

الفصل الأول

مفهوم العلاج الطبيعى والطب البديل

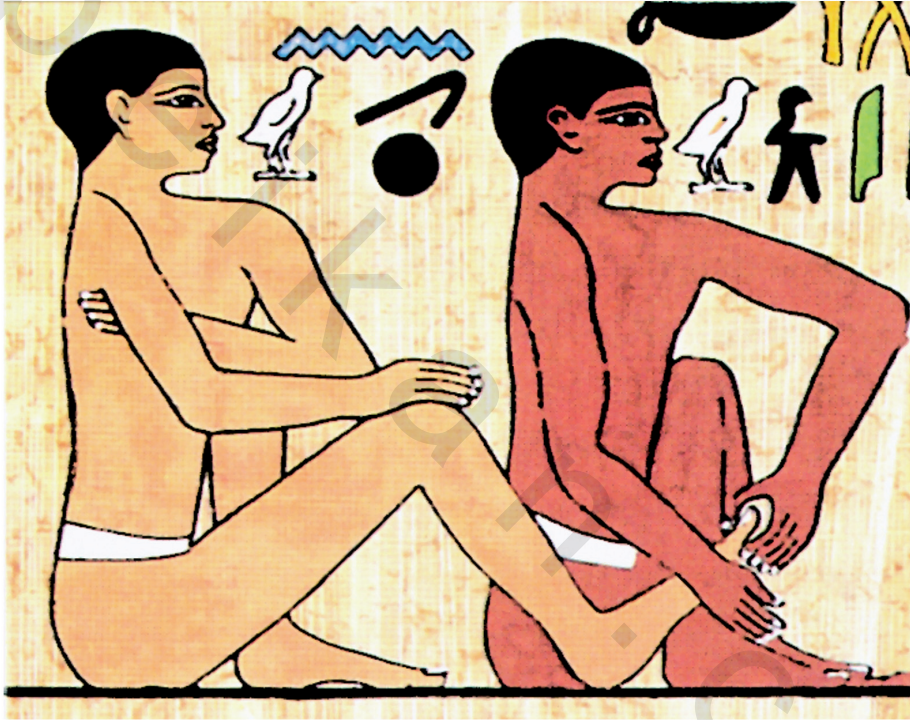
العلاج الطبيعى ، الطب البديل ، الطب التكميلى : مصطلحات عديدة لتخصصات طبية بدأت فى الانتشار فى جميع المحافل الطبية العالميه فى السنوات العشر الأخيرة ، ووضح أنها تختلف تماما عن فروع الطب الحديث التى اعتدنا عليها فى مؤسساتنا ومراكزنا الطبية ، وأيضاً التى اعتدنا عليها كمرضى نبحث عن العلاج المناسب لمشاكلنا الصحية .

ما مفهوم هذه المصطلحات ؟ ماذا تعنى ؟ ماذا نعرف عنها وعن الوسائل والطرق العلاجية المستخدمة من خلالها ؟ هل هى آمنة ؟ هل يمكن أن تساعد فى علاج الأمراض بأنواعها كافة ؟ تساؤلات عديدة سوف نستعرض إجابات لها من خلال صفحات هذا الكتاب ، ونضع الخطوط العريضة للمفاهيم التى تتصل بهذه التخصصات الطبية ، والتى يمكن أن ندرجها جميعاً تحت مسمى واحد للتبسيط ، وهو مسمى العلاج الطبيعى والطب البديل ، وهو مسمى هذا الاتجاه الحديث ، الذى أصبح حالياً يسير التقدم العلمى فيه موازياً للطب الحديث ومكملاً له ، بل وفى حالات كثيرة بديلاً له .

بداية يجب أن نوضح حقيقه أساسية لإظهار الفارق الأساسى بين العلاج الطبيعى (الطب البديل) والطب الحديث ؛ لأنهما مختلفان تماماً فى منهج تعاملهما مع مشاكل الإنسان الصحية ، الجسمية منها والنفسية ، وأيضاً من ناحية تعريف وعلاج المرض . إن الطب الحديث مثلاً يتعامل مع مشاكل جسم الإنسان باستخدام أسلوب التشخيص

المبدئي ، فالاطباء يلجئون إلى مراقبة الأعراض المرضية أولاً وتسجيلها، ثم يجرون الاختبارات العملية المختلفة واللازمة لتحديد حجم المشكلة التي يعانيها المريض ، ثم يقررون فى النهاية وضع خطة العلاج المناسبة لمواجهة هذه المشكلة، أما فى برامج العلاج الطبيعى و الطب البديل ، فإن المتخصص المعالج يتعامل مع المريض ككل ، فامرض يعنى بالنسبة لأخصائى العلاج الطبيعى خلل فى حالة التوازن الجسمانى والنفسى للمريض ، ولذلك فإن علاجاته تعتمد بالأساس على الوسائل الطبيعية المتاحة فى الطبيعة ، والتي تؤدى بدورها إلى تنشيط قدرة الجسم الطبيعية الموجودة بداخله على مواجهة المرض أو المشكلة المسببة له ، وتنشيط أجهزة الدفاع الجسمانى أيضاً ، أو ما يعرف فى طبنا الحديث بالمناعة الجسمانية ، وتهدف أيضاً إلى محاوله إعادة التوازن الصحى العام للحالة النفسية والجسمانية للإنسان .

اعتمدت برامج العلاج الطبيعى والطب البديل المختلفة - على مر العصور جميعها منذ نشأتها ولمئات السنين ، بداية بالطب الفرعونى والصينى وحتى يومنا هذا - على حقيقة أن جسم الإنسان يمتلك ميولا طبيعية للتوازن أو المحافظة على حالة استقراره ، والتي تعكس عاملا أساسيا ومقياسا للكمال الصحى . وعند اختلال هذا التوازن يلجأ المريض للمساعدة الخارجية عن طريق استخدام وسائل العلاج الطبيعية لمساعدة جسمه على العودة به إلى حالة الاستقرار والتوازن الصحى المنشود ، ودائما ما يكون ذلك عن طريق تطبيق مبدأ أساسى ألا وهو مبدأ الشراكة بين المعالج والمريض (والتي كانت فى الماضى تعتبر أحد أساسيات الطب الحديث ، والتي اختفت إلى حد كبير فى عصرنا الحديث) ، وتعتمد هذه البرامج العلاجية بالإضافة إلى استخدام وسائل العلاج الطبيعى المحسوسة ، على الجوانب الحياتية والنفسية المختلفة الخاصة بالمريض ، والتعامل معها ككيان ووحدة واحدة للوصول إلى حالة الشفاء الذاتى (ينشأ باقتناع ذاتى داخل الانسان) قبل الشفاء الظاهرى (زوال الأعراض) ، وهناك فارق كبير بين الشفاءين ، فالأول دائم ومستقر ؛ لأنه نشأ من داخل رغبة الإنسان الصادقة فى مقاومه المرض والشفاء منه ، أما الثانى فهو نتيجة لاستجابة جسمانية مؤقتة لوسائل اصطناعية كيميائية و جراحية تعالج جانبا واحدا فقط من جوانب المشكله المرضية ، فللمرض عدة جوانب تؤثر على الإنسان منها العضوى والنفسى والاجتماعى .

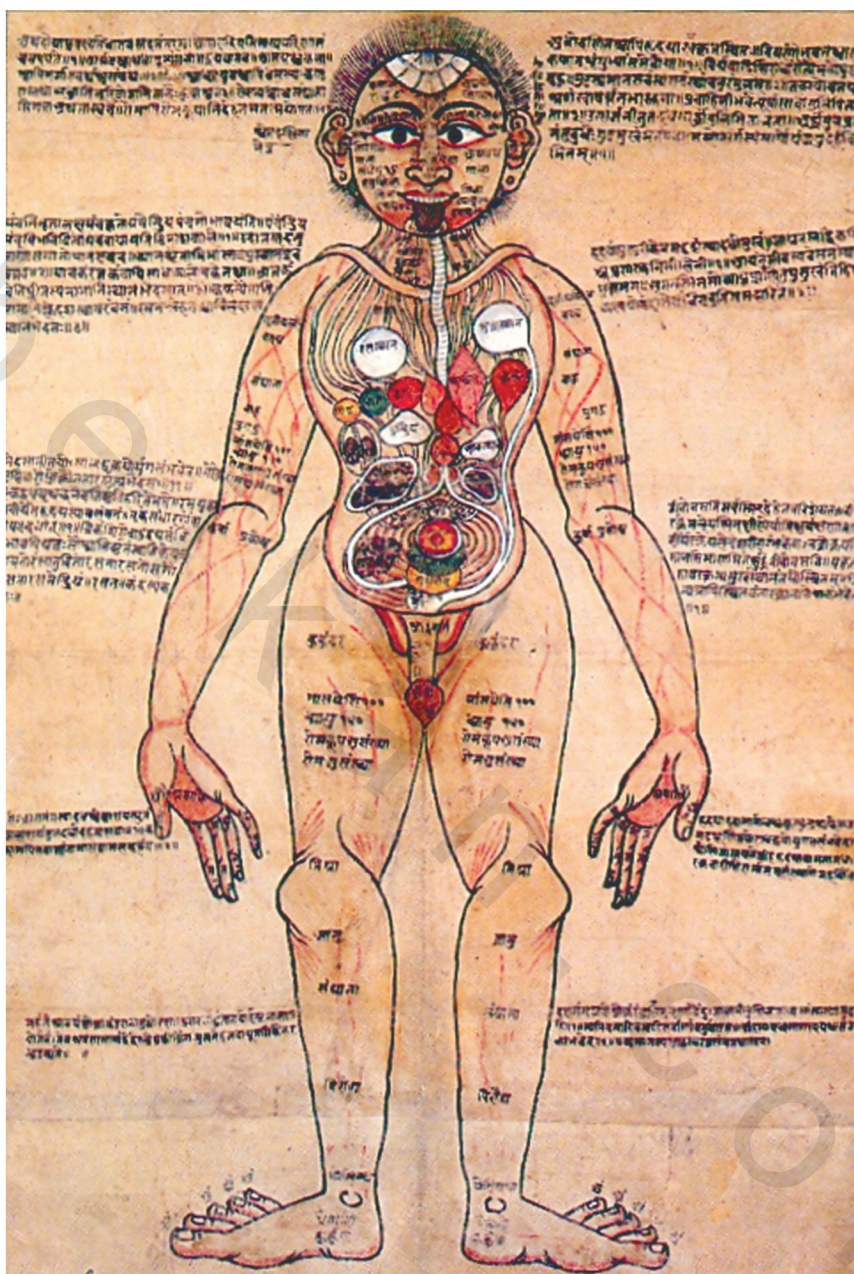


يعتبر المصريون القدماء أول من استخدم وسائل العلاج الطبيعي لعلاج الأمراض
كما هو مدون على جدران المعابد

إن مفهوم العلاج الطبيعي والطب البديل لا يكمن فقط في استخدام الوسائل الطبيعية لعلاج الأمراض والمشاكل الجسدية للإنسان، ولكنه يكمن أيضاً في التعامل مع الإنسان في حالة مرضه ككيان كلى، كوحدة متكاملة وكاملة، وليس كجزء أو عضو أو كعرض، وبمنهج علاجي طبيعي يتواءم مع أبعاد مشاكله المختلفة المرتبطة بالحالة المرضية ومحاولة ربط الخلل الناتج عن المشكلة الجسدية والتعامل معه ومع نتائجه ومحاولة خلق خطة علاجية تناسب مع طبيعه هذا الإنسان وتخفيف طاقاته الداخلية للشفاء وإعادة التوازن الطبيعي النفسي والجسماني له.

لقد أصبح هذا المفهوم من أحد أهم أسباب النجاح الهائل الذي صاحب انتشار العلاج الطبيعي والطب البديل في جميع أنحاء العالم مؤخراً.

لقد بدأ الاهتمام بالعلاج الطبيعي والطب البديل كفرع طبي تخصصي في السنوات العشرين الأخيرة، ونشأ هذا الاهتمام بمناطق متفرقة من عالمنا، وتقريباً في الوقت نفسه، ثم ازدادت شهرة هذا الأسلوب العلاجي، بخاصة في الغرب منذ بداية السبعينيات والثمانينيات في القرن الماضي، وقد أجريت إحصائيات هامة بهذا الشأن في هذه الفترة لدراسة مدى فاعلية وأمان هذا الأسلوب العلاجي على المرضى، واتضح من خلال بعض هذه الإحصائيات على سبيل المثال أن أكثر من نصف الأستراليين يلجئون عادة إلى وسيلة أو برنامج علاجي طبيعي مرة واحدة على الأقل عند مرضهم، كما يستخدمون هذه الوسائل أيضاً بجانب الأدوية الموصوفة من أطبائهم في علاج أمراضهم، كما أن نسبة ٢٥٪ منهم ترددوا في السنوات العشر الأخيرة إلى أخصائيين في العلاج الطبيعي والطب البديل لعلاج أمراضهم دون اللجوء إلى الأطباء العاديين، أما بالنسبة لانتشار العلاج الطبيعي والطب البديل في أوروبا فإن هذه الدراسات أوضحت أيضاً أن ما بين ٣٠ : ٥٠٪ من الأوروبيين البالغين قد لجئوا لاستخدام هذه البرامج في علاج أمراضهم، مع وجوب توضيح أن هذه النسب تختلف من دولة إلى أخرى حسب اختلاف اللوائح والقوانين المنظمة لاستخدام هذه العلاجات، والتي تختلف من بلد إلى آخر من بلدان الاتحاد الأوروبي، وفي دراسة تحليلية أجريت عام ١٩٩٥ في إنجلترا من خلال جمعية متابعة المرضى، أوضحت أن



كان الأطباء الهنود من أوائل من درس أساليب علاج الألم عن طريق وخز الأعضاء المختلفة للجسم بأدوات حادة

لجوء المرضى هناك لعلاج مشاكلهم الصحية بواسطة الوسائل العلاجية الطبيعية قد تعدت نسبة الـ ٥٠٪ من مجموع المرضى المسجلين فى برامج الرعاية الصحية هناك، وبالنسبة للولايات المتحدة، فقد أجرت هيئة مراقبة الأدوية والعلاجات التابعة للحكومة المركزية الأمريكية بحثاً مستفيضاً فى عام ١٩٩٣م أوضح أن واحداً من ثلاثة أمريكيين يستخدم واحداً وأكثر من برامج العلاج الطبيعى والطب البديل لعلاج أمراضه دون اللجوء إلى البرامج العلاجية الطبية الحديثة، وقد ارتفع هذا الرقم مؤخراً فى الإحصاءات الحديثة عام ٢٠٠٠م إلى واحد من كل اثنين، وأوضحت أيضاً هذه الدراسات أن الزيارات التى يقوم بها المرضى هناك للمتخصصين فى برامج العلاج البديله عام ٢٠٠٠م قد تعدت، فى الإحصاءات الرسمية، عدد الزيارات التى يقوم بها المرضى الآخرون للأطباء التقليديين وبنسبة كبيرة.

لقد انتشرت فى الولايات المتحدة مؤخراً الكثير من المراكز العلاجية التى تقدم مثل هذا النوع من الخدمات، مثل مراكز العلاج بالإبر الصينية والأعشاب، ومراكز العلاج الطبيعى لعلاج العمود الفقرى، وغيرها من المراكز التى تعتمد أساساً فى برامجها العلاجية على الوسائل الطبيعية البديلة، والتى تخضع للمراقبة والتنظيم بواسطة الجهات الصحية الحكومية، وتخضع أيضاً للجان طبية متخصصة تراقب مستوى تقديم الخدمات العلاجية بها، كما هو الحال فى برامج الطب الحديث. والغريب أن انتشار هذه البرامج العلاجية الطبيعية هناك قد امتد إلى مناطق وقلاع طبية مشهورة بتبنى خطوط الطب الحديث فقط مثل جامعات هارفارد وكاليفورنيا، والتى ما زالتا تعتمدان أساساً فى العملية العلاجية على أسس الطب الحديث من علوم دوائية وجراحية، بل إن هذه الجهات كانت، فى الماضى، من أشد المعارضين فى قوانينها ولوائحها الطبية لتطبيق وسائل العلاج الطبيعى والطب البديل داخل مراكزها العلاجية.

وقد ترتب على ازدياد شعبية هذا النوع من العلاج ونجاحه فى حل الكثير من المشاكل الصحية المستعصية إلى مطالبة الكثير من المرضى هناك بإدراجه فى برامج التأمين الصحى التابعة لهم كما اتجهت بالتبعية الكثير من شركات التأمين الصحى الخاصة هناك إلى الموافقة على اعتماد المصاريف العلاجية وتحمل النفقات الخاصة

برامج العلاج الطبيعى والطب البديل ، بل وباعتباره بديلاً فى حالات كثيرة للبرامج الطبية الدوائية نظراً لقلة ورخص تكاليف العلاج من خلال هذه البرامج ، وسرعة شفاء المرضى المتلقين له ، مما يعود بالكثير من الأرباح لشركات القطاع الخاص الصحية .

أما إذا انتقلنا إلى مناطق أخرى من العالم ، وبخاصة دول العالم الثالث وإفريقيا وبعض الدول الكبرى الأخرى كالهند والصين ، فإن برامج العلاج الطبيعى والطب البديل هناك قد انتشرت أيضاً ، ولكن بصور مختلفة ، فالبعض منها أصبح يدرس أكاديمياً فقط ، أما البعض الآخر فتبنته بعض الكليات والمعاهد الحكومية والخاصة وأصبح خريجوه يتمتعون بحقوق ممارسة العلاج الطبيعى والطب البديل ، ولكن تحت إشراف كامل من أقطاب ورواد الطب الحديث ، مما ترتب عليه وضع معوقات كبيرة فى الكثير من الأحيان تبدو فى ظاهرها كالضوابط ، للحد من انتشار هذا التخصص على حساب الطب الحديث حسب اعتقاد هؤلاء الأطباء ؛ لأنه بطريقة أو بأخرى يهدد إلى حد كبير التيار الطبى المحافظ الذى يعتمد على التأثير القوى داخل المجال الطبى لشركات الأدوية العملاقة والجمعيات الجراحية العالمية ، بدون اعتبار لزيادة الحاجة الماسة لإشراك وتناغم هذا النوع من العلاج الطبيعى وجعله علاجاً تكميلياً فى الكثير من الحالات مثلما يطبق الآن فى بعض الدول التى تبنت هذا الاتجاه مثل الهند والصين ، والتى أصبح فيها العلاج الطبيعى والطب البديل مكماً لمعظم البرامج العلاجية هناك .

إن التقدم الهائل الذى حققته خلال القرن الماضى فروع الطب الحديث المختلفة هو أحد الأسباب الأساسية والمباشرة فى نمو وتطور برامج العلاج الطبيعى والطب البديل فى السنوات العشر الأخيرة . كما أن ارتفاع مستوى المعيشة النسبى للأفراد فى مجتمعات كثيرة فى الفترة الأخيرة وارتفاع مستوى الرعاية الصحية بها ، والتقدم العلمى والتكنولوجى الهائل والمتسارع فى المجالات الطبية المختلفة قد أدى بصورة مباشرة إلى زيادة الوعى الصحى وارتفاع مستوى توقعات المرضى لشفائهم من أمراضهم ومشاكلهم الصحية بشكل عام .

إن تعميم برامج التطعيم - على سبيل المثال - فى معظم أنحاء العالم واكتشاف الكثير من الأمصال واللقاحات المضادة للفيروسات المختلفة والمسببة للكثير من الأمراض والأوبئة الخطيرة قد أدى إلى اختفاء معظم هذه الأمراض من العالم، والتي كانت تمثل تحدياً خطيراً للمستقبل البشرى. أما بخصوص التقدم الهائل فى العلوم التشخيصية مثل الأشعة بمختلف أنواعها المرئية منها والصوتية والعمليات الجراحية المتقدمة، والتي أصبحت تجرى من خلال برامج الحاسب الآلى، والتقدم الهائل فى عمليات زراعة الأعضاء وعلوم الأجنة والعينات الوراثية؛ قد أعطى للطب الحديث دفعة هائلة للتحكم فى الكثير من الأمراض وعلاجها، بل كان السبب المباشر فى ازدياد نسب المعمرين فى كثير من الدول المتقدمة حتى أصبح سن التسعين سنّاً عادياً ومتوقّعاً هناك يعيش فيه الإنسان بدون مشاكل صحية فى معظم الأحوال، متمتعاً برعاية صحية كاملة ومتطورة.

لكن هذا الإيمان المطلق بقدرة الطب الحديث الخارقة المبنية على قدرة التطورات العلمية والتكنولوجية الحديثة على علاج الأمراض والمشاكل الصحية للإنسان قد اهتز وبشدة فى الأعوام العشر الأخيرة، وبالأخص عندما بدأت تظهر الدراسات المحايدة والتقارير العلمية المستفيضة الصادرة من مؤسسات دولية صحية متخصصة تظهر مدى خطورة المضاعفات والآثار الجانبية الناتجة عن الاعتماد الكلى على أسلوب العلاج الدوائى والكيميائى فقط فى البرامج العلاجية الطبية. إن الكثير من الآثار السلبية الخطيرة الناتجة عن الاستخدام الطويل الأمد للأدوية فى برامج علاج المرضى قد بدأت فى الظهور والتراكم فى العشرين عاماً الماضية، فال فشل الكلى والتليف الكبدى مثلاً ينتج فى كثير من الأحوال كنتيجة مباشرة للاستخدام المسرف لهذه الأدوية، كما أن زيادة نسبة الإصابة بقرح المعدة والإدمان الدوائى المنتشر، خاصة فى العالم الغربى، إلى آخر هذه المشاكل الصحية أظهرت الحاجة الماسة لإيجاد مكمل أو بديل طبيعى يساهم فى عودة حالة التوازن والاستقرار الصحى الطبيعى للإنسان. والعلاج الجراحى، من ناحية أخرى، والذى يعتبر أحد الدعائم الأساسية للطب الحديث، قد تأثر أيضاً بكثير من الجوانب السلبية، والتي على الرغم من التقدم العلمى المصاحب لهذا الأسلوب العلاجى، وما زالت المضاعفات الناتجة عنه والمشاكل المرتبطة بخطوات

الجراحة وبعض الأخطاء الطبية التى يمكن أن تحدث أثناء إجراء بعض الجراحات الكثيرة وبعض حالات التلوث الجراحى ، والطول الزمنى النسبى لفترات النقاهة التى تلى الجراحات ، كل هذا قد ساهم فى تخوف الكثير من المرضى من إجراء العمليات الجراحية الاختيارية غير الضرورية ، أما المثال الأكثر وضوحاً لقصور مفاهيم الطب الحديث فى التعامل مع بعض الأمراض يظهر جلياً من خلال تجربة مرضى السرطان وبرامج علاجهم الحالية ، والتى تتضمن العلاج الكيميائى والإشعاعى والذرى ، والذى يظهر بوضوح مدى المعاناة الشديدة التى يمر بها هؤلاء المرضى خلال فترات علاجهم بهذه الوسائل ، بل وفى حالات كثيرة التدهور الجسمانى والنفسى السريع الذى يمر به مريض السرطان من خلال تعرض خلاياه الجسمانية لهذه الجرعات البالغة الشدة والقسوة ، والتى فى كثير من الأحوال تقوم بتدمير الكثير من الخلايا السليمة قبل المصابة . إذن ، فإن فكرة اللجوء إلى الطبيعة فى علاج أوجاع وآلام الإنسان بعد كل ما سبق ذكره تعتبر تطوراً منطقياً وطبيعياً ، ولجوء الإنسان بمختلف أجناسه إلى الاهتمام بطبيعة توازنه الداخلى النفسى والجسمانى وابتعاده عن الإسراف المدمر فى العلاج قد دفع الكثير من المتخصصين والدارسين إلى إعادة البحث والتطوير فى مصادر العلاج الطبيعى والطب البديل القديمة ، والتى اعتمدت عليها البشرية لآلاف السنين بدءاً من الطب الفرعونى والصينى ، ومروراً بالإغريقى والرومانى والإسلامى ، ثم الأوروبى الحديث فى علاج أمراض الجسم الإنسانى المختلفة .

والسؤال الذى يطرح نفسه الآن هو : ما الجديد الذى يمكن للعلاج الطبيعى والطب البديل أن يقدماه للمنظومة الطبية عامة وللمريض خاصة ؟ للإجابة على هذا السؤال دعونا نستعرض دراسة أجريت فى إنجلترا عام ١٩٩٥ م قامت بها المجلة العلمية البريطانية لعلم النفس الإكلينيكى ، أوضحت ان سبب لجوء الكثير من المرضى فى السنوات الأخيرة وفى مناطق متفرقة من العالم لاستخدام وسائل العلاج الطبيعى والطب البديل أنهم أصبحوا يؤمنون أن هذه العلاجات أكثر تأثيراً وفاعلية فى شفاء أمراضهم وأقل ضرراً وأقل تكلفة من وسائل الطب الحديث التى استخدموها لفترات طويلة ، كما أن هؤلاء المرضى اكتشفوا أيضاً أنهم حين لجوئهم لمتخصصى العلاج الطبيعى والطب البديل فإنهم يعالجون بصورة مختلفة تماماً عن الطريقة العلاجية

المعتادة، وإنهم يعالجون بصورة كلية وجامعة وليس علاجاً جزئياً أو علاجاً لعضو واحد فقط بأجسامهم، كما هو المتبع دائماً عند لجوئهم لطبيبهم العادى .

كما أن المرضى يفضلون أيضاً طريقة إشراكهم فى العملية العلاجية المتبعة فى برامج العلاج الطبيعى والطب البديل، كما أن هناك أيضاً عامل الثقة والرابطة التى تنشأ بين المريض والمعالج الطبى فى الزيارات العلاجية المختلفة، والتى تخلق أيضاً حالة من الرضا والاسترخاء وزيادة الإيمان الداخلى للمريض بطبيعية وبساطة أسلوب العلاج وقلة تكاليفه، وعدم تسببه فى حدوث مضاعفات أو آثار جانبية على المدى القصير أو البعيد، مما يساهم بشكل فعال فى زيادة نسب الشفاء فى علاج أمراضهم .

إن زيادة الاهتمام بالعامل الإنسانى والنفسى من جانب المتخصص فى العلاج الطبيعى والطب البديل أثناء إجراء هذه البرامج العلاجية للمرضى واهتمامه أيضاً بالعوامل المحيطة بالمريض، والتى لا تذكر أساساً فى برامج الطب الحديث مثل اتباع التغذية الصحية وممارسة التمرينات الرياضية والعلاجات الوقائية الطبيعية والإقلال من دخول العناصر الكيميائية للجسم والتشجيع على ممارسة أساليب وطرق الاسترخاء النفسى والجسمانى بجانب العلاج والاهتمام بالجوانب النفسية والنفس اجتماعية، والتى قد تؤثر بالسلب على ظهور نتائج العلاج الإيجابية - قد جعلت برامج العلاج الطبيعى والطب البديل أكثر تميزاً وأعمق تأثيراً فى إتمام عملية الشفاء الجسمانى والنفسى للمريض .

إن اعتماد هذا الأسلوب العلاجى الطبيعى على الشراكة القوية التى تنشأ بين المريض والمعالج، والاهتمام بعلاج الإنسان كنفس وجسد، ووضعه فى حالة التوازن الطبيعى، والتى قد يفتقدها أثناء المرض، وزيادة العامل الإيمانى وتقوية الإحساس الداخلى بالرغبة فى الشفاء الذاتى - تعطى دفعة لهذه البرامج للتأثير الإيجابى فى العملية العلاجية وتعطيها أيضاً تميزاً خاصاً مقارنة بوسائل الطب الحديثة الصماء فى أغلب الأحوال، وهى أيضاً التى تعطى السمة الطبيعية لوسائل العلاج المتبعة من خلال هذه البرامج . كما أن سهولة اللجوء لهذه الوسائل والرخص البين للتكلفة العلاجية لها إنما يشجعنا إلى المطالبة بتقنين هذه الوسائل وجعلها مكملات أساسية لوسائل العلاجية التقليدية والدوائية تسير معها جنباً إلى جنب فى طريق علاج الكثير من الأمراض .

يقودنا الحديث أخيراً إلى معرفة ما هذه الوسائل التي نتحدث عنها، والتي تستخدم من خلال هذه البرامج؟ ما طبيعتها وأنواعها؟ وكيف يتم اختيار الوسيلة المناسبة لكل مريض؟ والتي سوف تذكر تباعاً وتفصيلاً في هذا الكتاب، ونكتفى هنا في هذا الجزء بعرض قائمة مبسطة لأسماء وأنواع هذه الوسائل العلاجية، والتي تعتبر أساس معظم البرامج التي تطبق في مراكز العلاج الطبيعي والطب البديل المعتمدة في الولايات المتحدة الأمريكية كمثال حسب آخر إحصائية لمعهد بحوث العلاج والدواء، والمنشورة عام ٢٠٠٤ وتتضمن الوسائل الآتية:

- ١ - العلاج بالإبر الصينية (Acupuncture).
- ٢ - العلاج بالأعشاب (Herbal Therapy).
- ٣ - العلاج بالتغذية (Nutritional Therapy).
- ٤ - العلاج بالتدليك (Massage Therapy).
- ٥ - العلاج المائي (HydroTherapy).
- ٦ - الكايروبركتيك (شد الفقرات) (Chiropractic).
- ٧ - العلاج الكهربى المعتمد على الأجهزة الحديثة فى تطبيق الوسائل الطبيعية [الليزر - الأشعة تحت الحمراء - الأشعة فوق البنفسجية - الموجات الكهرومغناطيسية - الموجات الصوتية - التيارات الترددية Electro therapy].
- ٨ - Senses Therapy العلاج الحسى (الروائح - الفنون - الموسيقى - الرقص - الضوء - الصوت).
- ٩ - العلاج الاسترخائى النفسى (Relaxation Therapy).