمج الذى يسمح باندماج الطب التكميلى فى نسيج الطب السائد .. حيث يكون الناتج من عملية الدمج هذه أو تفاعل الاندماج ذاك مولود جديد عملاق متسامح هو الطب المتكامل.

إن الطب الغربى يمثل الدائرة المركزية فى الخارطة الوقائية العلاجية الجديدة تحيط بها مساحة عريضة تمثل الطب التكميلى .. وهى عريضة بعرض اليابسة الأرضية المأهولة بالسكان من البشر .. وهى غنية بالثروة الموروثة للشعوب المختلفة فى فن التداوى.

هذه المساحة الإضافية العريضة العفية تضيف فى الواقع إلى فرص الكائن البشرية عالمى الجنسية فى التعامل مع الأمراض المستعصية التى لم تجد لها حلاً حتى الآن فى إمكانات الطب الغربى على اتساع حيله وفى إمكاناته بكل تطورها التقنى وتعقيدها الباذخ.

إن الطب الغربى - والذى أصبح هو الطب التقليدى منذ

زمن ليس بالقصير - نظر إلى إنجازاته وأدواته كما ينظر العقل في مرآته النقدية فوجد أنه حتى الآن لم يفك السحر المعقود في تلافيف الخلية السرطانية ولم يحل طلسم الأسطورة الفيروسية بدءاً من الأنفلونزا المتلونة العابرة وصولاً إلى الإيدز الأسود المقيم مروراً بالفيروسات الكبدية التي يعانى من آثارها الدموية ربع شعب مثل شعبنا.

لقد وجد أساطين الطب الغربى أن هناك غير القليل من الأنظمة العلاجية الأخرى المبتوثة فى أنحاء الدنيا وأنها تؤدى دورها الفاعل فى الوقاية والعلاج لصالح أهلها ومنذ تاريخ يحسب بالقرون الطويلة .. وسلّم هؤلاء الأساطين بأن الهدف من الطب غربياً كان أو غير غربى هو أن يبسط يد العون ويمد ذراع المساعدة للكائن البشرى المعانى بغرض تخفيف آلامه وتحسين فرصه فى النجاة مما يحيط به من أسباب المرض التى تطول قائمتها يوماً بعد يوم.

من هنا نشأت تلك الدعوة المتسامحة - أو التي تبدو في  
ظاهرها متسامحة تحت تأثير المأزق الذي وجد الطب الغربي فيه  
نفسه - من غرفة عمليات الطب الغربي الذي يجد المدهوشين  
المشدهين به في الشرق من هم أكثر ولاء وانتماء له من  
الغربيين أنفسهم.

إن هذه الدعوة المتسامحة - بالفعل أو بالقوة - لا بد وأن  
نتلقفها نحن بدورنا ونوليها من رعايتنا ونعطيها من عنايتنا ما  
يسمح لها أن تقيم على الرحب والسعة بين ظهرانينا لتقوم  
بوظيفتها المرتجاة في المعاونة والمساعدة على الشفاء من الأمراض  
المزمنة التي لم تجد علاجاً ناجعاً في عقاير الطب الغربي والتي  
تقصر ظهور البسطاء من مرضانا بتكلفتها الباهظة.

إن مغامرة دخول المستشفيات الاستثمارية للاستعانة  
بأجهزتها الحديثة أصبحت غير مأمونة العواقب .. فإن تسديد  
فواتيرها الفلكية الأرقام بالنسبة لمتوسطى الحال بات ينذر

بإصابة مسددها بأمراض جديدة لم يدخل بها أساساً هذه المستشفيات متمثلة في تأثير الانفعالات النفسية المتطرفة على المنظومة العصبية لأجهزة الجسم المختلفة .. والحديث بطبيعة الحال عن هذه المستشفيات في بلد مثل بلدنا كالحديث عن الدروس الخصوصية يكبد الغالبية العظمة منا الكثير من الغم والههم والقهر والحزن والأسى والكمد.

إن الواقع لا يفرض الطب الغربي نظاماً علاجياً واحداً في العالم بغير شريك ولكن قوة رأسمال شركات الأدوية وشركات الأجهزة الطبية هي التي تحاول محاولتها المكثفة لا المقدسة دائماً أبداً في أن تبايعه مبايعةً مطلقةً على عرش الطبابة ملكاً مالكاً لأقدار الناس في كل مكان وحاكماً عليهم بدفع الجزية الباهظة لعافيتهم.

إن واقع البلدان الفقيرة يفرض إلى جانب الطب الغربي السائد - بسيادة دور العلاج القائمة على أسسه - ويشجع

على قيام أنظمة علاجية اخرى تستقى خبرتها فى فن المداواة من فولكلور طبي موروث يعتمد على تجارب الشعوب مع أمراضها المتوطنة وعلى ما تنتجه وديانها من أعشاب برية تصنع صيدلية لا يستهان بها من العقاقير.

إننا بطبيعة الحال لسنا ضد الطب الحديث الذى لم ينشأ من فراغ .. ولكنه كان محصلة نضال بشرى طويل مع المرض .. هذا النضال بدأ أول ما بدأ فى مصر القديمة التى لا ينكر دورها الحضارى فى كل المجالات خاصة الطب والكيمياء إلا جاحد.

ولقد جاء إلى مصر طلبة العلم - وطلبة الطب فى مقدمتهم - ليتلقوا دروسهم على أساتذة الطب المتشحنين بمسوح الكهنة فى معابد منف وهليوبوليس وأون. وعاد هؤلاء الطلبة ليكونوا أساتذة الطب الإغريق الذين نقلوا إلى أوروبا - عبر الإسهام العربى الفاعل - ما بنت عليه فى عصر نهضتها الصرح الطبى الغربى العملاق الذى يطل علينا الآن من العواصم الأوروبية والمدن الأمريكية.

مرة أخرى إننا لسنا ضد الطب الغربى الذى كان لنا  
- نحن المصريين والعرب - فضل وضع الأساس فى بنيته  
الماردة .. ولكننا مع البحث الذى يبحث فيه الغرب نفسه الآن  
عن السبل التى يعيد اكتشافها والقادمة من خارج حدوده  
لتزوده بالقديم الجديد فى فن الطبابة .. أو بالقديم الذى يخضعه  
اليوم لمنهجه العلمى المحكم لتقييمه وتقنيته.

ونحن بالتحديد مع هذا التوجُّه الذى يقضى بالإفادة من  
كل أساليب المداواة وجميع فنون التداوى شريطة إخضاعها  
لذلك المنهج التفيدي التوكيدي الذى برع وأبدع المنهج العلمى  
الذى أقامه الغرب من أجل نفي العشوائية وإقامة الحجة على  
أى تجريب كان فى أى مجال من المجالات .. وذلك بعد افتراض  
حسن النية وعدم دخول المصالح الرأسمالية كرقم مغرض  
مغالط فى معادلات التقييم والتقنين والصلاحية.

إننا لا ننكر أن الطب الغربى ومنهجه المرهف قد كشف



الكثير عن آلية عمل الأعضاء كمنظومة متناغمة فى سيمفونية الجسد البشرى من خلال التقدم العظيم للعلم الرئيس فى الطب وهو الفسيولوجيا الطبية.

ولا ننكر أن الطب الغربى قد كشف الكثير من أسرار خلايا الأنسجة المختلفة بواسطة المجهر الضوئى ثم ما لبث المجهر الالكترونى - بعدساته الأسطورية القدرة على الاختراق - أن تسلل إلى المكونات الدقيقة للخلية .. مشبهاً فى ذلك تلك الثورة التى حدثت فى الفيزياء نتيجة تفتيت الذرة أى التعرف على مركباتها الأصغر.

ثم أسهمت الكيمياء العضوية وتطورها المتسارع الايقاع فى الولوج إلى عالم البيولوجيا الجزيئية وتحديد شخصية وفض شفرة تلك الرسائل البينية خاصة هذه الخطابات الساخنة التى ترسلها الخلايا المصابة إلى الخلايا السليمة لتعلنها بأن ثمة غزواً قد أحاق بها ولتعلمها بصفاته الشريرة وسماته الشرسة مما يفيد

فى أخذ سبل الحطة ضده .. ناهيك عن كل ما هو مستحدث فى الطب من خلال مطالعة خارطة الجينوم البشرى ومتابعة مداولات الهندسة الوراثية ومراقبة مناورات الاستساخ وملاحقة مباغئات ما سوف تدهشنا به المعامل السرية ساعة بعد ساعة.

ويبقى السؤال الإنسانى الذى يصبوب سن علامة استفهامه المذبب فى رؤوس الجميع: هل الإنسان هو المستهدف فى آخر الأمر بكل هذا الضجيج أم أن الطحين يذهب إلى حيث يتراكم الحصاد مزيداً من القوة فى أيدي الأقوياء وفائضاً من المال فى جيوب الأغنياء؟

إن الإنسان بعد كل هذا ما زال ذلك الكائن الذى تهدده الأمراض والأوبئة والتى ما زال الخطير منها خارج سيطرة الطب الغربى بكل منجزاته الخارقة وإنجازاته المشهودة ولنا فى فيروس الإيدز الضعيف البنية المثل الصارخ.

إن الآثار الجانبية الفادحة لترسانة عقاقير الطب الغربى

الكيميائية الثقيلة هي الموضوع الثابت على جدول أعمال كل المؤتمرات الطبية.

وبالرغم من كل فتوحات ذلك الطب الحديث الغربى الهوية فما زالت تخوم المجهول وأدغال الغامض وأحراش المبهم وغابات المسببات غير المحددة للكثير من الأمراض تمثل تحدياً قائماً ولغزاً يستعصى على الحل.

فها هو الضغط الشريانى المرتفع الأولى رغم انتشاره الطاغى غير معروف السبب وبالتالي فتعاطى القرص الذى يمثل اللجام الكابح لحصانه الجامح هو العلاج الوحيد المتاح بكل ما يترتب عليه من آثار جانبية تراكمية.

وها هي دولة الخلية السرطانية مغلقة الطلاسم على أسرار توحشها .. فضلاً عما يستغلق فهمه من أحداث تدور فى دويلات المناعة الذاتية واختلالها مثل الروماتويد والذئبة الحمراء.

هذه نماذج شائعة لما يمثل تحدياً قائماً وقاهراً للباحثين فى المناطق الوعرة بل وشديدة الوعورة وغير المبشرة حتى الآن بأى أمل فى التعامل العلاجى التقيدى الناجع معها.

من هنا جاءت الدعوة الجديدة من عرين الطب الغربى للاعتراف الضمنى بعجزه عن التصدى وحده لكل ما يهدد الإنسان فى سلامة بدنه وسلام روحه وسماحه لأنظمة علاجية لا تنتمى إلى أعرافه بالتقدم إلى تلك الجبهة التى شهدت اندحار قواته المنظمة.

بدأ الطب الغربى يطل على سهول الصين من علياء قمته الألبية الأولمبية .. وشرع يتخم فوهة ماكينته الشرهة بأعشاب تلك السهول الشافية .. وانتهى الأمر بان وضع على قراريرها بطاقة أسعاره الاحتكارية.

ولكن هل استطاع أن يفعل هذا مع الإبر الصينية وأيادى المعالجين بها لا تقبل التغليف والعبئة وإعادة التصدير والتسعير السعارى.

إن الأمل يقطن فى مساحة لا بأس بها فى أرض ما يمكن تسميته بالطب البديل تجاوزاً أو طب التكميل إذا شئنا الدقة .. إنها منطقة مفتوحة للفقراء من المرضى مثلهم فى ذلك مثل الأغنياء سواء بسواء. ولنبدأ بأهم راية مرفوعة فى هذه المنطقة المحررة من الرهان الاحتكارى وهى راية الأوزون الطبى أو العلاج بهذا الإكسير الغازى الذى أثبت جدواه وأكد فاعليته فى التصدى لكثير من الأمراض خاصة المستعصى منها على أدوات الطب المتداولة وإمكاناته المألوفة.



الأوزون .. ذلك الإكسير الغازى







ومثل تلك النجوم التي وصلت إلى أبصارنا رسائلها الضوئية بعد حين من الدهر، وصلت إلينا أخبار العلاج بغاز الأوزون بعد أكثر من قرن وربع من بدء العلاج به في ألمانيا.

ففى عام ١٨٧٠ استخدم غاز الأوزون لأول مرة على يد العالم الألماني ليندر فيما وصفه بتنقية الدم. ولقد نال أحد بنى جلدته من الألمان وهو العالم أوتوفاربرج جائزة نوبل لعامى ١٩٣١ و ١٩٤٤ عن أبحاثه فى الاستخدام العلاجى للأوزون خاصة فى حقل الأورام الخبيثة.

ومنذ ذلك التاريخ وحتى يومنا هذا تم ضخ كم ضخمة من الأبحاث العلمية فى هذا المجال.

ولقد تم إقرار الأوزون والاعتراف به كوسيلة علاجية بعد ألمانيا فى العديد من الدول الأوروبية مثل إيطاليا والنمسا وفرنسا وسويسرا وروسيا وانجلترا وبولندا ورومانيا وبلغاريا

والبحر وغير الأوروبية كاليابان وكوبا والمكسيك فضلاً عن أكثر من نصف ولايات الولايات المتحدة الأمريكية.

أما بالنسبة إلينا هنا في مصر، ففي ٦/١٢/١٩٩٩ وافقت اللجنة العليا للرقابة على طرق العلاج المستجد والمستحدث التابعة لوزارة الصحة المصرية على استخدام الأوزون كوسيلة علاجية آمنة ومساعدة في علاج العديد من الأمراض .. وقد تمت هذه الموافقة بعد الاطلاع على عشرات الأبحاث العلمية المنشورة في كبريات المجلات العلمية العالمية وبعد مناقشتها باستفاضة من قبل أعضاء اللجنة الموقرة التي تضم وزراء صحة سابقين وأساتذة طب يشار إليهم بالبنان في تخصصاتهم المختلفة كما وافقت اللجنة على استيراد أجهزة الأوزون.

وفي غير المجالات الطبية فإن الأوزون يستخدم بكفاءة تامة في تعقيم مياه الشرب حيث وجد أنه أسرع من الكلور ٣٢٠٠ مرة في قتل البكتريا والفيروسات فضلاً عن الفطريات

والطفيليات وبدون أثر جانبي واحد يذكر له أو يؤخذ عليه. وهناك الآلاف من مشاريع تنقية وتعقيم مياه الشرب فى أنحاء العالم بأسره الآن يستخدم فيها الأوزون كما يستخدم الآن أيضاً فى تعقيم مياه حمامات السباحة ومعالجة مياه الصرف الصحى فى العديد من البلدان.

ولقد أنشئ الإتحاد العالمى للأوزون عام ١٩٧٣ نظراً لتعدد فوائده وانتشار استخدامه فى المجالات الطبية والصحية العامة.

## ما هو الأوزون :

إن الأوزون هو أحد أهم المكونات الغازية لطبقات الهواء العليا حيث يصل تركيزه إلى حوالى ١٠٠٠ ميكروجرام فى المتر المكعب وذلك عند الارتفاع عن سطح البحر من ٢٠ إلى ٣٠ كيلو متر.

وجود الأوزون فى أجواء العليا يعتبر بمثابة المرشح الكفاء والدرع الحامى من الأشعة فوق البنفسجية القادمة من الشمس والمعروفة بآثارها الضارة على الحياة البيولوجية فى الأرض .. ومن هنا فإن نقص تركيز الأوزون فى طبقة الجو العليا فيما يعرف بثقب الأوزون يعنى نقصاً فى حماية البيئة الحية على كوكبنا. إن شهرة ثقب الأوزون تفوق شهرة الأوزون نفسه والكلام عن الثقب هو دائماً مفتاح الحديث عن الأوزون .. والمعروف أن التلوث بأشكاله المتعددة هو المسئول عن هذا الثقب .. وهذا ما سوف نتناوله بتفصيل أكثر فيما بعد.

إن الأوزون ببساطة من المنظور الكيميائى يمكن تسميته بالأكسجين المنشط .. إنه الأكسجين النقى الذى يحتوى الجزئ منه على ثلاث ذرات من الأكسجين بدلاً من الذرتين المكونتين للأكسجين الذى نستنشقه.

والأوزون يتولد أساساً فى طبقات الجو العليا تحت تأثير

أشعة الشمس فوق البنفسجية بغرض الحماية منها .. ويعزى للشحنات الكهربائية العالية كالصاعقة عن البرق أو بالأحرى المسببة له دور فى تكوين الأوزون من الأكسجين .. كما يعزى لتأثير أمواج البحر على الشاطئ دور فى توليد ذلك القدر المحدود من الأوزون الذى يميز رائحة البحر على الشواطئ والتي يعرفها الناس على أنها رائحة يود البحر فحسب.

وكما يحمينا أوزون طبقات الجو العليا من الآثار الضارة لأشعة الشمس فوق البنفسجية فإنه فى طبقات الجو الدنيا يتحد مع الهيدروكربونات الضارة محولاً إياها إلى ثانى أكسيد كبريت وحمض .. غير أن زيادته عن الحد المسموح به فى الهواء الذى نتنفسه تضر بالشعب الهوائية.

## الأكسجين مصدر الأوزون :

إن الأكسجين الذى هو المصدر الطبيعى لصورته النشطة

(الأوزون) هو جوهر الحياة على الأرض .. ولقد كان عند بداية نشأة الحياة على كوكبنا مكوناً لحوالي نصف الهواء الجوى كما يقدر العلماء.

ومنذ قرنين من الزمان سجّل الأكسجين المقاس حوالى ٣٨٪ من هواء الجو المحيط بنا .. وقد تناقصت هذه النسبة فى عام ١٩٤٥ عندما قام علماء من سويسرا بقياسها إلى ٢٢٪.

ونظراً للتلوث الصناعى اللاهث الإيقاع فى العقود الأخيرة من القرن العشرين .. ونتيجة لإزالة واحتراق الكثير من مساحات الغابات المولدة أشجارها للأكسجين من خلال عملية التمثيل الضوئى .. فضلاً عن الزيادة الرهيبة فى استخدام السيارات وتراكم العوادم الناتجة عنها .. ناهيك عن استخدام المبيدات الحشرية والانفجارات البركانية وصلت آخر قياسات نسبة الأكسجين إلى ١٩٪ حيث تنخفض فى المدن عالية التلوث إلى ما لا يزيد عن ١٠٪ فقط من هواء الجو .. ولا نعتقد إلا أن القاهرة واحدة من هذه المدن.

إن خلايا الجسد البشرى لا تستطيع أن تحصل على الطاقة اللازمة لاستمرارها فى الحياة وتجديد حيويتها بمنأى عن الأكسجين .. ونقص الأكسجين فى البيئه من حولنا يعنى نقصاً فى تجديد الحيوية .. الأمر الذى ينتهى بتضاؤل القدرة على مقاومة الأمراض وظهور أعراض الشيخوخة وانهيار القوى المناعية للأنسجة.

ومن هنا يأتى الدور البالغ الأهمية فى استخدام الأكسجين المنشط أو الأوزون طبياً من أجل تزويد الجسم بمدد من الحيوية والإمكانية العالية لمواجهة الأمراض والحد من الآثار المعروفة للشيخوخة وإتاحة الفرصة للقوى المناعية للذود عن الكيان العضوى البشرى والدفاع عن سلامته وتأمين أدائه لوظائف أجهزته المختلفة.

## نظرية الاستخدام الطبى للأوزون:

إن الاستخدام الطبى لغاز الأوزون يؤدى إلى تنشيط

خلايا الجسم الطبيعية وبشكل طبيعي آمن لا يتضمن أى أثر جانبي ضار على الإطلاق .. وذلك عن طريق زيادة نسبة الأكسجين المتاحة للخلايا إلى الوضع الأمثل .. مما يسمح بإطلاق المطلوب من الطاقة عن طريق حرق العناصر الغذائية الممتصة من القناة الهضمية.

وعلى الجانب الآخر فبقدر ما هو - أى الأوزون - منشط لخلايا الجسم الطبيعية فهو مثبط لكل الخلايا غير الطبيعية كالفيروسات والبكتريا والفطريات والطفيليات بل والخلايا السرطانية .. فهو يخترقها اختراقاً ويؤكسدها حيث لا تحتوى جدر هذه الخلايا على منظومة الإنزيمات الخاصة الموجودة فى جدران الخلايا الطبيعية.

إنه يهاجم الفيروسات بدءاً بتلك المسببة للأنفلونزا ومروراً بفيروسات الكبد والهربس ووصولاً إلى الإيدز .. كما أنه يقضى على البكتريا الهوائية وغير الهوائية ويطيح بالفطريات ويأتى على الطفيليات مخلصاً الجسم من غزاته الآتية له بالشر والدمار.



هذا هو السلاح المزدوج للأوزون وكلا نصليه خير في الاستخدام الطبى .. فهو يحفز حيوية الخلايا الطبيعية كما يساعدها على إفراز كثير من الإنزيمات الهامة لتمام أدائها لوظائفها الحيوية من ناحية .. ومن ناحية أخرى يتوعد الخلايا غير الطبيعية بالتدمير بل ويدمرها فعلاً .. كل هذا دون أى آثار جانبية تدفع فاتورتها أنسجة الجسم كما هو الحال فى استخدام العقاقير الطبية من مضادات حيوية وما كان على شاكلتها.

## الأوزون وفيروس "سى" :

إن القائمة الطويلة للأمراض التى يساعد الأوزون على شفائها تتضمن فيما تتضمن بل وعلى رأسها الأمراض الفيروسية خاصة الفيروسات الكبدية التى يمثل فيها فيروس "سى" عدواً للشعب المصرى إذ تزيد نسبة الحاملين له والمصابين به عن خمس تعداد المصريين.

إنها مشكلة قومية صحية حقيقية تخصم من قوة وحيوية الشعب كأفراد وتخصم من الناتج الاقتصادى القومى بمخصم عدد ساعات العمالة المريضة .. وأكثر من ذلك بالتكلفة الباهظة للعقاقير المعروفة المستعملة فى علاج فيروس "سى" والتي تكبد الفرد أكثر من ستين ألف جنيه برغم تواضع كفاءتها إذ لا تزيد نسبة الشفاء بواسطتها عن ٢٠٪ من الحالات .. ناهيك عن آثارها الكيميائية الجانبية الفادحة من أول سقوط الشعر إلى تشييط نخاع العظم إلى زيادة حالات تدمير الكبد من جرائها بدلاً من تدعيمه. ولقد أعلن مؤخراً عميد سابق لمعهد الأورام أنه أصيب بانهيار كامل لكبده نتيجة لها مما أدى إلى زرع كبد جديد له.

وعلى الجانب الآخر تماماً فاستخدام الأوزون فى علاج المرضى بفيروس "سى" يوفر نسبة نجاح تتجاوز الثمانين بالمئة من الحالات وبلا أى أثر جانبي على الإطلاق وبتكلفة اقتصادية لا تقارن بالنفقات الباهظة للعلاج بهذه العقاقير المعروفة .. وربما كان هذا هو السبب الأوحد للهجوم القاسى الذى تعرض له

العلاج بالأوزون على صفحات الجرائد .. فإن وراء هذه الحملات لابد وأن تشم قوة رأسمال شركات الأدوية المنتجة لمثل هذه العقاقير وجمعية المنتفعين بها من المعالجين.

وعلى كل حال فإن المسألة ليست أكثر من مسألة وقت حتى يأخذ الأوزون فرصته فى تقديم خدمته الجليلة لمرضى الفيروسات الكبدية وعلى رأسها فيروس "سى" الشائع الانتشار وعلى نفس مدى انتشاره .. حيث ننتظر أن تقوم بهذه الخدمة العلاجية المستشفيات الحكومية فى شتى نجوع بلادنا .. فإن الأمر يستدعى هذا التوجه القومى لحل مشكلة قومية تؤذى الأفراد فى صحتهم والمجتمع فى قواه التى هى حاصل جمع قوى أفراده.

## الأوزون والأمراض المختلفة :

وبعد بيان أهميته فى التصدى للفيروسات خاصة الكبدية

منها .. فإن الأوزون يساعد على الشفاء من الكثير من الأمراض البكتيرية مثل قروح والتهابات الجلد التي تجدد ذروتها الخطيرة فيما يسمى بالقدم السكرى والتي قد تنتهى بغيرغرينا أودت بالكثير من الأطراف فى عمليات البتر التى آن الأوان لطفى صفحتها نهائياً باعتبارها من أشكال التعامل الطبى البدائى.

إن الأوزون فى هذا الصدد يقدم خدمته الطبية عن طريقين:

أولهما : توسيع الشريان الذى سبب ضيقه المرضى نقص الدم المتوجه إلى القدم.

وثانيهما: أن الأوزون قاتل للكبتريا هوائية كانت أو غير هوائية فى تصنيفها.

فضلاً عن دوره الحيوى العام وتنشيطه لإفراز الأنسولين وحفزه لمناعة الخلايا المعانية من مضاعفات مرض البول السكرى.

وللأوزون أثر علاجي مشهود له فى علاج أمراض اضطراب المناعة واعتلالها الذاتى مثل أمراض الروماتيزم والروماتويد والذئبة الحمراء.

كما أن له أثره المشهود أيضاً فى تخفيف الآلام المصاحبة لهذه الأمراض وغيرها وفى تهدئة الأعصاب وحدوث شكل من الاسترخاء الطبيعى الذى يجدد النشاط والحيوية بعد ذلك.

وتجد بعض أمراض الحساسية المستعصية كالربو الشعبى وحساسية الأنف المزمنة والإكزيما حلاً علاجياً ناجعاً لها فى الأوزون.

وبالنسبة لقدرة الأوزون العالية على توسيع الأوعية الدموية خاصة الشرايين فإنه يفيد فى علاج ارتفاع ضغط الدم ويساعد فى علاج الجلطات المخية وآثارها والجلطات القلبية وما تفضى إليه وقصور الدورة الدموية الطرفية.

والأوزون يتعامل مع تصلب الشرايين تعاملًا فعّالاً عن طريق المساعدة في استعادة مرونة جدرانها وتقليل نسبة الكولسترول الشرير منخفض الكثافة في الدم.

وفي حقل الأورام الخبيثة فقد أثبت الأوزون فاعلية كبيرة في الإسهام في علاج اللوكيميا أو سرطان الدم .. كما يساعد في علاج بعض الأورام مثل أورام المبيض.

وعند تعاطى المريض للعلاج الكيماوى عقب الاستئصالات الجراحية للأورام .. فإن إعطاء الأوزون يحدث التوازن الحيوى المطلوب نلحد من الآثار الجانبية للعلاجات الكيماوية .. بل ويتجاوز ذلك إلى تجديد الحيوية ورفع المناعة .. مما يدعو أطباء هذا التخصص للتعاون مع خبراء العلاج بالأوزون لصالح صحة مرضاهم.

والأوزون يعالج الكثير من الأمراض الطفيلية في الدم

مثل الملاريا .. وأيضاً فى القناة الهضمية مثل ديدان الاسكارس وما كان من فصيلتها.

كما أن الأوزون الطبى يساعد فى علاج الكثير من الأمراض الفطرية كالتينيا بأشكالها المختلفة.

وعند إعطاء الأوزون مذوباً فى الماء فإنه يساعد فى علاج المستعصى من القرحة الهضمية مثل قرحة المعدة والاثنى عشر.

والمصابون بالحروق يجدون أملاً كبيراً فى العلاج بالأوزون وبمراهمة المعتمدة على تشبيع زيت الزيتون به تحت تقنية خاصة.

وأخيراً وليس آخراً فإن دخول الأوزون فى علاج السمنة والتجاعيد والترهلات أدى إلى انفراجات كبيرة فى هذه المجالات.

وبالنسبة لأداء الرياضيين فى مختلف اللعاب فإنه وجد أنه يتحسن تحسناً ملحوظاً بالتنشيط الطبيعى للأوزون غير المحرم

فى المسابقات الدولية كما هو الحال فى المنشطات الكىمىائية التى يمكن تقصى آثارها فى كل من الدم والبول.

## طرق استخدام الأوزون طبيياً :

الطريقة المثالية لإدخال الأوزون طبيياً إلى الجسم يتم عن طريق سحب كمية ليست كبيرة لا تتجاوز مائة سنتيمتر مكعب من دم المريض فى قرب خاصة تحتوى على مادة تمنع تجلط هذا الدم الذى يضاف إليه كمية محسوبة من الأوزون ويعاد هذا الدم المعالج بالأوزون إلى المريض مرة أخرى فى فترة تستغرق ما لا يزيد عن نصف ساعة.

وتوجد طريقة أخرى تعتمد على كمية أقل جداً من الدم يتم معالجتها بالأوزون ثم تعطى عن طريق الحقن العضلى.

كما توجد طرق أخرى وإن كانت تستهدف الاسترخاء



أكثر منها العلاج مثل جهاز ساونا الأوزون حيث يعرض جسد المريض بعد إدخاله إلى كابينة خاصة - يسمح لرأسه أن يكون خارجها - إلى مزيج من بخار الماء والأكسجين وغاز الأوزون.

وللعلاجات الموضعية يستخدم كيس الأوزون الذى يسمح بدخول الطرف المصاب داخله كما فى حالات القدم السكرى وتمرير الأوزون على الأنسجة المصابة.

وأيضاً يمكن إدخال الأنايب التى تسمح بتسريب غاز الأوزون إلى أنسجة الجسم عبر فتحاته المختلفة مثل فتحة الشرج والمهبل وقناة مجرى البول والأذن.

كما يمكن العلاج عن طريق تناول الماء بعد تمرير غاز الأوزون فيه.

ويشيع الآن استعمال مرهم زيت الزيتون المشبع بالأوزون فى علاج الكثير من الأمراض الجلدية مثل الصدفية وحب الشباب.

ولا يجب تعريض المرضى ولا المعالجين بالأوزون لاستنشاقه لأن هذه هي الطريقة الوحيدة المؤذية للشعب الهوائية.

### موانع استعمال الأوزون :

لا توجد موانع مرضية لاستعمال غاز الأوزون الطبي إلا في حالات زيادة إفراز الغدة الدرقية فيما يعرف بالتسم الدرقي وأيضاً في المصابين بمرض أنيميا الفول .. وأيضاً لا يستعمل للحوامل.

الأوزون والأشعة فوق البنفسجية





عند بدء تكوين المنظومة الشمسية وانفصال الأرض عن الشمس منذ أكثر من ٤ مليار سنة .. كانت الأرض مثل غيرها من الكواكب عبارة عن كتلة صخرية منصهرة .. ولقد بدأ تشكل الجو المحيط بها من الغازات عندما بدأت تبرد .. كذلك من البراكين التي كانت فوهاتها تدفع بهذه الغازات بعيداً عن سطح الأرض.

وحتى ارتفاع ٢٥ كيلو متر من سطح البحر فإن هواء الغلاف الجوى يتكون من الغازات التالية:

\*\* نيتروجين بنسبة تقرب من ٧٨٪.

\*\* اكسجين بنسبة تقرب من ٢١٪.

\*\* والبقية الباقية من هواء الغلاف الجوى يكوّن أغلبها

بخار الماء كما تكونها غازات أخرى بنسب ضئيلة

كثاني أكسيد الكربون والأرجون والكريبتون

والهيدروجين والهيليوم والنيون وأخيراً الأوزون الذى

لا تزيد نسبته عن واحد فى المليون.

ويتضح من هذا أن النيتروجين والأكسجين هما المكونان الرئيسان في الغلاف الجوى المحيط بالأرض ويُسميان بالغازين الدائمين لثبات نسبتهما تقريباً من مكان لآخر .. ولكن بخار الماء الذى يمكن أن تصل نسبته إلى ٤٪ من الهواء يلعب الدور الفاعل فيما يسمى بالظواهر الجوية.

والنباتات على الأرض مسئولة عن تجدد الغازات فى الغلاف الجوى .. فالنبات يأخذ ثانى أكسيد الكربون من الهواء ليبنى المادة النشوية فى خلاياه بالاستعانة بضوء الشمس نهاراً .. وكنتيجة لهذا التفاعل المسمى بالتمثيل الضوئى أو الكلوروفيللى يتم طرد الأكسجين إلى الجو وينعكس هذا الأمر ليلاً.

ولذلك يستحب زيارة الحدائق نهاراً ومغادرتها ليلاً للتزود بالاكسجين النقى المجدد للحوية .. وعدم استنشاق هواء به نسبة أكبر مما يجب من ثانى أكسيد الكربون الذى ازدادت نسبته بفعل الملوثات البيئية الحديثة.

إن الهواء أو الطبقة الدنيا من الغلاف الجوى والتي تهب فيها الرياح وتعلوها السحب وتهطل منها الأمطار وتكتمل بها دورة بخار الماء من تصاعده من المحيطات والبحار والأنهار والمستنقعات مكوناً السحب التي ما تلبث أن تنساب مطراً عند درجات الحرارة المنخفضة .. هذه الطبقة الهوائية التي يتنفسها البشر والكائنات الحية الأخرى تعلوها طبقات يختلف فيها توزع الغازات وتقل كثافتها كما تقل درجة الحرارة كلما بعدنا عن سطح الأرض.

ولقد قسم العلماء الغلاف الجوى بشكل مبدئى إلى ثلاث طبقات رئيسية :

#### (١) الطبقة اللصيقة أو التروبوسفير:

يتراوح ارتفاعها بين ١٨ كيلو متر فوق سطح الأرض عند خط الاستواء و٨ كيلو متر فوق كل من القطبين .. وتقل

فيها درجة الحرارة بواقع ٦ درجات مئوية لكل كيلو متر وفي هذه الطبقة تحدث الظواهر الجوية المعروفة ويفصل هذه الطبقة عما هو أعلاها غلاف أسماء العلماء بالتروبوبوز.

## (٢) الطبقة المحيطة أو الاستراتوسفير :

وهي تمتد حوالى ٨٠ كيلو متر فوق سطح الأرض.

وحتى ارتفاع ٣٠ كيلو فإن درجة الحرارة تظل ثابتة والحالة الغازية مستقرة .. وبعد هذا الارتفاع تبدأ درجة الحرارة فى الارتفاع بالغة أقصاها حيث تصل إلى ١٠٠ درجة مئوية على ارتفاع ٦٠ كيلو متر ثم تأخذ فى الانخفاض ثانية حتى تبلغ ٢٠ درجة مئوية عند نهايتها.

ويعزى ارتفاع درجة الحرارة لانتشار غاز الأوزون فيما بين ارتفاعى ٣٠ و ٦٠ كيلو متر حيث تسمى هذه الطبقة الفرعية بالأوزونوسفير.



### (٣) الطبقة المتأينة أو الأيونوسفير:

تمتد بين ٨٠ و ٣٠٠ كيلو وهي تتميز بانتشار الأيونات نتيجة تأين ذرات الغازات لتعرضها للأشعة فوق البنفسجية.

وفي هذه الطبقة يؤدي الانخفاض الحاد في درجة الحرارة مع النقص الشديد في الضغط إلى خلق حالة من التوتر الذرى الذى ينتهى بمحالة خلخلة شديدة للغازات مفضية بعد ذلك إلى طبقة الاكسوسفير أو الفضاء الخارجى على ارتفاعات تتجاوز ١٠٠٠ كيلو متر.

والأوزون لا يعنى وجوده منتشرأ فى طبقة الاستراتوسفير - أو على وجه الدقة أكثر تركيزأ فى الطبقة المسماة باسمه الأوزونوسفير - لا يعنى ذلك أنه يكون أغلب تلك الطبقة الأخيرة التى تشهد ارتفاعأ حادأ فى درجة الحرارة.

فجزيئات الأوزون حتى في طبقاته لا تتجاوز نسبتها  
جزيئاً لكل مائة ألف جزيء.

ولو تصورنا ضغط جزيئات الأوزون في حيز أوزوني  
خالص لما زاد سمك هذا الحيز على ملليمترات قليلة حسبها  
أحد العلماء بأنها بالكاد لا تتجاوز ملليمترين اثنين.

ولكن الأوزون رغم ندرته في الغلاف الجوى إلا أنه  
يجدد نفسه باستمرار فهو الصورة المنشطة وغير المستقرة من  
الأكسجين والتي تتكون عن الأكسجين المستقر الجزيئات تحت  
وطأة انهمار الأشعة فوق البنفسجية .. فضلاً عن دور البرق  
الخاطف الناتج عن تفريغ الشحنات الكهربائية للسحب في  
زعزعة استقرار جزيئات الأكسجين.

ورغم ضآلة نسبة الأوزون في الغلاف الجوى إلا أن  
الحياة على سطح كوكب الأرض المأهول بالكائنات الحية ما  
كان لها أن تستمر لولا هذه الطبقة الأوزونية الرقيقة التي تحمي

الكائنات الحية على الأرض بما فيها الإنسان سيد هذه الكائنات من الاثار الضارة المدمرة للأشعة فوق البنفسجية التي تأتي من الشمس على أحد جانبي الأشعة المرئية.

فالمعروف أن الجزء المرئي من أشعة الشمس يتراوح طوله الموجى بين ٤٠٠ و ٧٠٠ نانومتر (حيث النانومتر يعادل جزء واحد من ألف مليون جزء من المتر).

وهذا الجزء المرئي من أشعة الشمس هو الذى ينقسم إلى ألوان الطيف السبعة المعروفة وهى: البنفسجى / الأزرق / النيلي / الأخضر / البرتقالى / الأصفر / الأحمر.

والأشعة التى يتراوح طولها الموجى بين ٧٠٠ و ٩٠٠ نانومتر تعرف بالأشعة تحت الحمراء بينما تلك التى يتراوح طولها الموجى بين ٢٠٠ و ٤٠٠ نانومتر تعرف بالأشعة فوق البنفسجية.

وذلك الجزء من الأشعة فوق البنفسجية الذى يناهز طوله الموجى ٢٤٠ نانومتر هو المسئول عن تفكيك جزيئات الأوكسجين ثنائية الذرات .. حيث تصبح بعض هذه الذرات حرة طليقة قادرة على التفاعل مع ذرات أوكسجين أخرى حرة طليقة مكونة جزيئات الأوزون المركبة من ثلاث ذرات أوكسجين.

ولإتمام هذا التفاعل يلزم وجود وسيط غازى لنقل الطاقة الحركية التى تطلقها آلية ذلك التفاعل .. وعادة ما يكون هذا الوسيط هو غاز النيتروجين.

ونتيجة لاكتساب هذا الغاز الوسيط طاقة فإنه يتحرك بسرعة أكبر مؤدياً بذلك إلى تسخين الوسط الذى يتم فيه التفاعل .. ولهذا السبب يعزى ارتفاع درجة حرارة منطقة الأوزونوسفير وهى المنطقة التى يوجد فيها ويتجدد بها غاز الأوزون حيث يتولد عن الأحداث الدرامية التى اختارت مسرحها الساخن فى وسط طبقة الاستراتوسفير المحيطة.

والأوزون لا تتعدى نسبة تركيزه فى الجو المحلق على رؤوسنا أو ما نسميه بالهواء خمسين جزءاً فى البليون جزء من حجم ذلك الهواء .. ولو تجاوز ضعف هذا التركيز لأصبح يشكل خطراً على الحياة البيولوجية على سطح الأرض .. فالمعروف أن غاز الأوزون يؤذى الشعب الهوائية والأغشية المخاطية المبطنة لها فقط فى حالة استنشاقه.

ويتم قياس تركيز الأوزون بمقياس دوبسون للتحليل الطيفى.



## حكاية ثقب الأوزون باختصار







كان محصلة مداومة رصد تركيز غاز الأوزون في منطقة القطب الجنوبي أن لاحظ العلماء أن هذا التركيز أخذ في الانهيار منذ بداية الربع الأخير من القرن العشرين حيث وصلت نسبة النقص في تركيزه إلى ٤٠ في المائة.

ولقد أطلقوا على هذه الظاهرة ما عرف واشتهر بعد ذلك بثقب الأوزون الذي يظهر دورياً خلال شهور ربيع القطب الجنوبي بينما يستعيد الأوزون معظم ما فقده من تركيز خلال فصل الشتاء القطبي المظلم.

وقد عزى هذا في أول الأمر إلى زيادة النشاط الشمسي وما يعرف بالبقع الشمسية ولكن سرعان ما تم الرجوع عن هذا التفسير لأن الأخرى بظهور الثقب الأوزوني في هذه الحالة هو خط الاستواء لا القطب الجنوبي.

ولقد لوحظ أن الثقب يتسع سنة بعد أخرى حتى أصبحت مساحته تتجاوز الآن مساحة الولايات المتحدة

الأمريكية كما وضح ذلك في صور الأقمار الصناعية.  
ولقد تم اكتشاف ثقب آخر أصغر في منطقة القطب  
الشمالي أيضاً ينخفض فيه تركيز الأوزون بنسبة عشرين بالمئة.  
ويجمع عينات من الهواء من منطقة الثقب وجد أن نسبة  
مركبات الكلور تزيد خمسين ضعفاً عن المعتاد .. وعلى هذا  
الأساس تم الانتباه للأثر الضار لمركب الفريون وانتشار  
استخدامه في الثلاجات وأجهزة التبريد وغيرها .. والفريون  
هو الاسم الشائع لما يسمى بالكلور فلوروكربون حيث يتسرب  
هذا الغاز باستمرار إلى طبقات الجو وتنطلق منه ذرة الكلور  
التي تتسبب في عرقلة التفاعلات المؤدية إلى تكوين الأوزون.

وبالإضافة إلى هذا الشكل من التلوث الصناعى الشائع  
يأتى الاستعمال الفردى والأكثر شيوعاً للمبيدات الحشرية  
ومعطرات الحجرات ومنظفات السطوح وحتى مثبتات الشعر  
للسيدات وما كان على شاكلة ذلك .. حيث توضع هذه المواد

الكيمائية فى بخاخات مضغوطة تنتشر على هيئة رذاذ وتسمى بالأيروسولات .. وبتصاعد مثل هذا الرذاذ من كل بقعة من الأرض المأهولة بالسكان إلى طبقات الجو يمكن تصور ما تحدثه من آثار لا يستهان بها على طبقة الأوزون المفترى عليها.

وثالثة الأثافي فى حكاية أسباب ثقب الأوزون تتمثل فى حركة الطيران التى لا تنتهى .. حيث تخرق الطائرات مدنية كانت أو عسكرية باستمرار حزام التروبوبوز الذى يفصل بشكل اعتبارى الطبقة الجوية اللصيقة بسطح الأرض والمعروفة بالتروبوسفير عن تلك المحيطة بها والمعروفة باسم الاستراتوسفير والتى تحتوى بدورها على غاز الأوزون الذى تهدده باستمرار الإزاحة الهوائية الهائلة للطائرات النفاثة والطائرات المحطمة لحاجز الصوت مما ينتج عنه موجات تصادمية تسبق هذه الطائرات وكميات ضخمة تتراكم ساعة بعد أخرى من العوادم الغازية نتيجة احتراق الوقود .. حيث تعمل مكونات هذه العوادم عمل الوسيط المساعد على تفكيك جزيئات الأوزون.

وبالإضافة لهذا وذلك يأتي دور الصواريخ الرافعة لسفن الفضاء أو تلك العسكرية الأغراض وما تخلفه من عوادم ثقيلة الأثر بالغة الإضرار بطبقة الأوزون الرقيقة التي أصبحت كالثوب الذي تتسع فيه الرقع على الراقق.

ولا ننسى في هذا الصدد التفجيرات النووية التي أصبحت تجري في الطبقات العليا من الغلاف الجوى.

فأى حماقة يرتكبها الإنسان في حق نفسه وبيئته ونسله والعالم الذى يصر على أن يتركه أكثر فساداً مما كان عليه .. الأمر الذى لا تجدى معه كل مؤتمرات الأرض وتوصيات جمعيات الحفاظ على البيئة طالما الإنسان الأحمق سادر في حماقته التى سوف تترك الأرض يوماً كوكباً غير صالح للسكنى عليه.

إن ثقب أو ثقوب الأوزون التى تنتج عن هذا كله تجعل من تلك الطبقة الحامية للحياة على الأرض أو الدرع الذى يرد أو يمتص الأشعة فوق البنفسجية الضارة لا يقوى على القيام بوظيفته

الكاملة .. فتأخذ هذه الأشعة طريقها عبر مثل تلك الثقوب إلى الأرض محدثة تأثيراتها المدمرة على البيئة والإنسان معاً.

ولقد ظهرت أمراض بعينها لدى سكان الجبال كالكتراكت أو مياه العين البيضاء ولقد تم إرجاعها إلى ما عرف حينها بزيادة التعرض للأشعة الكونية.

وبعد انفجار قضية الأوزون تم تحديد هذه الأشعة الكونية بالأشعة فوق البنفسجية والتي انهمرت - انهمار المياه عبر الشلالات - من حزنل التآكل الذي حدث فى طبقة الأوزون.

الأمر الذى أثر على جلد المصطافين الذين يؤثرون عرض أجسادهم على أشعة الشمس لفترات طويلة وذلك بارتفاع نسبة الإصابة بسرطانات الجلد بينهم.

لقد أصبح معروفاً الآن من خلال السجلات الطبية أن الآثار الصحية الفادحة التى يدفع ضريريتها الإنسان الآن من جراء نضوب الأوزون وتآكل طبقته تتراوح ما بين زيادة

الإصابة بعتامة عدسة العين أو ابيضاضها إلى زيادة الإصابة بسرطانات الجلد وعلى رأسها ذلك النوع الشرس المسمى بالميلانوما والذي يظهر على هيئة ورم جلدي غامق اللون يشبه فى بادئ الأمر الحسنة ثم سريعاً ما يتوحش باعثاً ثانوياته المدمرة فى كل مكان بالجسد البشرى حيث يمكن أن يفقد صاحبه الحياة فى خلال شهور قليلة.

وأكثر الناس تعرضاً لمثل هذا المرض هم أصحاب البشرة البيضاء من الشقر الأوروبيين والأمريكان كما تنتشر فيهم أيضاً أكثر من غيرهم ما يسمى بالكارسينوما التى تظهر على شكل تقرحات قرمزية اللون مليئة بالإفرازات وتنتهى بالتفاقمات السرطانية المدمرة.

والفرق الكبير بين إصابة أصحاب البشرة البيضاء من سكان النصف الشمالى للكرة الأرضية عن ندرة الإصابة بهذه الأمراض الجلدية الخبيثة لدى أصحاب البشرة الداكنة والسوداء

يوضح ما للأشعة فوق البنفسجية المنهمرة من فجوة الأوزون من آثار مباشرة على جلد الإنسان.

ونتيجة لتعرض جلد الإنسان لكميات كبيرة من هذه الأشعة يحدث تلف فيما يسمى بالـ D.N.A. فى أنوية الخلايا الطلائية للبشرة .. الأمر الذى يؤدي إلى الانقسام التوحشى لهذه الخلايا مسببة الأورام الخبيثة.

ولا يتوقف الأثر الفادح عند جيل معين فإن الحمض النووى المعرض لفترة طويلة لهذه الأشعة ينقل الصفات الوراثية السلبية إلى الأجيال التالية.

وبشكل عام تظهر على الجلد علامات الشيخوخة من سرعة واتساع رقعة التجاعيد كما تضعف الأجهزة المناعية فتحدث آليات الشيخوخة المبكرة.

ويحصد الإنسان الشوك الذى رمى بذوره فى تربة البيئة

الأرضية أخوه الإنسان الذى حوّل كوكبنا إلى كوكب مختلف أكثر خطراً وأقل أماناً تظهر عليه هو الآخر أعراض شيخوخة مبكرة تتمثل فى صيف أشد حرارة وشتاء أقسى برودة مع اضطراب فى مواعيد الفصول ينعكس على اضطرابات فى المحاصيل الزراعية وانهيار وبائى فى أشجار الغابات .. فضلاً عن الحرائق الضخمة التى تتعرض لها فتزيد ظاهرة الاحتباس الحرارى تفاقماً.

إن الأرض أضحت محمومة مهددة فى بقائها ككوكب تصلح الحياة عليه.



طب التكميل بديلاً عن الطب البديل





إن الطب البديل أو بالأحرى طب التكميل أو ما يمكن تسميته بشكل إجمالي بالطب البديل - المكمل نقلاً عن الإنجليزية التي جمعتها معاً في اختصار واحد هو الـ CAM والذي يعنى بالرجوع إلى تفصيله complementary and alternative medicine هذا الطب أو ذاك - أو الاثنان معاً - تم التعارف على تقسيمه في كليته إلى سبع طوائف من التعاملات الطبية كالآتي:

### أولاً : طب تكامل العقل والجسم :

وهذا النوع من الطب هو ما يمكن الاستعانة على فهمه بالمثل العربي الشائع بعد الإضافة إليه أو تعديله إلى الجسم السليم فى العقل السليم وأيضاً العقل السليم فى الجسم السليم مما يعنى أن الجدل الخلاق بين العقل والجسم هو الذى يضمن

للاثنين سلامتهما على السواء .. فالجسم يعتمد فى إدارة آلياته على العقل فإذا ما صح الأخير انضبط الأول .. وأيضاً فإن العقل هو محصلة ما يبعث به الجسم من رسائل ليل نهار إلى مراكزه .. الأمر الذى يؤثر على أوامره ونواهيته فإذا ما كانت الرسائل دقيقة صار العقل على درجة من الوعى والحكمة والقدرة على بث الأوامر الحاتة على خير الكائن الذى هو جماع العقل والجسم معاً والنواهي النافية لكل شر محقق بهذه الوحدة المتكاملة. وهذا الطب العقل - جسمى يشمل النواحي السلوكية والنفسية والروحية فضلاً عن رعايته للنواحي الاجتماعية أيضاً وعلى هذا الأساس من الطبابة الكلية أو Holistic Medicine يمكن تقسيم هذا الطب إلى ما يلى من أركان :-

#### ( أ ) النظام العقلى الجسمى :

أو النظام العقلجسمى إذا جاز لنا الإدغام وهو يشمل

كل ما يتمى للممارسات التطبيقية لعلاقة العقل والجسم الجذلية المشار إليها حيث تزال الحواجز القائمة بين الاثنين وتلغى الحدود الفاصلة وتتقلص المسافات الواسعة بينهما .. وهكذا تتحول ثنائية الكائن الإنسانى إلى أحادية لها اتجاهان من العقل إلى الجسم ومن الجسم إلى العقل .. أحادية تضمن حواراً مستمراً متناغماً يدعم فيه كل طرف الطرف الآخر دون سيطرة من هنا أو تمرد من هناك.

(ب) وسائل التكامل العقلى - الجسمى :

هذه الوسائل العقلجسمية تتوفر فى الرياضات النفسجسمية مثل رياضة اليوجا الشهيرة التى تعتمد على تنظيم التنفس والاستغراق فى التوحد مع الإيقاع الداخلى بغرض إخضاع كل ما هو غير إرادى لسيطرة الإرادة كما توجد مثل هذه المعانى فى حالات التأمل العميق بشكل عام وفى العلاج بالفن والاستعانة

بالموسيقى واستخدام لغة الرقص وإطلاق طاقات المرح الكامنة وتجاوز المعوقات اليومية وفي التنويم المغناطيسى والإيحاء الذاتى وفى العلاج النفسى الجمعى المعروف باسم Group Therapy والمجموعات المساندة الداعمة للفرد فى موقفه من الحياة وأيضاً فيما يسمى بالتغذية الحيوية الرجعية Bio Feed back.

### (ج) القيم الدينية والروحية :

ويعد هذا المجال الذى يتعامل مع القيم العالية التى يحملها الدين - أى دين - ومع منظومة القيم الروحية المؤطرة وغير المؤطرة دينياً من أخصب مجالات العلاجات العقلجسمية شريطة بعده عن كل ما هو شعوذة ودجل وخرافة يستغلها المشعوذون والدجالون والمستغلون لضعف الإنسان أمام التوسل بهذه القيم من أجل خلاص روحه وشفاء نفسه وتعافى جسده .. ويتضمن هذا المجال كل ما هو غير سلوكى فى التعامل مع

هذه القيم التي يشكل الإيمان بها حجر الزاوية في الاستشفاء الروحي وما يفيض عن هذا الاستشفاء على كل من النفس والجسم. إن الصلاة في كل دين تمثل القمة العالية في مثل هذا الصدد والذي يتجه فيها الكيان الإنساني إلى القوة الأعلى التي تهبه القدرة على مقاومة الأمراض المستعصية والعلل المؤلمة. وبقياس انعكاس هذه الممارسات على الوظائف البيولوجية والحالات الإكلينيكية تم تسجيل علاقات إيجابية لافتة للنظر مثيرة للانتباه.

#### ( د ) التواصل الاجتماعي :

يعكس هذا التواصل علاقة المسؤولية المتبادلة بين الفرد والمجتمع .. فالمساءلة الاجتماعية للفرد تقابلها المسؤولية المجتمعية عنه .. كما أن صحة الفرد جزء من مناخ عام يعنى بالصحة العامة بكافة أشكالها وعلى كل مستوياتها.

إن هذا التواصل الفردى المجتمعى يتطرق فيما يتطرق إلى المجالات الثقافية ورموزها وتأثيرها .. كما يجب أن يعنى بتقييم طبيعة الأعراف والتقاليد والمحاولة المستمرة لتقنينها وتصحيحها بغية إنشاء لغة واضحة بين الفرد والمجتمع فى وسطية تضمن الحرية من جهة والمسئولية من جهة أخرى ويمكن الاستفادة العملية الطبية من هذا التواصل الفاعل فى علاج حالات الإدمان وما كان على شاكلتها.

## ثانياً : أنظمة العلاجات البديلة :

وتشمل هذه الأنظمة كل النظريات الطبية التى نشأت فى بيئات مختلفة تحت تأثير نظرة معرفية تحاول تفسير ظواهر الحياة وردها إلى مفهوم فكرى معين كما تشمل أيضاً كل التطبيقات العلاجية والممارسات الاستشفائية المشتقة من هذه النظريات. وبطبيعة



الحال فإن هذه النظريات وتطبيقاتها خارج منظومة الطب الغربى ومفاهيمه المستقرة المنهج .. ويمكن تقسيم هذه الأنظمة إلى ما يلى:

### (أ) الوخز بالإبر والتطبيب الشرقى :

والوخز بالإبر الصينية سيتم التعرض له فيما بعد .. أما بالنسبة للتطبيب الشرقى فإنه يتضمن العلاج بالأعشاب المفردة أو المركبة من مجموعات منها .. كذلك يشمل التطبيب الشرقى العلاج بالأغذية حيث ينصح بغذاء معين لمرض معين .. كما يشمل العلاج بالمساج والطبابة اليدوية المعروفة بالتوى - نا (Tui Na) والحركات الشفائية مثل تلك المعروفة بالتاي - تشى (Tai Chi).

### (ب) الطبابة المحلية التقليدية :

وتشمل كل الطبابات المحلية التقليدية فى بلدان العالم

المختلفة فيما عدا الإبر الصينية والطبابة الشرقية المشار إليها في الفقرة السابقة. وتتضمن الطب الشعبي في الأمريكتين الوسطى والجنوبية والطب الأفريقي التقليدي بعد تنقية هذا وذاك من الكثير من بهارات السحر وأفاويه الشعوذة كما يتضمن ما يسمى بطب اليونان المشتق من الطب العربي لدى الهنود وأيضاً الطب الهندي المعروف بالأيورفيديك Ayurvedic وأيضاً تلك الجراحات الشائعة في جنوب شرق آسيا والمشهورة بالجراحات النفسية.

### (ج) الأنظمة الغربية غير المألوفة :

وتتضمن تلك الأنظمة العلاجية التي نشأت في الغرب بعيداً عن منهجه العلمي المعروف وبطبيعة الحال فقد نشأت تاريخياً في فترة أبعد كثيراً من عصر النهضة الأوروبية وهي أقدم من آليات الغرب العلمية ويعاد النظر فيها بعرضها شأن كل الطبابات القديمة على منهجه الحديث. ومن أشهر هذه الأنظمة ما يسمى بالهوميوپاثي.

## ( د ) الطبابة الطبيعية :

وهى طبابة تجدد رواجاً كبيراً الآن فى الولايات المتحدة الأمريكية وهى تعتمد على اختيارات تجميعية لأنظمة العلاجات الطبيعية والتغذية الطبيعية المستزرعة نباتاتها فى تربة طبيعية خالية من أى إضافات كيماوية للتربة أو لحفظ منتجاتها.

## ثالثاً : تحسين كيفية الحياة والوقاية من الأمراض:

ويشمل هذا الحقل من الأنظمة الطبية طائفة من النظريات وتطبيقاتها من أجل منع تطور المرض واكتشاف وعلاج عوامل الخطر المفضية لحدوث هذا المرض ودعم آليات الشفاء والنقاها منه.

وهذا المجال تتضح أهميته فى التعامل مع الأمراض مزمنة

الطابع وهو يشمل الممارسات الإكلينيكية والوقائية التي تهدف إلى التشخيص المبكر بالاستعانة بالقياسات الإنزيمية الخلوية للتعرف على كيفية أداء الخلايا لوظائفها مع استخدام وسائل التشخيص الكهربائية عن طريق الجلد وحفز ما يمكن تسميته بالحدس الطبى.

ويمكن فى هذا المجال توظيف أنظمة الطبابة غير المألوفة لتغيير سلوك المرضى الحياتى وتغيير النظام الغذائى لهم فضلاً عن تعليمهم كيفية التعامل مع الإجهادات العصبية والضغط النفسية وطرق السيطرة على أهوائهم بغرض التنمية الصحية الفردية والتوعية الجماعية وإنشاء حوار متبادل بين الفرد والجماعة فى هذا الصدد.

#### رابعاً : الطبابة البيولوجية الأساس :

وهى تشمل كل الممارسات والتدخلات الطبية واستخدام

المنتجات الدوائية التي تعتمد على أسس بيولوجية طبيعية. ويمكن تصنيف هذه الطبابة إلى المجموعة العشبية أو مجموعة العلاج النباتي المؤسسة على تناول أعشاب أو نباتات مثل الجينسنج والثوم والترمس وما كان على شاكلتهم.

كما تشمل مجموعة العلاج بأنواع معينة من الأغذية مثل تلك المحتوية على نسبة عالية من الألياف.

وأيضاً تتضمن العلاج بعناصر فردية محددة مثل الكاروتين المحتوى على فيتامين ( أ ) ومشتقات فيتامين (ب) و(د) وحمض الأسكوربيك المحتوى على فيتامين (ج) وغير ذلك من العناصر المحتوية على اليود والسليسيوم والحديد والمنجنيز وأحماض أمينية كالجلوتامين والفنيل - ألانين فضلاً عن مواد حيوية مثل الكواينزيمات.

وتشمل أيضاً هذه الطبابة ذات الأساس البيولوجى الطبيعى الإجراءات والمنتجات الدوائية التي لا تنتمى للطب المألوف مثل

استخدام حبوب اللقاح التي يتغذى عليها النحل والمستخرجات غير العسلية للنحل مثل الصمغ فيما يسمى بالابيثيرابي Api Therapy والأكسجين عالي الضغط وبطبيعة الحال الأوزون الذي يمثل الأكسجين في أقصى صورته النشطة.

وتشمل هذه الطبابة من الناحية التشخيصية غير المألوف من وسائل الفحص الطبي مثل قراءة قزحية العين.

### خامساً : الأنظمة المعتمدة على التعامل اليدوي مع الجسم :

وهي تتضمن ما يسمى بالكيروبراكتيك Chiropractic وهي إحدى طرق التعامل اليدوي مع الجسد لبعث الحيوية فيه وتنشيطه وحفزه على التخلص من التصلبات وعدم التناغم العصبي العضلي .. كما تتضمن ما يسمى بالرفلكسولوجي أو الإستشارة الحركية لردود أفعال جسدية بالضغط على نقاط جسدية محددة ..

كما يتضمن عمل المساج وتحريك الجسد .. وأيضاً تتضمن هذه الأنظمة العلاجات غير المألوفة بالماء والحرارة والضوء واللون.

### سادساً : طب المجال الحيوى :

وهو يتضمن التأثير فى المجال الحيوى المحيط بالإنسان أو اللصيق به مثل العلاج باللمس أو ما يسمى بالمس الشافى والاستشفاء الطبيعى المعتمد على تعديل حرارة وإضاءة الوسط والاسترخاء البيولوجى.

وهذا الطب يعتمد على تعديل الطاقة بين الداخلى إلى الجسم منها والخارج عنه.

## سابعاً : الطب الكهرومغناطيسي :

ويتضمن استخدام الطرق غير المألوفة لتعديل الحقل الكهرومغناطيسي للتخلص من الأمراض وزيادة الحيوية والمناعة.





بعض أنواع طب التكميل الشائعة





## \*\* طب الأعشاب :

وهو المنتشر فى الصين لاتساع سهولها وتنوع الفصائل العشبية التى سمحت بتكوين صيدلية دوائية متكاملة تغطى كافة الأغراض العلاجية.

ولقد كان هذا الطب منتشرأ لدى العرب فى عصر ازدهار حضارتهم وألفت فيه الكتب المرجعية مثل كتاب عبد الله بن البيطار الطبيب الأندلسى الذى ضم بين دفتيه مسحأ علمياً للنباتات الطبية التى تنمو فى الأرض العربية من أقصى غربها لأقصى شرقها .. وما زال الكثير من الوصفات المذكورة فى هذا الكتاب القيم معمولاً بها حتى الآن.

وبعد ظهور الآثار الجانبية الفادحة للأدوية الكيميائية انتبه الغرب إلى أهمية الاعتماد على الأصول العشبية للأدوية.

وما يهمنا فى هذا الصدد هو مراجعة الصيدلية العشبية

الفولكلورية وإخضاعها للتقييم المنهجي الحديث للوقوف على العناصر المعالجة فيها وتركيزها وتجريبها ونفى الفضول والزوائد والمواد الضارة الموجودة في الأصل العشبي.

وبعد ذلك يتم طرحها في الأسواق بسعر في متناول الجميع.

## \*\* الطب الغذائي :

يعتمد هذا النوع من الطبابة على التحكم فيما يجب تناوله من غذاء كما وكيفاً بما يناسب كل جسم من حيث السن والوزن وحالته الفسيولوجية والأمراض المصاب بها.

وكما يقول المثل العربي المعروف: المعدة بيت الداء والحكمة رأس الدواء .. فإن من غير المنطقي إتخام المعدة بكل

ما يلد ويطيب من أطعمة استجابة لرغباتنا التي لا تنتهى وانكساراً أمام ضعفنا تجاه إحدى شهوتى البدن.

فعلى سبيل المثال التعامل مع السُّمِّين الأبيضين الشائعين: الملح والسكر لا بد وأن يكون بحساب وحذر.

فالأول يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم الشريانى للقابلين للإصابة به دون أن تجدى الأدوية المعروفة نفعاً فى خفض هذا الضغط لو استمر صاحب هذه العضلة فى تناول الكمية المعتادة من الملح يومياً.

والثانى وهو السكر وما يدخل فيه من أطعمة وأشربة إن لم تضبط كميته فلا جدوى تذكر للعلاجات من أنسولين أو أقراص منخفضة لنسبة السكر فى الدم.

وقس على هذين المثلين الشائعين ما لا حصر له من الأغذية التي تؤذى مرضى بعينهم بينما توجد على الجانب الآخر للمعادلة

الصحية أغذية أخرى يؤدي تناولها بكميات مناسبة إلى تحسين حالات المرضى دون الحاجة في كثير من الأحيان لتعاطى العقاقير.

## \*\* تطبيع الحياة المدنية :

لا يعنى هذا العنوان السياسى النكهة إلا محاولة العودة إلى إطار الحياة الطبيعية بعيداً عن التلوث الكيمايى والسمعى والبصرى والوجدانى والحرص على تناول الطعام المستمد من نباتات مزروعة فى تربة طبيعية دون تدخل من مخصبات كيميائية أو إضافة مواد حافظة فى وسائل تصنيعها.

كما يتضمن هذا التطبيع للحياة المدنية أو إعادة حياتنا فى المدن إلى الأصول الطبيعية بقدر الإمكان إعطاء الفرصة للجسد المنهك أن يستعيد عافيته بالراحة والنوم الهادئ بدون مسكنات أو مهدئات مع إتاحة الفرصة له للحركة الحرة والتريض المنتظم

والعمل وفق الطاقة بلا توتر مصاحب أو عجلة زائدة.

إن العودة إلى الطبيعة وقوانينها التي أهملناها تحت وطأة اللهاث اليومي وراء لقمة العيش والطموحات المدنية التي لا آخر لها .. هذه العودة المنشودة ليست ترفاً ولكنها ضرورة لكسر الإيقاع الذي يسلمنا في نهاية الأمر إلى الأمراض التي تخصص من طاقتنا وتختصر من أعمارنا.

إن العودة المصرة والمنظمة لكل ما هو طبيعي يزيح تلك التراكمات الكيميائية التي حطتها الصناعة ومنتجاتها التي تحاصرنا أينما اتجهنا على أعصابنا المتهالكة وشرائنا المتصلبة التي تضيق بما يقترب من الانسداد يوماً بعد يوم.

## \*\* الطبابة الطبيعية :

وهي تضيف إلى ما سبق ذكره في النوع السابق

التمرينات الجسدية العلاجية كالتدليك والتكبير وما شابه ذلك من أساليب تعتمد على إعادة توزيع الطاقة والحيوية في الجسم بالعدل والقسطاس دون أن يستبد بها عضو على حساب سائر الأعضاء التي سوف تشكو لا محال من جراء نقص تغذيتها الحيوية بالطاقة وتدفق الدم إليها بأعراض شتى تبدأ من الفتور وتنتهى بالإعاقة.

إن الممارسين لهذه الأساليب العلاجية الطبيعية لابد وأن يكونوا على درجة عالية من الدربة والمران والوعى بنظرية عمل الأعضاء.

ويجب أن تعقد لهم الدورات التعليمية تحت إشراف المتخصصين الذين يمنحونهم من الرخص التي تسمح لهم بمثل هذه الممارسات الطبية مع التنبيه عليهم بأن خروجهم عن القواعد المرعية ينزع عنهم حق الاقتراب من الجسد البشرى الذى لا يجب أن يقترب منه إلا الخبير الفاهم لآليات عمله والمحترم لقداسة ما يتعلق بالتعامل معه.



إن الإشراف العلنى من المسئولين الصحيين على مثل هؤلاء المطيبين لابد وأن يكون متوفراً للتأكد من سلامة الممارسة وفعاليتها.

وتتضمن الطبابة الطبيعية طرقاً مختلفة من العلاجات اليدوية المعتمدة بدورها على عمل تمسيد أو تدليك باليدين لمناطق معينة فى القدم وأحياناً فى يد المريض بغرض معالجة علة ما أو إزالة إجهاد واقع على منطقة أخرى فى جسده فيما يعرف بالرفلكسولوجى Reflexology.

كما تتضمن الطريقة اليابانية المعروفة باسم الشياتسو نقاطاً معينة فى الجسم ومسارات معينة للطاقة فيه بنفس نظرية الإبر الصينية حيث يستبدل هنا الوخز بالضغط.

كما تتضمن الطبابة الطبيعية علاجاً بدنياً يركز على استثارة ديناميات حشوية داخلية عن طريق شد الأنسجة الضامة والتدليك العميق.

وتعتمد مثل هذه الطرق المسماة بالكيروبراكتيك والرولفينج على خبرة طويلة وإلمام نابه للذين يمارسونها وإلا تعرض المريض للأذى من جراء حركة خاطئة أو ضغط أكثر مما يجب يسبب خلعاً لمفصل أو تهتكاً لأنسجة أو أنزفةً من بعض الأوعية الدموية تحت الجلد.

## \*\* العلاج بالتحكم الذاتي :

هذا النوع من العلاج يعتمد على فتح القنوات الاعتبارية أو الافتراضية على اتساعها ما بين العقل والجسم.

وحتى لا يبدو الأمر غامضاً فنحن نستعين بما تم تجربته من محاولة إخضاع ضغط الدم المرتفع لسيطرة المريض به .. حيث يتم توصيل جهاز قياس الضغط بكمبيوتر تظهر على شاشته أرقام بيانية أو منحنيات توضح مدى هذا الضغط في حالتى انقباض

القلب وانبساطه .. وعلى المريض المتابع لما يظهر على الشاشة أن يحاول التحكم فى أرقام ضغطه بما يشبه الإيماء الذاتى.

فالمعروف أن الشرايين الصغيرة التى تنتهى إليها الشرايين الكبيرة هى المتحكمه فى ضغط الدم المبذول على جدران الأخيرة .. فعندما يتسع قطر الشرايين الصغيرة تغادر الشرايين الكبيرة كمية أوفر من الدم إلى الأوردة مما يؤدى فى النهاية إلى انخفاض ضغط الدم الشريانى.

وقطر الشرينيات هذه أو الشرايين الصغيرة موضوع تحت إمرة مركز معين فى جذع المخ لا يقع فى العادة تحت طائلة قشرة المخ التى تستقر فى تلافيفها إرادتنا.

والمحاولة الدؤوب تسعى إلى استعادة هذا المركز المستقل بطبيعته إلى مجال التحكم فيه إرادياً .. ومن ثم يمكن التحكم فى قطر الشرينيات وبالتبعية يقل ضغط الدم المرتفع حيث تظهر هذه النتيجة الإيجابية على شاشات الكومبيوتر زافة البشرى

لمريض أنه قادر بهذه الكيفية على التحكم المستمر فى ضغط دمه المرتفع.

وهذا النوع من التحكم الذاتى الذى يطلق عليه بالإنجليزية Bio feed back هو جزء من الثورة الطبية الثالثة التى أتت بعد ثورتى الجراحة وعلم العقاقير أو الأقرباذيين والتى تعرف الآن بالطب السلوكى الذى يعول عليه إطلاق القوى الكامنة فى الكائن البشرى للتحكم فى عمل آلياته الداخلية للسيطرة على مقدرات الانفعال وكبح جماحه ومنع آثاره المدمرة على الجسم .. مع تعلم الكيفية الصحيحة لبلوغ حالة الاسترخاء وصولاً إلى الاستغراق فى النوم عند الضرورة ثم استجماع القوى وحشدها لحالة من اليقظة النشطة وتركيز الانتباه ونفى التشوش ارتقاءً لقمّة من الوعي القادر على استيعاب المفردات وتجميعها جنباً إلى جنب فى رؤية شاملة ونافذة معاً.

## \*\* الطب الروحي :

ليس بعيداً عما سلف ذكره فى الفقرة السابقة يأتى هذا النوع من الطب الذى يبدو فى عالم تكتسحه المادة وتحكمه قوانينها المادية بمثابة عنوان شاعرى لا يمت للواقع بصلة.

ولكن أولئك الذين لهم دراية بتدريبات اليوجا وما يتعلق بها من معانى مصالحة مثل التأمل الروحى والتركيز الفكرى يعلمون تماماً النتائج الإيجابية التى حصلوا عليها وتمتعوا بها صحة وافية وعمراً مديداً.

ومن النماذج المصرية المواظبة على مثل هذه الرياضة العالية وقد صرح مراراً بذلك فناننا التشكىلى الكبير الأستاذ صلاح طاهر.

ولكن يجب فى هذا الصدد أن نعرف أن الطب الروحى أو مثل هذه الرياضة الروحية التى تنتهى بترويض الجسد تمثل

الصلوات فى الأديان المختلفة أعلى تجلياتها بما تضيفه من  
السكينة على النفس من هدوء يطرح شذاه على أعضاء الجسد  
فتنبسط من بعد انقباض وتستريح من بعد معاناة.

مثل هذا الطب السامى المتسامى من هذا المنظور لا يتسع  
أبدأ ولا يجب أن يسمح على الإطلاق بتسلل شعوذة المشعوذين  
ودجل الدجالين وخرافة المخرفين واستثمار النصابين للافتته ..  
والساحة ملأى بمن يدعون إخراج العفاريت المسببة للعلل  
وتحرير أعناق البشر من الجن الراكبين على أكتافهم المسيرين  
لمصائرهم .. هذه الخزعبلات يجب التصدى لها ونفيها نفياً  
قاطعاً ونحن نعرض لهذا النوع من الطبابة العالية الفهم والقيمة.

## **\*\* الطبابة المثلية :**

الطبابة المثلية هى الترجمة التى يمكن أن تكون مقبولة لهذه

الطريقة من العلاج المعروفة فى أوروبا وأمريكا باسم الهوميوباثى Homeopathy والتي تعتمد على مقولة تفترض أن "بأسبابها تعالج الأمراض" أو "بأشبابها تشفى العلل".

وهذه الطريقة حققت انتصاراً هاماً بافتتاح كلية خاصة بها فى لندن عام ١٩٥٠. ويتم تطبيق فرضيتها بإعطاء المعانين من مرض معين كميات ضئيلة للغاية من عقاقير لو أعطيت بجرعاتها الكبيرة للأشخاص الأصحاء لحدث بهم ذلك المرض. وهذه العقاقير مستخرجة من مصادر حيوانية أو نباتية أو كيميائية.

فعلى سبيل المثال وجد أن سم تلك العنكبوت المعروفة باسم الأرملة السوداء يحدث أعراضاً مشابهة لأعراض الذبحة الصدرية من ألم حاد عاصر فى الناحية اليسرى من الصدر يمتد إلى الكتف اليسرى ويسبب شحوباً واضحاً لصاحبه .. فباعطاء كمية ضئيلة من هذا السم فور حدوث أعراض الذبحة الصدرية يمكن أن يساعد هذا فى شفاء المريض.

وتفيد هذه الطريقة في التخلص من العديد من الأمراض التي تسببها الحساسية وتسبب الآلام "روماتيزمية واكزيما الجلد المزمنة. ولقد كان أول من دعا هذه الطريقة وطبقها على نفسه أبو الطب الإغريقي الشهير :بيوقراط المعروف لدى العرب باسم أبوقراط.

وكلمة الهوميوباث، كلمة إغريقية من مقطعين الأولى هوميو تعنى المشبه والأخرى "ثي" تعنى الإحساس.

## \*\* طب البيولوجيا الجزيئية :

وهو المعتمد على استخدام هرمونات داخلية مثل الميلاتونين أو عناصر بيولوجية مصنعة مثل الكو إنزيمات التي لا توجد بكميات مناسبة في الأغذية المعتادة التناول.



## \*\* الطب الشعورى :

وهو الطب الذى يهدف إلى تحسين المزاج الشخصى وتهيئة الإنسان تهيئة صحية تجعله قادراً على التعامل مع الضغوط والتوترات وتخليصه من آثار التجارب الماضوية المعوقة لتدفق حيويته.

وقد وجد أن لهذا النوع من الطبابة تأثيراً على رفع درجة مناعة الإنسان ضد الأمراض.

وهو يعتمد على أشكال مختلفة ووسائل شتى منها استعمال الموسيقى واستخدام خلاصات زيتية طيارة من أعشاب طبية معينة لها روائح خاصة يمكن إضافتها إلى مياه الاستحمام أو تضيئها على الجلد أو استنشاقها مما يكون له أبلغ الأثر فى إعادة التناغم بين الجسم وأجزائه من ناحية وبين وظائفه ومتطلبات الحياة من ناحية أخرى.

كما يتضمن الطب الشعورى أيضاً فيما يتضمن العلاج بالمياه سواء الباردة أو الساخنة منها.

ويتضمن أيضاً العلاج باللون حيث يعتقد بعض المنظرين لذلك النوع من العلاجات أن لألوان الأضواء أو الأطعمة أو الملابس تأثيراً شافياً من بعض الأمراض يعتمد على تصحيح ما يسمى بعدم التوازن اللوني.

وخرج من عباءة العلاج باللون العلاج المعروف بالوخز اللوني حيث تستعمل إبر خاصة توجه لونا معيناً إلى المسارات والنقاط التي يتم بها الوخز بالإبر الصينية حيث تسرى رسائل الشفاء في مسارات الطاقة عبر نقاطها المرصودة على الجلد إلى الأعضاء المراد تخليصها من أمراضها.

## **\*\* العلاج بالضوء :**

تعتمد هذه الطريقة على ما يسمى بالساعة البيولوجية التي تنظم فيما تنظم دورة النوم واليقظة.

ويمكن عند اضطراب هذه الدورة استعادة نظامها الذي

يتأسس عليه انتظام الكثير من الوظائف البيولوجية وذلك بالتحكم في التعرض للضوء.

إن الإنزيمات والهرمونات والفيتامينات تحتاج للضوء في تكوين بعضها وأنشطة معظمها.

فعلى سبيل المثال فإن فيتامين "د" الذي يؤدي نقصه إلى إصابة الأطفال بالكساح يحتاج في تكوينه تحت الجلد لأشعة الشمس.

ولقد دخل الضوء في العلاج كتطبيق عملي في الكثير من الحالات المرضية مثل إصابة الأطفال حديثي الولادة بالصفراء .. فقد وجد أن تعريضهم لضوء الفلورسنت لفترات طويلة يشفيهم من هذا العرض الناتج عن زيادة في تكسير كرات الدم الحمراء لديهم.

وقد وجد أيضاً أن في التقلبات النفسية الموسمية يكون التعريض للضوء الساطع بمثابة حافز على خروج المكتئبين من دائرة اكتئابهم التي يصعب على العقاقير الكيميائية إخراجهم منها.

وقد وجد فى مثل هذه الحالات أيضاً أن سحب الضوء بالتدريج مساءً كما يحدث فى الربيع يدفع بالمرضى إلى نوم هادئ .. كما أن الإضاءة المتدرجة آخذة شكل الفجر الربيعى المختلف عن فجر الشتاء المفاجئ الطلوع يقطع الطريق على الميلاتونين ويحفز الإنسان على الاستيقاظ المرح.

ليس هذا خيال شعرى يطرحه الشاعر الكامن تحت معطفى الطبى ولكنه بحث علمى منشور فى واحدة من أهم المجلات العلمية تحت عنوان "تمثل الفجر الربيعى".

وعلى صعيد آخر وجد أن إضاءة مناطق معينة من الجلد مثل بطن الركبة يمكن أن يؤثر على الساعة البيولوجية تأثيراً علاجياً فى حالة اضطرابها فى مثل هذه الحالات الموسمية وإن كان ذلك أقل بطبيعة الحال من تعريض العينين لهذه الإضاءات العلاجية.

## \* الطبابة التقليدية المحلية :

وهى فنون التداوى التى نشأت فى أقاليم بعينها بناء على خبرة شعوب هذه الأقاليم مع المرض وعلى ما تنتجه أرض تلك الأقاليم من أعشاب.

وقد قامت بعض هذه الفنون على اجتهاد معرفى خاص بالجسم البشرى وبعضها مجرد تطبيقات علاجية لا تقوم على أساس نظرى.

ولقد ظهرت دعوة إلى الاعتراف بمجدوى مثل هذه الطرق المحلية فى المداواة بعد أن أثبتت على مدى التاريخ فى مواقعها صلاحيتها للتخفيف عن الناس آلامها .. الأمر الذى جعل الأجيال تتوارث العمل بها .. وكان التجريب والتعديل المستمر لنتائج التجارب عاملاً هاماً فى اعتمادها.

ولا يقتصر الطب التقليدى المحلى على استخدام الأعشاب

فحسب ولكنه يضم أساليب من طرق التغذية والتجبير للكسور والجراحات الاجتهادية فضلاً عن وصفات ناجعة فى المداواة وتطبيقات ناجحة فى فنون العلاج.

وبالإضافة إلى أنها طبابة مجربة على مدار القرون الطويلة وأنها تعكس رؤية حضارية معينة للإنسان والحياة فإن تكلفتها الزهيدة تشجع الناس على استمرار التعامل معها.

وقد تبنت منظمة الصحة العالمية منذ أكثر من ربع قرن الدعوة إلى اعتماد مثل هذه الطبابات التقليدية مع عرض نتائجها على المنهج العلمى وتصحيح ما يجب تصحيحه بعد أن كانت النظرة السائدة تشكك فى سلامة وفعالية مثل هذا النوع من الطب الذى كان يعتبر طباً بدائياً من خلال نظرة دونية من الطب الغربى السائد.

وكان ما يسمى بإعلان المآتا الصادر عن الجمعية العامة للصحة العالمية فى عام ١٩٧٨ بمثابة البوابة التى فتحت على

مصراعيها لإدخال الطب التقليدي المحلى ضمن السياسات العلاجية للدول المختلفة مع ضرورة وضع التنظيمات والتشريعات التى تضبط شئونه.

وبعد ذلك الإعلان دعت منظمة الصحة العالمية إلى إجراء الدراسات المحلية لحصر العلاجات المستعملة فيها وتقييمها مع تبنى معايير الجودة والأمان والفاعلية لدى تقييم العلاجات المختلفة والمواد المستخدمة فيها.





# نبذة عن الطب الصيني





والطب الصيني هو أوضح النماذج وأنجحها لذلك الطب التقليدى المحلى الذى يقوم على نظرية معرفية خاصة بالجسم البشرى وعلاقاته الحيوية المتبادلة مع الكون.

وهو يعتمد على مفهوم الطاقة وسريانها داخل الجسم البشرى وانفتاحها على مصادر خارج هذا الجسم.

وتعتمد الطبابة الصينية فى تطبيقاتها على توظيف الغذاء والأعشاب والتمرينات الجسدية والتأمل الروحى فضلاً عن أشهر أدواتها وهو الوخز بالإبر الصينية فى مناطق معينة محددة على الخارطة السرية لمسارات الطاقة.

وتوجد بعض الاختلافات فى التطبيق لدى الطب الكورى أو الفيتنامى أو عند سكان التبت ولكن النظرية تكاد تكون واحدة وهى الرامية إلى وحدة الكائن مع الكون برموزه المختلفة وتلاحم روحه ونفسه وجسده معاً فى سبيكة حيوية متكاملة من الطاقة.

وتعتمد نظرية الطب الصيني على مفهومي الين واليانج وهما صورتا الكيو أو طاقة الحياة المعروفة عند الهنود بالبرانا وعند الروس بالبيوبلازما.

وتفترض النظرية الصينية أن كلا من الين واليانج قابلان للتحويل من صورة كل منهما إلى الصورة الأخرى عند النهاية القصوى لأيهما.

والين واليانج وإن كانا على النقيض في تعبيرهما عن الكيو أو الطاقة الحيوية إلا أنهما متكاملان في نفس الوقت وأنهما يكونان معاً كلاً كاملاً.

وهما يعتمدان على بعضهما البعض ويحتضنان بعضهما البعض فضلاً عن تحول صورة كل منهما إلى الأخرى حيث ينتهي بهما الأمر أن يحل كل منهما محل الآخر.

هذا المفهوم المعقد يسمح للنظرية الصينية في الطاقة

الحيوية أن تكون من المرونة بحيث تفسر الظواهر والظواهر المضادة في الجسد البشرى فى حالتى الصحة والمرض.

والأمر يشبه إلى حد ما تقسيم الطب الغربى للجهاز العصبى الذاتى أو الأتونوميك المنقسم بدوره إلى الجهازين: السمبثاوى والباراسمبثاوى حيث يضاد بعضهما البعض فى التأثير على أعضاء الجسم فى نفس الوقت الذى يكمل بعضهما البعض على مستوى الأداء الوظيفى الكلى .. فمثلاً الجهاز السمبثاوى يسرع من دقات القلب بينما الباراسمبثاوى يقلل من دقات القلب .. إننا ببساطة نفسر أنهما متضادان فى التأثير لو تصورنا أنهما يعملان على القلب فى وقت واحد بينما هما فى الواقع يعملان فى توقيتين مختلفين .. ففى اللحظة التى توجب على القلب أن يسرع فى دقاته مثل طلوع السلم ينشط الجهاز السمبثاوى لحفز القلب على ذلك .. أما فى أوقات الراحة أو النوم فإن الجهاز الباراسمبثاوى يكون هو السائد فى عمله أو المتسيد للموقف مؤدياً إلى خفض دقات القلب.

شئ مثل هذا يجعلنا قريين من تصور الفكر الصينى فى مفهومه عن الطاقة الحيوية من خلال عمل الين واليانج. وبالإضافة إلى ذلك فإن الطب الصينى لا يفرق كثيراً بين الجسم والروح .. فكل عضو من أعضاء الجسم إلى جانب أدائه لوظيفته العضوية فإن عليه أيضاً واجبات عقلية وانفعالية وروحية.

فالحكمة الصينية ترى أن فى كل خلية من خلايا الجسم تسكن الروح ويكمن العقل وتتمثل كل أشكال الطاقة الحيوية. وعلى هذا الأساس أيضاً يمكن فهم أن فى كل عضو من أعضاء الإنسان تتلخص شخصيته وتحتزل سماته. ويمكن تعريف العضو بأنه وحدة جسدية عقلية روحية.

والعلاقة بين الأعضاء فضلاً عن كونها علاقة عضوية أى فيزيائية فإنها أيضاً علاقة عقلية روحية .. هذا هو المفهوم الصينى للفسولوجيا أو الطبعة الصينية لعلم وظائف الأعضاء.

وبالسعى قدماً في أبعاد تفصيلية لثنائية الطاقة الصينية:  
الين واليانج، نرى أن الين استأثر بالأعضاء غير المفرغة مثل  
القلب والكبد والكلية والطحال (وأيضاً غشاء التامور والرئة) كما  
استأثر اليانج بالأعضاء المفرغة كالمعدة والأمعاء الدقيقة  
والغليظة والحوصلة المرارية والمثانة.

وعلى مستوى الأداء أو الوظيفة أو الحس فقد نُسب إلى  
الين الإشراف أو القيام على مهام الغريزة وإفراز مادة الاستيل  
كولين (وهي الناقل الكيميائي لنشاط الجهاز الباراسمبثاوى  
الكهربائي) والجهاز العصبى الإحساسى والمشاعر والحدس  
والهدوء أو الدعة والانتباه العميق ومن الناحية المرضية الاكتئاب.

بينما ينسب إلى اليانج مهام الذكاء وإفراز الأدرينالين  
(الناقل الكيميائي لنشاط الجهاز السمبثاوى الكهربائي) والجهاز  
العصبى الحركى والإرادة والزهو والذهنية والغضب والاستثارة.

وفى ميدان التطبيق العملى للنظرية الصينية فى الطب

فقد تم تحديد المسارات التي تنطلق فيها الطاقة الحيوية وهي تلك القنوات الدقيقة التي تتدفق فيها هذه الطاقة وسميت هذه المسارات أو القنوات بالميريديانات [Meridians].

وهذه القنوات تكون فيما بينها شبكة تصل ما بين الأعضاء الداخلية من ناحية وبين سطح الجسم أو الجلد من ناحية أخرى. وهي أيضاً تعتبر شبكة تصل ما بين الأرض وكل ما تمثله من حسيات ويسيطر عليها الين وما بين السماء وما تمثله من روحانيات ويقوم على هذه المهمة اليانج.

والطاقة الأساسية يتم إنتاجها من حرق المواد الغذائية بالهواء وتسمى بطاقة الزونج وهي تتحرك من خط يماثل خط الاستواء في الكرة الأرضية عبر مسارات شبه عمودية على هذا الخط الاستوائي إلى أعلى وإلى أسفل.

وتوجد نقاط محددة على مسارات الطاقة السطحية الموجودة في النسيج الضام بين العضلات والأوعية الدموية



والأعصاب وهى أماكن الوخز بالإبر الصينية.

ونتيجة هذا الوخز يمكن إزالة أى معوقات لسريان الطاقة فى الجسم ككل كما يمكن ضمان تدفق الطاقة بين ما هو أرضى وما هو سماوى فى الكيان الإنسانى.

ويعتقد الصينيون المؤسسون لهذه الطبابة الخاصة بوجود اثنى عشر مسار للطاقة للربط ما بين الاثنى عشر عضواً فى تقديرهم لأعضاء الجسم الحيوية. كما أن هناك خمسة عناصر أساسية مكونة لكل من الكون والكائن البشرى وهى الخشب والنار والأرض والمعدن والماء.

وأن محصلة التوازن بين ما هو داخل الجسم وخارجه بالنسبة لهذه العناصر هى المسئولة عن الصحة والعافية على المستويات البدنية والعقلية والروحية وأى اضطراب فى هذا التوازن يعزى له المرض والعلة.

وتحدد مجموعة من التمارين لكل عنصر من العناصر الخمسة حتى تفتح البوابات السرية بين الداخل الإنسانى والخارج الكونى فتسرى الطاقة وتتجدد وتكتمل دائرة الحوار الحيوى بين الأرضى والسماوى فى الإنسان من ناحية وبين الإنسان كجزء والطبيعة ككل من ناحية أخرى.

ولقد علق الصينيون آمالاً كباراً على أهمية التناغم والتوازن بين القوى والطاقات .. حيث افترض الطب الصينى وجود أربعة قوانين تحكم العلاقات بين العناصر الخمسة المختلفة وهى متمثلة فى دورات أولهاها هى الشينج أو دورة الخلق وثانيها الكو أو دورة الفحص والسيطرة فضلاً عن دورتى الطرد والسحب.

وهذه الدورات الأربع تصف مراحل النمو والتداخل الوظيفى للأعضاء .. وهى تشرح كيفية انتشار المرض من عنصر لآخر ومن عضو لآخر. وهى أيضاً تخلق الارتباط المعقد

بين الأعضاء والعناصر الذى يكون الأساس الذى تبنى عليه الصورة الإكلينيكية العامة.

ويمكن بتطبيق هذه الفكرة فهم الديالكتيك الغامض بين المستويات العقلية والانفعالية وهى مسألة لم يحسمها حتى الآن الطب الغربى بكل نظرياته الكيميائية والنفسية.

كما تشرح هذه الدورات أيضاً التركيب الشخصى والعلاقات بين الشخصية والإصابة بنوع معين من الأمراض وهذه هى الآلية الرئيسية فى التشخيص والعلاج بواسطة الطبابة الصينية.



# نبذة عن الطب الهندي





أو ما يعرف باسم الأيوفيدا وهو يعتمد على فلسفة رئيسية تصل إلى غاية عالية وهي إقامة التوازن الصحى لقوة الحياة أو البرانا.

وتجد هذه الفلسفة تطبيقاتها العلاجية منذ آلاف السنوات فى الهند وتعتمد على أساليب تغذوية معينة واستخدام الأعشاب وتمارين التنفس ومعادلة السموم وأهم ما يميزها التأمل الروحى ورياضته المعروفة باسم اليوجا.

ويعتبر النظام الهندى أقدم وأكثر الأنظمة العلاجية القديمة تكاملاً فهو أبو الطب الطبيعى وأم فنون التداوى معاً.

وطريقة الأيوفيدا فى التشخيص تعتمد على فحص العينين والوجه والشفاه واللسان والأظافر وجس النبض.

وهى تربط بين أجزاء من اللسان والشفاه والأعضاء الداخلية. أما أهمية النبض فتعود إلى افتراض أن القلب هو مركز الوعى الإنسانى والذكاء الطبيعى معاً.





نبذة عن الطب العربي :

مجلة  
الابنت ساهمات  
الحجامة





لغويا تعنى الحجامة إعادة الأمر إلى حجمه الطبيعي وإجراءياً يقصد منها إعادة الدم إلى نصابه الطبيعي أى إزالة الزيادة الفاسدة من الدم التى عجز الجسم عن التخلص منها. والفكرة تعتمد على أن الدم أو بالأحرى كرات الدم الحمراء الهرمة تتركز فى أكثر أماكن الجسم استرخاء وهو الظهر مسببة عرقلة لتدفق الدم فى جسد الإنسان.

ومن ركود الدم المفترض تنشأ الأمراض وبالتخلص من ذلك الدم الراكد الفاسد الهرم الخلايا تسرى الصحة سريان كرات الدم الحمراء الفتية فى الدورة الدموية بعمومها.

هذه هى الفكرة من الحجامة وهى تعود فى تاريخها إلى ما قبل الإسلام إلى الفراعنة التى نقلها عنهم الإغريق فيما نقلوا من فنون التداوى وإن كانت قد وجدت تشجيعاً وتأكيداً على فوائدها لدى العرب منذ ظهور الإسلام نظراً لتداوى الرسول ﷺ بها وورود الكثير من الأحاديث عن آثارها الحميدة.

وتعمل الحجامة على إحداث نوع من الاحتقان فى منطقة الكاهل وذلك باستخدام كئوس خاصة زجاجية تعرف بكاسات الهواء. وقد استخدمت أيضاً لدى الصينين بواسطة أغصان خشب البامبو.

ويقوم المداوى بحرق قطعة ورقية على شكل قمع ويتم إدخالها فى فوهة الكأس حيث تلتصق الفوهة مباشرة بأسفل لوح الكتف فيحرق الهواء المحبوس داخل الكأس محدثاً خلخلة فى الضغط.. الأمر الذى يؤدى إلى شفط جزء من الجلد داخل الكأس ونتيجة لذلك يحدث احتقان دموى موضعى .. وهذه هى الحجامة الجافة المستخدمة فى تخفيف الآلام العضلية.

ولكن بقيام المداوى أو الحجام بعد ذلك بإحداث بعض التشريطات السطحية بواسطة مشرط حاد معقم فى الموضع المحتقن يسيل على أثره دم يحتوى من وجهة نظرة فكرة الحجامة على كرات دموية هرمة وشوائب محدثة للأمراض .. فهذه هى الحجامة الرطبة كما يسمونها.

ولا ينصح بالحجامة الرطبة قبل سن البلوغ لحاجة الأطفال والفتيان للهيموجلوبين وتجنبيهم الإصابة بالأنيميا كما لا ينصح إجراؤها للسيدات إلا بعد انقطاع الطمث لأن الطمث في حد ذاته يشكل حجامة شهرية طبيعية.

ويفضل أن يكون موعد الحجامة في النصف الثاني من الشهر القمري وتفضل أن تكون في الصباح الباكر قبل تناول طعام الإفطار كما ذكر ابن سينا الذي ذكر أيضاً الفصد الذي اعتبر نوعاً من الحجامة الصغرى لفائدته الموضوعية فقط.

كما يعتبر سحب الدم بواسطة الديدان المعروفة بدود العلق من مواضع خاصة كجانبى العينين والقدم حجامة موضعية وفائدتها جزء من الفائدة العامة لحجامة الكاهل حيث إن الدم الناتج عنه يعبر عنه بالدم الراكد أو الفاسد أو الملىء بالشوائب المحدثه للأمراض.

وقد أجريت بعض الدراسات المخبرية الحديثة التي سجلت أن دم حجامة الكاهل تقل فيه كرات الدم البيضاء وتزيد

كرات الدم الحمراء المشوهة الهرمة كما تزيد به نسبة الكرياتينين الذى تتخلص منه الكلى وذلك بالمقارنة بالدم الوريدي العادى. ويتم تثبيت الكأس لمدة ثلاث دقائق وذلك لثلاث مرات ويحظر على المحتجم تناول الحليب ومشتقاته كالجبين والقشدة طوال يوم الحجامة.

ويرى المداوون بالحجامة أن لها أثراً مفيداً فى كثير من الأمراض منها ارتفاع ضغط الدم وتصلب الشرايين والجلطات وقصور الكبد وزيادة الدهون الثلاثية والكولسترول فى الدم وارتفاع نسبة السكر وزيادة نسبة الكرياتينين والبولينا. كما أنها تنشط الدورة الدموية وتقلل من لزوجة الدم فتزيد بذلك من تدفق الدم إلى المخ حيث يزداد التركيز وتقل نوبات الاكتئاب ويتخلص المخ من كثير من معوقات وظائفه مما يحسن من حالات الشلل أو الصمم أو فقدان الاتزان. وبالإضافة لذلك يعزى للحجامة أنها تنشط وظائف الجهاز المناعى بالجسم فتقوى قدرته على مقاومة الأمراض.

الأوزون وحلم الشباب الدائم







حلم الشباب الدائم هو حلم إنسانى قديم وقائم وهو  
حلم مشروع يتلخص فى أن يتخلص الإنسان من كابوس  
الشيخوخة بما ينطوى عليه من ألم وعجز واستسلام كئيب لنذير  
الرحيل.

لقد تنهد الشاعر العربى القديم متحسراً ملخصاً فى  
زفرته الحرى أوجاع الملايين عبر القرون من عبء الشيخوخة  
قائلاً بيته الشعرى: ألا ليت الشباب يعود يوماً لأخبره بما فعل  
المشيب.

ولقد فعل المشيب الأهوال بالمتعاقب من الأجيال إلا أن  
الآمال ما زالت معقودة على التقدم العلمى فى حقل الطب  
ليرفع عن كاهل الكائن البشرى أثقال السنين وتباريح الليالى.  
وقد فعل التقدم الطبى الكثير فى هذا الصدد واستعان على  
فعله بصنيع الأوزون.

فمن المعروف أن الملكة الأم فى بريطانيا والتي توفيت

مؤخراً عن عمر تجاوز المائة عام أنها كانت منتظمة على العلاج بالأوزون وصورتها البهية المشرقة هي التي طالعتنا فى افتتاح المؤتمر الدولى السنوى للعلاج بالأوزون والذي شاركت أنا فيه بميونخ وذلك فى شهر مايو من هذا العام.

ولقد حافظ الأوزون على صحة الملكة الأم وحيويتها ورفع درجة مناعتها ومقاومتها للأمراض طوال هذا العمر المديد.

وحلم الشباب الدائم يراود الجميع ملوكاً كانوا أو غير ملوك .. حتى أن السؤال المطروح منذ فترة ليست بالقصيرة هل الشيخوخة حتمية بيولوجية لابد وأن يمر بها الإنسان عندما يصل إلى أعقاب مرحلة سنية متقدمة أم أن الشيخوخة عرض مرضى يظهر فى هذه المرحلة من العمر.

ومحاولات الإجابة على ذلك السؤال المحير بدأت تطفو على سطح أوراق البحث العلمى منذ نهايات القرن العشرين

.. فقد أخذت أمور كثيرة كانت تبدو فى بداياته من البديهيات غير القابلة للتشكيك فيها تثير من علامات الاستفهام ما يجعلها موضوعات مطروحة للتفاوض من حولها.

وليس أكثر من الشيخوخة قضية أثارت الكثير من النقاش حول ما إذا كانت مرحلة حتمية لابد وأن يمر بها الكائن الإنسانى فى طريقه للفناء أم أنها حالة مرضية يمكن التعامل معها مثل أى حالة مرضية من حيث السبب والعرض والعلاج.

ويعتبر اكتشاف ما يمكن تسميته بالمشتقات الطليقة Free Radicals أهم المنجزات التى تم التوصل إليها فى مجال أبحاث الشيخوخة. فهذه المشتقات الطليقة - والتى هى عبارة عن مركبات كيميائية غير ثابتة وسريعة التفاعل بصورة مذهلة - تؤدى إلى إتلاف واسع المدى متعاقب الآثار على أنسجة الجسم كلها. مما يؤهل هذه المواد لاعتبارها المسئول الأساسى عن ظهور أعراض الشيخوخة فى الجسم البشرى.

وقد يكون العامل الخارجى ممثلاً فى تعرض الجسم للإشعاعات المختلفة مثل أشعة إكس أو جاما أو الأشعة فوق البنفسجية هو العامل المؤثر فى إطلاق مثل هذه المشتقات التى تبدأ هجومها الكاسح بمجرد تكوينها.

كما يعزى أيضاً للملوثات الكيميائية التى أصبحت تنتشر الآن فى البيئة المحيطة بالإنسان انتشاراً واسعاً ذلك التأثير الحاد على تكوين المشتقات الطليقة التى تنفذ إلى شرائط الحامض النووى المعروف باسم الـ D.N.A أو حمض الداي أو كسى ريبونيو كليك الموجود داخل أنوية الخلايا.

والمعروف أن هذه الشرائط - المشبهة للشرائط المغنطة التى نسجل عليها أحاديثنا وأغانينا - تحمل كل المعلومات الحيوية الخاصة بنقل الصفات وإعادة إنتاج الخلايا وتكوين الإنزيمات اللازمة لذلك.

والمعتقد الآن أن إتلاف جزيئات هذه الشرائط بواسطة المشتقات الطليقة هو المسئول عن التغيرات المدمرة لخلايا الجسم البشرى مع التقدم فى العمر.

وأكد ذلك الاعتقاد ما أثبتته الدراسات العملية التى أظهرت وجود أعداد كبيرة من الخلايا المتغيرة فى أجسام كبار السن عن طريق ما يمكن تسميته بالطفرات.

ويعزى للمشتقات الطليقة فى الأحماض الدهنية غير المشبعة القيام بدور ضار للغاية بالنسبة للغشاء الخلوى. إذ تهاجم هذه المشتقات جدران الخلايا .. الأمر الذى يترتب عليه فقدان السيطرة على تدفق العناصر الغذائية إلى داخل الخلية والفضلات والنفايات السامة من داخل الخلية إلى خارجها.

وهكذا يتسارع معدل تهروؤ الخلايا بما يتجاوز قدرة الجسم على عملية الإحلال والتجديد اللازمة للتعويض، فيشيخ

الجسم البشرى وتهرم أجهزته وتتقاعس آلياته عن القيام بأدوارها الحيوية ويبدأ العد التنازلى للنهاية.

ولعل أهم عرض من أعراض الشيخوخة كمرض هو التجاعيد البادية على الوجه، والمرونة المفقودة فى الجلد بشكل عام. ويعود هذا إلى التغيرات التى تحدث فى جزيئات "الكولاجين" و"الإلستين" الموجودة تحت الجلد. فالذى يعطى الشباب رونقه وبهاءه هو فتوة ألياف الكولاجين ودخولها مع الألياف المرنة للإلستين فى تشابك ينعكس على الجلد قوة ونعومة ولمعاناً وطراوة.

ومع مرور الأيام والشهور والسنين والتوغل فى غابات العمر تتكسر ألياف الكولاجين وتصبح على هيئة مفتة كما تقل ألياف الإلستين بدرجة كبيرة جداً.

ونتيجة لهذا وذاك يفقد الجلد شبابه ويبدأ رحلة الترهل. وتشير أصابع الاتهام مرة أخرى إلى المشتقات الطليقة التى

تعجل من سرعة التغيرات السلبية التي تحدث فى شبكة الكولاجين المتقاطعة مع الإلستين .. فتتكون الحلقات المعروفة باسم التجاعيد.

ويعتبر التوتر والإجهاد النفسى والعصبى من أهم العوامل المؤدية إلى ظهور أعراض الشيخوخة مبكراً .. فالتوتر الزائد عن الحد هو أقصر الطرق للشيخوخة حيث يؤدي ذلك إلى الشعور المستمر بالإرهاق والتعب الذى لا يغسله النوم. وعادة ما يصاحب هذا التوتر المزمن والإجهاد المقيم واحد أو أكثر من (الأمراض النفس - جسمية) مثل القولون العصبى أو قرحة المعدة أو الاثنى عشر أو ارتفاع ضغط الدم العصبى.

وعسر الهضم والصداع والشحوب من الأعراض الدائمة والشكاوى السرمدية للمتوتر المزمن الذى لا ينفك يشكو من الدهر وأفاعيله فيضيع على نفسه فرصة أن يعيش حياته كما يجب أن تعاش الحياة.

ومن معاناة الإنسان تبدأ مشاوير البحث العلمي في محاولات متتالية لتخليصه منها. والحاجة أم البحث والأمل في مستقبل أفضل أبوه .. من هنا كان على العلماء أن يشمروا عن سواعد الجد في التصدي للمتهم الطليق أو المشتقات الطليقة.

ولقد وجد أن فيتامين "هـ" منذ زمن طويل يقف ويتركيز عال في الأغشية الخلوية جنبا إلى جنب مع الأحماض الدهنية غير المشبعة متربصاً بالمشتقات الطليقة مانعاً إياها من التكون ومن إتلاف جدار الخلية الذي يبدأ به مشوار التلف الجسدي العام.

ولولا وجود هذا الحارس الأمين المعروف باسم فيتامين "هـ" ووجود معدن مهم يسمى بالسلينيوم يعمل معه في منع تكوين المشتقات الطليقة أو على أقل تقدير يعمل على إضعاف حركتها وتثبيط نشاطها لشاخ الإنسان منذ ولد. ورغم وجود السيلينيوم هذا بكميات ضئيلة إلا أن دوره العظيم في التصدي للشيخوخة يتجاوز حجمه ويضعه تاجاً من الحجر النفيس على رؤوس الشباب.



أما فيتامين "ج" فإنه يلعب دورين معاً في مكافحة الشيخوخة، فهو ضرورى ولازم لإعادة تكوين ألياف الكولاجين فى الجلد كما أنه يمد يد العون القوية فى تقوية الشعيرات الدموية الرقيقة التى تكون شبكة رى هائلة لتغذية أنسجة الجسم كله. ونتيجة التوغل فى العمر تفقد جدران الأوعية الدموية مرونتها وتظهر العروق جامدة الملامح على سطح الجلد، موشية بالهرم موحية بآثار السنين.

وفيتامين "ج" بما له من قدرة مشهودة فى صحة الأوعية الدموية رقيقها وكبيرها وبما له من فعالية مشهورة ضد السموم يستطيع أن يكون سيفنا ضد الشيخوخة حيث وجد أن تركيزه يقل كثيراً فى أنسجة الشيوخ عنه فى أنسجة الشباب. والجسم البشرى لا يستطيع أن ينتجه فلا سبيل أمامه غير أن يستورده من الخارج على هيئة الكثير من العناصر الغذائية الغنية به.

ولا ننسى فى هذه المعركة الشرسة مع الزمن فيتامين "أ"

الذى يجدد طلاء سطح الجسم الخارجى ممثلاً فى الجلد والسطح الداخلى ممثلاً فى الأغشية المخاطية المبطنه لتجاويفه.

أما فيتامين "ب" المركب من مفرداته المختلفة فهو الذى يمثل الدرع الواقى للجهاز العصبى المركزى والطرفى ضد الإجهاد والتوتر اللذين أسلفنا القول فى توضيح دوريهما العدائى للإنسان وشبابه.

ويمكن ضمان تزويد الجسم بمحاجاته الأساسية من الفيتامينات والأملاح المعدنية اللازمة لمناهضة تراكم السنين عليه بالتهام كميات يومية وفيرة من الخضروات والفواكه الطازجة، فهى فضلاً عن احتوائها على هذه الفيتامينات وتلك الأملاح المعدنية فإن ما بها من ألياف يساعد القناة الهضمية على التخلص من فلابضتها بسهولة وما بها من مواد ضارة لصحة الجسم وذلك أولاً بأول.

كما يجب على الإنسان خاصة عندما يتجاوز الأربعين من

العمر أن يقتصد فيما يتناوله من لحوم غنية بالبروتينات الحيوانية نظراً لاستهلاكها مخزون الأنسجة من فيتامين "ب" مما يعرض الجسم بسهولة للإصابة بالإرهاق الذي يعرب عن نفسه فى شكل التعب العضلى وصداع الرأس والأرق.

ومن المثير بمكان أن نعرف أن شيب الشعر الذى يعنى فقدان الشعر لصبغة الميلانين الطبيعية فيه يمكن أن يجد علاجاً ليس فى الصبغة الصناعية ولكن بتناول حمض الفوليك فضلاً عن فيتامين "ب" والأطعمة الغنية بالنحاس والزنك. لأن ابيضاض لون الشعر وهو النذير الشهير للشيخوخة والإعلان الأوضح عنها يعود فى أغلب أسبابه لنقص هذه العناصر أو بالأحرى نقص تمثيلها الغذائى فى الأجسام المعمره.

وفى النهاية يجب التنبيه على أن ممارسة معتدلة ومنتظمة للرياضة والترويح من ناحية وإتقان فن الاسترخاء من ناحية أخرى، مع الإقلاع عن العادات الضارة كالتدخين والكحوليات

والإفراط في القهوة والإسراف في السهر وإدمان القلق  
ومصاحبة لهم .. يمكن أن يكون بمثابة الإقلاع إلى أرض  
الشباب الدائم.

أما الصاروخ الذي يمكن أن يدفع سفينة الكائن الإنساني  
إلى فضاء هذه الأرض المحتفلة بالشباب إلى آخر لحظة في حياة  
الإنسان والمحتفية بصحته وحيويته ومناعته على الأمراض فهو  
بلا شك ذلك الشكل النشط من جوهر الغاز المسئول عن  
جوهر الحياة وبقائها على سطح كوكب الأرض .. إنه  
الأكسجين الفائق النشاط أو الأوزون.

تذكرة بمجالات استخدام  
الأوزون الطبى العلاجية





## \*\* فى مجال أمراض الكبد :

يأتى على قمة الأمراض التى يعالجها بنجاح كبير الأوزون الطبى الإلتهاب الكبدى الذى يسببه فيروس "سى" الذى يعانى منه ما لا يقل عن عشرين بالمئة من الشعب المصرى. وهذه الفرصة للشفاء يتيحها أيضاً العلاج بالأوزون الطبى لمرضى فيروس "ب". وبالإضافة للقضاء على الفيروس فإن الأوزون الطبى يجدد حيوية خلايا الكبد ويساعد فى الحد من آثار الالتهابات المزمنة وما يترتب عليها كالتليف الكبدى.

## \*\* فى مجال أمراض القناة الهضمية :

يفيد الأوزون الطبى فى علاج قرحة المعدة والاثنى عشر وذلك بشرب الماء الممرّر فيه غاز الأوزون .. كما يفيد فى علاج التهابات القولون المزمن والإمساك بإعطائه للمريض عن

طريق الشرج .. كما يعالج الالتهابات الفطرية وأيضاً الطفيلية  
كديدان الاسكارس.

### \* فى مجال أمراض الدم :

يساعد فى علاج اللوكيميا أو سرطان الدم كما يساعد  
فى علاج الانيميا أو فقر الدم فضلاً عن مساعدته فى القضاء  
على طفيليات الملاريا.

كما يساعد فى تنشيط ورفع كفاءة كرات الدم البيضاء  
المسئولة عن المناعة.

### \*\* فى مجال العظام والمفاصل والعضلات :

يفيد الأوزون الطبى فى علاج الالتهابات المفصليّة



والعضلية وتيبس العضلات كما يساعد فى علاج حالات الإنزلاق الغضروفى.

### **\*\* فى مجال المخ والأعصاب :**

يفيد فى علاج الآثار المترتبة على جلطات المخ كالشلل النصفى .. كما يفيد فى علاج الزهايمر وعلاج التهابات الأعصاب الطرفية.

### **\*\* فى مجال الأمراض الجلدية :**

يفيد الأوزون الطبى فى علاج حب الشباب والاكزيما والصدفية والتهابات الجلد فيروسية كانت أو بكتيرية أو فطرية.

## \*\* فى مجال الأمراض التناسلية :

يفيد الأوزون الطبى فى علاج تضخم البروستاتا والتهابها المزمن .. كما يفيد فى علاج الضعف الجنسى لدى الرجال.

## \*\* فى مجال أمراض القلب :

يساعد الأوزون الطبى فى علاج حالات قصور الدورة الدموية التاجية والذبحة الصدرية والآثار المترتبة على جلطات القلب. كما يفيد فى تقوية عضلة القلب.

## \*\* فى مجال الأوعية الدموية :

يفيد الأوزون فى علاج ضغط الدم المرتفع حيث إنه موسع للشرايين والوعاء الدموى العام.

كما يفيد فى علاج تصلب الشرايين بما له من فعالية فى خفض نسبة الدهون والكولسترول الشرير فى الدم.. وهو الكولسترول منخفض الكثافة الذى يترسب على جدران الشرايين.

### **\*\* فى مجال خلل المناعة الذاتية :**

يفيد الأوزون الطبى فى علاج الأمراض الناتجة عن ذلك الخلل مثل أمراض الروماتيزم والروماتويد والذئبة الحمراء.

### **\*\* فى مجال الأنف والأذن :**

يفيد الأوزون فى علاج التهابات الجيوب الأنفية المزمنة والحادة وأيضاً فى علاج التهابات الأذن الوسطى المزمنة والحادة.

كما يفيد فى علاج حالات الدوار.

## **\*\* فى مجال الجراحة :**

يفيد الأوزون فى علاج الحروق والقروح والناصور الشرجى.

## **\*\* فى مجال مرض السكر :**

يعالج الأوزون الطبى القدم السكرى بما له من قدرة فعالة على القضاء على الميكروبات وتوسيع الأوعية الدموية كما يزيد من كفاءة البنكرياس على إفراز الأنسولين ورفع المناعة بشكل عام والمرضى السكر بشكل خاص.

## **\*\* فى مجال الحساسية :**

يفيد الأوزون الطبى فى علاج الربو الشعبى وحساسية الأنف المزمنة وما كان على شاكلتها من أمراض الحساسية.

## **\*\* فى مجال علاج الألم :**

أثبت الحقن بالأوزون فى حالات الآلام العضلية والمفصالية وآلام العمود الفقرى فاعلية كبيرة فى علاج الألم.

## **\*\* فى مجال أمراض النساء :**

يفيد فى علاج التهابات الجهاز التناسلى الأنثوى.

## **\*\* وفى مجالات أخرى مختلفة :**

\* أثبت الأوزون جدواه فى علاج أمراض اللثة والأسنان.

\* كما أثبت فعالية كبيرة فى علاج السمنة وإنقاص الدهون

فى الجسم بشكل صحى ودون حدوث ترهلات .. كما

أثبت نفس الفعالية فى علاج الترهلات والتجاعيد.

\* يفيد الأوزون فى علاج بعض أنواع الأورام مثل أورام المبيض.

\* كما يفيد فى منع الآثار الجانبية للعلاج الكيماوى لدى إعطائه معه وفى علاج تلك الآثار عند إعطائه بعده.

\* وبشكل عام فالأوزون الطبى بما يوفره من طاقة متاحة على أعلى مستوى لخلايا الجسم فإنه يزيد من الحيوية على المستويات الذهنية والبدنية والجنسية.

\* وقد ثبت بالنسبة للرياضيين أن الأوزون يرفع من الكفاءة العضلية والأداء الرياضى بنسبة كبيرة ولأنه ليس عقاراً كيميائياً يفرز فى البول منتجاته الجانبية فهو غير محرم دولياً فى هذا الصدد.

## فهرس



- ★ مقدمة ----- ١٢-٧
- ★ من الطب البديل إلى طب التكميل
- ومنها إلى الطب المتكامل ----- ٢٧-١٢
- ★ الأوزون .. ذلك الأكسیر الغازی ----- ٤٨-٢٩
- ★ الأوزون والأشعة فوق البنفسجة ----- ٥٩-٤٩
- ★ حكاية ثقب الأوزون باختصار ----- ٧٠-٦١
- ★ طب التكمیل بدلاً عن الطب البديل ----- ٨٥-٧١
- ★ بعض أنواع طب التكمیل الشائعة ----- ١٠٩-٨٧
- ★ نبذة عن الطب الصيني ----- ١٢١-١١١
- ★ نبذة عن الطب الهندی ----- ١٢٥-١٢٣

★ نبذة عن الطب العربي (الحجامة) ١٢٧-١٣٢

★ الأوزون وحلم الشباب الدائم ١٣٣-١٤٦

★ تذكرة بمجالات استخدام الأوزون الطبى العلاجية ١٤٧-١٥٦





## نبذة عن أ.د. أحمد تيمور



- \* تخرج فى كلية طب قصر العينى عام ١٩٧٢ بمرتبة الشرف.
- \* التحق بعد ذلك بكلية طب الأزهر وتدرج فى وظائف أعضاء هيئة التدريس حتى وصل إلى درجة الأستاذية وهو الآن عضو اللجنة الدائمة لترقية الأساتذة.
- \* رئيس أول وحدة لطب الأوزون فى الجامعات المصرية.
- \* رئيس الجمعية المصرية لطب الأوزون والطب المتكامل وطب البيئة.
- \* زميل أبحاث الكبد بجامعة تفتس الأمريكية.
- \* أستاذ زائر بجامعة كنتيكت الأمريكية.
- \* عضو الاتحاد العالمى للأوزون.
- \* عضو الجمعية الأوروبية الألمانية للعلاج بالأوزون.

\* مثل مصر فى العديد من المؤتمرات الطبية الدولية وكان آخرها المؤتمر الدولى للعلاج بالأوزون الذى عقد بمدينة ميونيخ الألمانية فى مايو ٢٠٠٣.

\* أشرف على العديد من رسائل الماجستير والدكتوراه.

\* له أكثر من أربعين بحثاً طبياً باللغة الإنجليزية منشورة فى الدوريات العلمية المصرية والعالمية. وله كتاب طبى باللغة العربية باسم دليل طبى جديد للصحة والشباب صادر عن دار الشعب فى ١٩٩٨.

\* عضو لجنة المصطلحات الطبية بمجمع اللغة العربية.

العنوان البريدى: عيادة د. أحمد تيمور

٣٠٧ مكرر شارع الأهرام - الجيزة.

تليفون : ٥٨٢٨٥٥٩

تليفون وفاكس: ٧٧٩٨٦٥٢

محمول : ٠١٠/٦٦١٦٦٧٨





أ.د. أحمد تيمور

- أستاذ بكلية طب الأزهر
- وعضو اللجنة الدائمة لترقية الأساتذة
- رئيس أول وحدة لطب الأوزون بالجامعات المصرية
- زميل أبحاث الكبد بجامعة تفتس الأمريكية
- أستاذ زائر بجامعة كنتيكت الأمريكية
- عضو الاتحاد العالمي للأوزون
- عضو الجمعية الأوروبية الألمانية للعلاج بالأوزون
- رئيس الجمعية المصرية للعلاج بالأوزون والطب المتكامل وطب الب...

Exclusive  
For

[www.ibtesama.com](http://www.ibtesama.com)

حصريات مجلة الابتسامة