

المركز الوطني للطب البديل والتكميلي

National Center for Complementary and Alternative Medicine



## المستجدات العلمية في الطب البديل والتكميلي

نشرة علمية دورية - قراءات علمية موثوقة؛  
لتعزيز الممارسة الآمنة المبنية على الأدلة

العدد الثاني - مايو 2026م

## الدراسة الأولى

دراسة طولية حول التأثيرات طويلة المدى للعلاج بالحجامة في تدبير آلام أسفل الظهر لدى لاعبي كرة السلة المحترفين

وجدت الدراسة أن آلام أسفل الظهر تعد من المشكلات الشائعة لدى الرياضيين نتيجة الإجهاد البدني المتكرر، وقد استخدم الباحثون تصميمًا طويلًا تجريبيًا لمدة عامين شمل (60) مشاركًا، مع مقارنة بين مجموعة تلقت الحجامة، وأخرى تلقت العلاج الطبيعي التقليدي فقط. أظهرت النتائج انخفاضًا ذا دلالة في شدة الألم، وتحسنًا في الحركة الوظيفية لدى مجموعة الحجامة، مقارنةً بالمجموعة الضابطة عبر فترات المتابعة. كما بينت التحليلات الإحصائية تحسنًا تدريجيًا ومستدامًا في الأداء الحركي، مما يشير إلى إمكانية وجود أثر تراكمي للتدخل العلاجي.

تدعم هذه النتائج استخدام الحجامة كخيار تكميلي غير دوائي ضمن برامج إعادة التأهيل الرياضي، مع التأكيد على ضرورة الالتزام بالإجراءات الآمنة والمعايير المهنية. ومع ذلك، تشير الأدلة السابقة إلى تباين في النتائج بين الدراسات، مما يستدعي إجراء تجارب أوسع وأكثر ضبطًا لتأكيد الفعالية وتعميمها.

International Journal on Science and Technology	المصدر/ المجلة
مارس 2026م	تاريخ النشر
<a href="https://www.ijst.org/papers/fdp.2026/1/10176">https://www.ijst.org/papers/fdp.2026/1/10176</a>	رابط الدراسة



وجدت الدراسة أن آلام أسفل الظهر المزمنة تمثل عبئاً صحياً و اقتصادياً متزايداً لدى كبار السن، حيث أظهرت أن استخدام الإبر الصينية أدى إلى تحسن في الأعراض الوظيفية المرتبطة بالألم مقارنةً بالرعاية المعتادة. كما بينت النتائج أن التدخل بالإبر الصينية ارتبط بانخفاض في استخدام الخدمات الصحية الأخرى المرتبطة بالألم، وأشارت التحليلات إلى تحقيق وفورات مالية سنوية ملحوظة لكل مريض نتيجة تقليل الاعتماد على العلاجات التقليدية.

أكدت الدراسة أن الإبر الصينية تُعد خياراً علاجياً تكميلياً منخفض التكلفة نسبياً ضمن إدارة الألم المزمن. ومع ذلك، شددت النتائج على أهمية تقييم الفعالية السريرية إلى جانب التحليل الاقتصادي لضمان اتخاذ قرارات علاجية متوازنة.

Spine	المصدر/ المجلة
مارس 2026م	تاريخ النشر
<a href="https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41493335">https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41493335</a>	رابط الدراسة



وجدت الدراسة أنّ التئام الجروح عملية بيولوجية معقدة قد تتأثر بعوامل متعددة مثل الالتهاب والعدوى والأمراض المزمنة، حيث أوضحت أنّ الأعشاب الطبية تمتلك خصائص مضادة للالتهاب والأكسدة والبكتيريا، مما يسهم في دعم مراحل التئام الجروح المختلفة. وأشارت النتائج إلى أنّ محدودية ذوبان المركبات النباتية وثباتها الحيوي تمثل تحدياً أمام استخدامها السريري المباشر. كما بينت الدراسة أنّ تقنيات النانو تتيح تحسين توصيل المواد الفعّالة وزيادة ثباتها وإطالة مدة بقائها في موقع الجرح. وقد أظهرت النظم النانوية (مثل الجسيمات النانوية والهيدروجيل) قدرةً على تعزيز اختراق الجلد وتحسين الفعالية العلاجية.

تشير الأدلة إلى أنّ دمج الأعشاب مع النانو قد يسهم في تسريع التئام الجروح وتقليل الآثار الجانبية مقارنةً بالعلاجات التقليدية.

المصدر/ المجلة	Translational Health Sciences
تاريخ النشر	فبراير 2026م
رابط الدراسة	<a href="https://journals.ekb.eg/article_8_487702f85305d8134e8091d1b1a86c27d3fefp.8">https://journals.ekb.eg/article_8_487702f85305d8134e8091d1b1a86c27d3fefp.8</a>



## الدراسة الرابعة

الكائنات الدقيقة المرتبطة بالعسل ونشاطها المضاد للميكروبات - الخصائص الحيوية البروبيوتكية وما بعدها

وجدت الدراسة أنَّ العسل بيئة معقدة تحتوي على كائنات دقيقة ومركبات نشطة بيولوجيًا ذات خصائص صحية محتملة، حيث أوضحت أنَّ هذه الكائنات الدقيقة قد تسهم في إحداث تأثيرات بروبيوتكية وسينبيوتكية تدعم التوازن الميكروبي في الجسم. وأشارت النتائج إلى أنَّ العسل يمتلك نشاطًا مضادًا للبكتيريا نتيجة تفاعل عدة عوامل، منها المركبات الكيميائية الطبيعية والخصائص الفيزيائية. كما بينت الدراسة أنَّ هذا النشاط قد يسهم في تثبيط نمو بعض الكائنات الممرضة وتقليل خطر العدوى.

أظهرت **التحليلات** أنَّ التأثيرات الحيوية للعسل تختلف باختلاف مصدره وتركيبه وطرق معالجته. وأكدت الدراسة على الحاجة إلى مزيد من الأبحاث السريرية لتحديد الفعالية التطبيقية لهذه الخصائص في الاستخدامات الصحية.

International Journal of Food Microbiology	المصدر/ المجلة
يناير 2026 م	تاريخ النشر
<a href="https://doi.org/2026.111686.orcindoofji./10.1016">https://doi.org/2026.111686.orcindoofji./10.1016</a>	رابط الدراسة



وجدت الدراسة أن تقويم العمود الفقري يُستخدم على نطاق واسع في تدير الألم العضلي الهيكلي لدى كبار السن. حيث أوضحت أن معظم الحالات المدروسة شملت آلام أسفل الظهر والرقبة، وهي من أكثر المشكلات الصحية شيوعاً في هذه الفئة العمرية. وقد شملت المراجعة (25) دراسة متنوعة التصميم، تضمنت تجارب عشوائية ودراسات رصدية وتقارير حالات لتقييم السلامة السريرية. وأظهرت النتائج تسجيل (412) حدثاً ضاراً، كان معظمها خفيفاً إلى متوسط الشدة مثل الألم العضلي والتيبس والدوخة.

لم تُسجَل أي أحداث ضارة كارثية في الدراسات السريرية، بينما كانت الأحداث الشديدة نادرة ومحدودة في تقارير الحالات.

أشارت الدراسة إلى وجود تباين في تعريف الأحداث الضارة وطرق جمع البيانات، مما قد يؤثر على دقة تقدير المخاطر.

Chiropractic & Manual Therapies	المصدر/ المجلة
مارس 2026م	تاريخ النشر
<a href="https://doi.org/3-00633-026-12998s/10.1186">https://doi.org/3-00633-026-12998s/10.1186</a>	رابط الدراسة



وجدت الدراسة أنّ آلام أسفل الظهر المزمنة تُعد من أكثر أسباب الإعاقة شيوعًا على مستوى العالم. حيث أوضحت أنّ العلاج بالتلاعب الفقري يُستخدم كخيار غير دوائي ضمن استراتيجيات التدبير المتكامل للألم العضلي الهيكلي. وقد شملت المراجعة عددًا كبيرًا من التجارب العشوائية المحكمة لتقييم فعالية هذا التدخل مقارنةً بالعلاجات الأخرى أو الرعاية المعتادة.

أظهرت النتائج أنّ التلاعب الفقري قد يوفر تحسنًا محدودًا إلى متوسط في شدة الألم والوظيفة الحركية لدى المرضى. كما تبين أنّ تأثيره غالبًا ما يكون مشابهًا لتأثير العلاجات غير الدوائية الأخرى مثل التمارين والعلاج الطبيعي. وأشارت النتائج إلى أنّ جودة الأدلة مختلفة بين الدراسات مع وجود تباين في طرق التطبيق وخصائص المشاركين.

Cochrane Database of Systematic Reviews	المصدر/ المجلة
مارس 2026م	تاريخ النشر
<a href="https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41494147">https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41494147</a>	رابط الدراسة



المركز الوطني للطب البديل والتكميلي

National Center for Complementary and Alternative Medicine

