



المستجدات العلمية في الطب البديل والتكميلي

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

الدراسة الأولى

تأثيرات الحجامة على الألم العضلي الهيكلي المزمن ومشكلاته المصاحبة: مراجعة منهجية وتحليل تلوي
(تجميعي للدراسات)

وجدت الدراسة أنَّ الحجامة تُخَفِّف شدة الألم العضلي الهيكلي المزمن بصورة فورية، حيث اعتمدت على مراجعة منهجية، وتحليل تلوي لتجارب عشوائية محكمة بحثت في قواعد بيانات متعددة حتى أبريل ٢٠٢٤ م، وشملت مرضى يعانون من آلام عضلية هيكلية مزمنة.

كشفت النتائج عن انخفاض ذي دلالة إحصائية في شدة الألم لصالح الحجامة، مقارنةً بالمجموعات الضابطة؛ غير أنَّ الإعاقة الوظيفية، والصحة النفسية لم تتحسنًا بصورة ملحوظة، مما يستدعي مزيدًا من البحث.

المصدر/ المجلة	BMJ Open
تاريخ النشر	مايو ٢٠٢٥ م
المعرف الرقعي	DOI: ٠.٨٧٣٤٠-٢٠٢٤-nepojmb/١٠,١١٣٦
رابط الدراسة	https://doi.org/٠.٨٧٣٤٠-٢٠٢٤-nepojmb/١٠,١١٣٦



الدراسة الثانية

الوخز بالإبر للقلق، والاكتئاب، والنوم لدى المحاربين القدامى المصابين باضطراب ما بعد الصدمة: تجربة سريرية عشوائية

وجدت الدراسة أنَّ الوخز الحقيقي أكثر فاعليةً من الوهمي في تخفيف أعراض القلق والنوم، حيث اعتمدت على تجربة سريرية عشوائية أحادية التعمية بمجموعتين، أُجريت في مركز طبي للمحاربين القدامى، وشملت مرضى مصابين باضطراب ما بعد الصدمة.

كشفت **النتائج** عن تحسُّن ذي دلالة إحصائية في مقاييس القلق، والاكتئاب، والنوم لصالح الوخز الحقيقي؛ وتدعم الدراسة الوخز بالإبر خيارًا تكميليًا لإدارة الأعراض النفسية المصاحبة لاضطراب ما بعد الصدمة.

Journal of Clinical Medicine	المصدر/ المجلة
مايو ٢٠٢٥ م	تاريخ النشر
DOI: ١٤١٠.٣٤٤٣mcj/١٠,٣٣٩٠	المعرّف الرقمي
https://doi.org/١٤١٠.٣٤٤٣mcj/١٠,٣٣٩٠	رابط الدراسة



وجدت الدراسة أنَّ العلاج التقويمي قد يُحسِّن الألم، والتوازن، وجودة الحياة لدى المسنين، حيث استندت إلى مراجعة نطاقية وفق إرشادات PRISMA-ScR، شملت دراسات منشورة في الفترة بين ديسمبر ٢٠١٢ م، وسبتمبر ٢٠٢٤ م، واستهدفت المرضى فوق سن (٦٥) عامًا.

كشفت **النتائج** عن فوائد محتملة للعلاج التقويمي في تقليل الألم، وتحسين التوازن لدى المسنين؛ وتؤكد المراجعة الحاجة إلى تجارب عشوائية محكمة لتوطيد الأدلة لدى هذه الفئة العمرية.

Journal of Osteopathic Medicine	المصدر/ المجلة
أكتوبر ٢٠٢٥ م	تاريخ النشر
DOI: .٢٤٩-٢٠٢٤-moj/١٠,١٥١٥	المعرف الرقعي
https://doi.org/.٢٤٩-٢٠٢٤-moj/١٠,١٥١٥	رابط الدراسة

وجدت الدراسة أنَّ هذه المنتجات تمتلك نشاطاً واسعاً مضاداً للميكروبات يشمل: البكتيريا، والفطريات، والفيروسات. حيث اعتمدت على مراجعة منهجية شاملة للدراسات المخبرية، والسريية المتاحة حول التركيب الكيميائي، والخصائص المضادة للميكروبات لمنتجات النحل الثلاثة.

كشفت **النتائج** عن آليات متعددة للتأثير المضاد للميكروبات، مع أدلة واعدة على مكافحة مقاومة المضادات الحيوية؛ وتؤكد الدراسة أنَّ التوحيد القياسي وإجراء تجارب سريرية معمّقة ضروريان قبل التطبيق الواسع.

المصدر/ المجلة	Pathogens (MDPI)
تاريخ النشر	أغسطس ٢٠٢٥ م
المعرف الرقمي	DOI: ٢٠٢٦,١١٦٨٦.orcinfoofj:/١٠,١٠١٦
رابط الدراسة	DOI: ١٤٠.٨٠٧٨٠.snegohtap/١٠,٣٣٩٠

وجدت الدراسة أنَّ اليوغا تُقلِّل الإجهاد النفسي على المدى القصير لدى البالغين من عامة السكان. حيث اعتمدت على تحليل تلوي شمل (١٣) تجربة سريرية عشوائية بإجمالي (١٠٢٦) مشاركًا من البالغين المعرضين للإجهاد، بُحثت في قواعد بيانات متعددة حتى مايو ٢٠٢٤م.

كشفت **النتائج** عن انخفاض ذي دلالة في مقياس الإجهاد المُدرك لصالح اليوغا، مقارنةً بالمجموعات الضابطة السلبية؛ وتؤكد الدراسة فاعلية اليوغا في إدارة الإجهاد، مع ملاحظة انخفاض جودة الأدلة المتاحة.

المصدر/ المجلة	Frontiers in Psychiatry
تاريخ النشر	نوفمبر ٢٠٢٤م
المعرّف الرقمي	DOI: ٢٠٢٤,١٤٣٧٩٠٢.tyspf/١٠,٣٣٨٩
رابط الدراسة	https://doi.org/٢٠٢٤,١٤٣٧٩٠٢.tyspf/١٠,٣٣٨٩



الدراسة السادسة

فاعلية العلاج بالتدليك في تخفيف ألم السرطان، وجودة الحياة، ومستويات القلق لدى المرضى: مراجعة منهجية وتحليل تلوي (تجميعي للدراسات)

وجدت الدراسة أنَّ التدليك يُحسِّن الألم، وجودة الحياة، والقلق لدى مرضى السرطان. حيث اعتمدت على تحليل تلوي شمل (٣٦) تجربة سريرية عشوائية بإجمالي (٣٦٧١) مشاركاً من مرضى السرطان، بُحثت في سبع قواعد بيانات دولية حتى يناير ٢٠٢٤م.

كشفت **النتائج** عن انخفاض ذي دلالة إحصائية في شدة الألم، والقلق، وتحسُّن جودة الحياة لصالح مجموعات التدليك؛ وتدعم الدراسة التدليك خياراً تكميلياً فعالاً، في رعاية مرضى السرطان مع التنبيه إلى انخفاض درجة يقين الأدلة.

Journal of Clinical Nursing	المصدر/ المجلة
يناير ٢٠٢٥م	تاريخ النشر
DOI: ١٧٥٤٧.ncj/١٠,١١١١	المعرّف الرقمي
https://doi.org/17547.ncj/10,1111	رابط الدراسة



المركز الوطني للطب البديل والتكميلي

National Center for Complementary and Alternative Medicine

