

المُتَمِّمَاتُ الغِذَائِيَّةُ، هل هي حَقًّا مُفِيدَةٌ لِجَسَادِنَا؟ *Nutritional Supplements: Are They Good for Health*

لمشاهدة الفيديو، انقر على الرَّابِطِ التَّالِي: <https://youtu.be/IyIX4S38cqU>

خبريَّةُ اليوم هي عن المُتَمِّمَاتِ الغِذَائِيَّةِ، وتحديدًا عن هذه الحَبَّةِ الصَّغِيرَةِ المُعْجِزَةِ التي تحتوي بداخلها كمًّا كبيرًا من المعادن محشورةً مع كمٍّ أكبر من الفيتامينات. والتي يشهدُ تعاطيها رواجًا كبيرًا هذه الأيام. وسؤالُ الخبريَّةِ، هل هذه المُستحضراتُ هي حَقًّا مُفِيدَةٌ لصِحَّةِ الإنسان؟

لطالما سُنِّلتُ، ولطالما كانَ جوابي قاطعًا باتِّراءٍ أن لا.. هي غيرُ مُفيدة. وأمَّا اليومَ، فأضيفُ شطرًا آخرَ لجوابي، بل هي ضارَّةٌ. وبذلك يكونُ تمامُ الجوابِ، لا هي غيرُ مُفيدة بل هي ضارَّةٌ. وأمَّا تفسيرُ القولِ فأسوقُه على التَّحَوُّ التَّالِي:

واقِعُ الأمرِ.. أنا منذُ أن تعرَّفتُ على هذه الحَبَّةِ العجيبةِ، وأنا أطرُحُ على نفسي ذاتِ الأسئلةِ الثلاثةِ: أولاً، هل الصِّناعةُ قادرةٌ على حشرِ هذا الكمِّ من العناصرِ في حَبَّةٍ صغيرةٍ، وتبقى هذه العناصرُ ثابتةً الخصائصِ والصفاتِ؟

ثانيًا، هل تبقى هذه العناصرُ ثابتةً الصِّفاتِ في وسطِ المعدةِ الحامضيِّ؟

وثالثًا وهامًّا، هل سينجحُ جهازُنا الهضميُّ في امتصاصِ جميعِ هذه العناصرِ متى أصبحتُ هذه الأخيرة داخلَ تجويفه؟

والجوابُ على ما يبدو، وعلى ما تقدِّمُهُ لنا التَّجاربُ السَّريريَّةُ المُتراكمةُ، أن لا.. هي غيرُ مُفيدة. بل ذهبَ بعضهم إلى القولِ بضررِ هذه المُستحضراتِ الصُّنْعِيَّةِ. وَمِنْ أحدثِ ما أطلعتُ عليه في هذا الخصوصِ هو تحقيقُ صحفِيٍّ جادٍّ عُرِضَ على القناةِ الخامسةِ الفرنسيَّةِ TV5. وفيه، قامَ الصِّحْفِيُّ المُحَقِّقُ بمعايرةِ جميعِ المعادن والفيتاميناتِ في دمه قبلَ وَمِنْ ثَمَّ بعدَ تناولِ هذه المُرَكَّبَاتِ. اختارَ منها أفضلَها، والعائدةَ لكُبرياتِ الشَّرَكَاتِ الدَّوائِيَّةِ المشهودِ لها بالحرفيَّةِ. وأشهدُ على تحقيقه مشاهيرَ أطباءِ التَّغذية في فرنسا.

وكانتِ النَّتيجَةُ غريبةً، وغيرَ مُتَوَقَّعةٍ. إذ انخفضَ تركيزُ جميعِ هذه العناصرِ في دمه بعدَ عدَّةِ أشهرٍ من التَّنَاولِ المُنتَظَمِ لهذه المُستحضراتِ الدَّوائِيَّةِ. وكانتِ خلاصَةُ التَّحْقِيقِ، والذي أَيْدُهُ جميعُ من اشتركَ فيه من باحثينَ أطباءَ، أنَّ هذه المُرَكَّبَاتِ هي غيرُ مُفيدةٍ بالمُطلقِ، بل هي مُرَكَّبَاتُ ضارَّةٌ. وخلصوا إلى القولِ بأنَّها مُرَكَّبَاتُ تجاريَّةٌ لا علاقةَ لها بالأدويةِ لا من قريبٍ ولا من بعيدٍ.

هذا ما كانَ منهم، وهذا ما أنا أكيدٌ منه. أحببتُ أن أضَعُهُ بينَ أيديكم وبأيمانكم. فخذوا القرارَ الذي تَرْتَوُونَهُ إمَّا إقدامًا وإمَّا إجمامًا؟ في النِّهايةِ، المالُ مَأْلُكم.. وجسْدُكم هو المختبرُ والشَّاهدُ.

.....

في سياقاتٍ أخرى، أنصحُ بقراءةِ المقالاتِ التالية:

- [Thumb Reconstruction Using Microvascular Second Toe to Thumb Transfer](#) [DOI](#) 
- [Segmental Gracilis Muscle Transfer for Smile](#) [DOI](#) 
- [Mandible Reconstruction Using Free Fibula Flap](#) [DOI](#) 
- [Free Fibula Flap for Bone Lost Complicated with Recalcitrant Osteomyelitis](#) [DOI](#) 
- [الشريحةُ الحُرَّةُ جانبُ الكتفِ في تعويضِ ضياعِ جلدِي هامٍ في السَّاعدِ](#) [DOI](#) 
- [رسالة مفتوحة إلى المهتمين في علم الأعصاب](#) [DOI](#) -
- [Spinal Reflexes, Ancient Conceptions](#) [DOI](#) 
- [Spinal Reflexes, Innovated Conception](#) [DOI](#) 
- [Spinal Shock: The Pathophysiology](#) [DOI](#) -
- [المُنْعَكِسُ الشُّوكِيُّ الاشتدائيُّ: الفيزيولوجيا المرضيةُ لفرطِ قوَّةِ المُنْعَكِسِ](#) [DOI](#) 
- [المُنْعَكِسُ الشُّوكِيُّ الاشتدائيُّ: الفيزيولوجيا المرضيةُ للمنعكسِ الشُّوكِيِّ واسعِ ساحةِ العملِ](#) [DOI](#) 
- [المُنْعَكِسُ الشُّوكِيُّ الاشتدائيُّ: الفيزيولوجيا المرضيةُ للمنعكسِ الشُّوكِيِّ ثنائيِ جهةِ الاستجابةِ](#) [DOI](#) 
- [المُنْعَكِسُ الشُّوكِيُّ الاشتدائيُّ: الفيزيولوجيا المرضيةُ للمنعكسِ الشُّوكِيِّ الاشتدائيِّ عديدِ الاستجابةِ الحرَكِيَّةِ](#) [DOI](#) 
- [الرَّمعُ Clonus: فرضيتان في الفيزيولوجيا المرضيةُ](#) [DOI](#) 
- [الرَّمعُ Clonus: الفرضيةُ الأولى في الفيزيولوجيا المرضيةُ للرَّمعِ](#) [DOI](#)
- [الرَّمعُ Clonus: الفرضيةُ الثانيةُ في الفيزيولوجيا المرضيةُ للرَّمعِ](#) [DOI](#)
- [الفيزيولوجيا المرضيةُ لمُنْعَكِسِ الثَّلاثيِ](#) [DOI](#) -
- [أذْيَاتُ النخاعِ الشوكيِّ، الأعراضُ والعلاماتُ السريريةُ، بحثٌ في آلياتِ الحدوثِ](#) [DOI](#) 
- [Spinal Injury, The Symptomatology](#) [DOI](#) 
- [أذْيَاتُ العصبونِ المُحرِّكِ العلويِّ، الفيزيولوجيا المرضيةُ للأعراضِ والعلاماتِ السريريةُ](#) [DOI](#) 
- [Upper Motor Neuron Injuries, Pathophysiology of Symptomatology](#) [DOI](#) 
- [في الأذْيَاتِ الرَّصْبِيَّةِ للنخاعِ الشوكيِّ، خبابا الكيسِ السُّحائيِّ.. كثيرٌ لها طَبْعٌ وقليلٌها عَصِيٌّ](#) [DOI](#) 
- [Surgical Treatments of Traumatic Injuries of the Spine](#) [DOI](#) 
- [أذْيَاتُ ذيلِ الفرسِ الرَّصْبِيَّةُ: مقارنةٌ جراحيةٌ جديدةٌ](#) [DOI](#) 
- [Traumatic Injuries of Cauda Equina: New Surgical Approach](#) [DOI](#) 
- [النَّسْلُ الرُّباعيُّ.. موجباتُ وأهدافُ العلاجِ الجراحيِّ.. التَّطَوُّراتُ التَّالِيَةُ للجراحة- مقارنةٌ سريريةٌ وشعاعيةٌ](#) [DOI](#) 
- [التَّصَلُّبُ اللَّويحيُّ المُتَعَدِّدُ: العلاقةُ السَّببيةُ، بينَ النَّيَّارِ الغِلْفانيِّ والتَّصَلُّبِ اللَّويحيِّ المُتَعَدِّدِ؟](#) [DOI](#) 
- [التَّنَكُّسُ الفاليريُّ والتَّجَدُّدُ العصبيُّ: رؤيةٌ جديدةٌ في آليَّةِ الحدوثِ](#) [DOI](#) 
- [Wallerian Degeneration \(Innovated View\)](#) [DOI](#) 

-	<u>التَّجَدُّدُ العَصْبِيُّ، رؤيةٌ جديدةٌ (Neural Regeneration (Innovated View)</u>	-	
DOI	<u>التَّنَكُّسُ الفاليري، يهاجم المحاور العصبية الحركية للعصب المحيطي.. ويعت عن محاوره الحسية</u>	-	
-	<u>التَّنَكُّسُ الفاليري التالي للأذية العصبية، وعملية التَّجَدُّد العصبية</u>	-	
-	<u>المُنْعَكِسُ الشُّوكِيُّ، فيزيولوجيا جديدةٌ (Spinal Reflex, Innovated Physiology</u>	-	
-	<u>المُنْعَكِسُ الشُّوكِيُّ الاشتدائي، في الفيزيولوجيا المرضية (Hyperreflex, Innovated Pathophysiology</u>	-	
-	<u>المُنْعَكِسُ الشُّوكِيُّ الاشتدائي (١)، الفيزيولوجيا المرضية لقوة المنعكس (Hyperreflexia, Pathophysiology of Hyperactive Hyperreflex</u>	-	
-	<u>المُنْعَكِسُ الشُّوكِيُّ الاشتدائي (٢)، الفيزيولوجيا المرضية للاستجابة ثنائية الجانب للمنعكس (Hyperreflexia, Pathophysiology of Bilateral- Response Hyperreflex</u>	-	
-	<u>المُنْعَكِسُ الشُّوكِيُّ الاشتدائي (٣)، الفيزيولوجيا المرضية لانتساع ساحة العمل (Extended Hyperreflex, Pathophysiology</u>	-	
-	<u>المُنْعَكِسُ الشُّوكِيُّ الاشتدائي (٤)، الفيزيولوجيا المرضية للمنعكس عديد الاستجابة الحركية (Hyperreflexia, Pathophysiology of Multi-Response hyperreflex</u>	-	
-	<u>الرَّمْع (١)، الفرضية الأولى في الفيزيولوجيا المرضية</u>	-	
-	<u>الرَّمْع (٢)، الفرضية الثانية في الفيزيولوجيا المرضية</u>	-	
DOI	<u>النَّمُوذَجُ الميكانيكي الموحد للنقل العصبي: إطار نظري ومخطط تجريبي للتحقق</u>	-	
DOI	<u>النقل العصبي، بين مفهوم قاصر وجديد حاضر (The Neural Conduction.. Personal View vs. International View</u>	-	
-	<u>في النقل العصبي، موجات الضَّغَطِ العاملة (Action Pressure Waves</u>	-	
-	<u>في النقل العصبي، كمونات العمل (Action Potentials</u>	-	
-	<u>وظيفة كمونات العمل والتيارات الكهربائية العاملة</u>	-	
-	<u>في النقل العصبي، التيارات الكهربائية العاملة (Action Electrical Currents</u>	-	
-	<u>الأطوار الثلاثة للنقل العصبي.. رؤية جديدة</u>	-	
-	<u>الأطوار الثلاثة للنقل العصبي</u>	-	
DOI	<u>النقل في المشابك العصبية (The Neural Conduction in the Synapses</u>	-	
DOI	<u>عقدة رانفييه، ضابطة الإيقاع (The Node of Ranvier, The Equalizer</u>	-	
-	<u>وظائف عقدة رانفييه (The Functions of Node of Ranvier</u>	-	
DOI	<u>عقدة رانفييه ضابطة الإيقاع: بحث في التَّشْرِيح الوظيفي</u>	-	
DOI	<u>عقدة رانفييه ضابطة الإيقاع: الوظيفة الأولى في ضبط معايير الموجة العاملة</u>	-	
DOI	<u>عقدة رانفييه ضابطة الإيقاع: الوظيفة الثانية في ضبط مسار الموجة العاملة</u>	-	
DOI	<u>عقدة رانفييه ضابطة الإيقاع: الوظيفة الثالثة في رفع كفاءة مسار موجة الضَّغَطِ العاملة</u>	-	
DOI	<u>تخطيط الأعصاب الكهربائي، بين الحقيقي والمُوهوم</u>	-	

- [DOI](#)  [المستقبلات الحسية، عبقرية الخلق وجمال المخلوق](#)
-  [أذية الأعصاب المحيطية: معلومات لا غنى عنها لكل العاملين عليها peripheral nerves injurie](#)
-  [الأذيات الرضائية للأعصاب المحيطية \(١\) التشريح الوصفي والوظيفي](#)
-  [الأذيات الرضائية للأعصاب المحيطية \(٢\) تقييم الأذية العصبية](#)
-  [الأذيات الرضائية للأعصاب المحيطية \(٣\) التدبير والإصلاح الجراحي](#)
-  [الأذيات الرضائية للأعصاب المحيطية \(٤\) تصنيف الأذية العصبية](#)
-  [الأذيات الرضائية للضفيرة العصبية Injuries of Brachial Plexus](#)
-  [شلل الضفيرة العصبية الولادي Obstetrical Brachial Plexus Palsy](#)
-  [مقارنة العصب الوركي جراحياً في الناحية الإليوية.. المدخل عبر ألياف العضلة الإليوية العظمى مقابل المدخل التقليدي Trans- Gluteal Approach of Sciatic Nerve vs. The Traditional Approaches](#)
- [DOI](#)  [معالجة تناذر العضلة الكمثرية بحقن الكورتيزون \(مقارنة شخصية\) Piriformis Muscle Injection \(Personal Approach\)](#)
- [DOI](#)  [معالجة تناذر العضلة الكمثرية بحقن الكورتيزون \(مقارنة شخصية\) \(عرض موسّع\) Piriformis Muscle Injection \(Personal Approach\)](#)
- [DOI](#)  [متلازمة الرأس الطويل للعضلة ذات الرأسين الفخذية The Syndrome of the Long Head of Biceps Femoris](#)
-  [متلازمة العضلة الكأبة المدورة Pronator Teres Muscle Syndrome](#)
-  [التشريح الجراحي للعصب المتوسط في الساعد Median Nerve Surgical Anatomy](#)
-  [قوس العضلة الكأبة المدورة Pronator Teres Muscle Arcade](#)
-  [قوس العضلة قابضة الأصابع السطحية \(FDS Arc\)](#)
- [DOI](#)  [شبيه رباط Struthers- like Ligament ...Struthers](#)
-  [متلازمة العصب بين العظام الخلفي Posterior Interosseous Nerve Syndrome](#)
- [DOI](#)  [في فقه الأعصاب، الألم أولاً In Philosophy of Nerves: Pain First](#)
- [DOI](#)  [في فقه الأعصاب.. الشكل ضرورة! In Neurodoctrines: Form is Necessity!](#)
- [DOI](#) - [رسالة مفتوحة إلى المهتمين في علوم الخلقة والجنين](#)
- [DOI](#) [جسيم بار: ليس نفاية جنينية، بل كنز مكنون- عيوب برمجية أخفت حقيقة جسيم بار وتمايز الصبغيين X عند المرأة](#)

قصة خلق الإنسان: من مخلوق سلف إلى الإنسان الخلف ربطاً بين المجاز اللاهوتي والبيان العلمي	DOI	-
خلقت حواء من ضلع آدم: رانعة الإحياء الفلسفي والمجاز العلمي	DOI	
ثفاحة آدم وضلع آدم.. وجهان لخطيئة واحدة	DOI	
ثفاحة آدم وضلع آدم.. وجهان لصورة الإنسان	DOI	-
جسيم بار، مفتاح أحجية الخلق	-	
خلق آدم وخلق حواء، ومن ضلعه كانت حواء Adam & Eve, Adam's Rib	DOI	
جسيم بار، الشاهد والبصيرة Barr Body, The Witness	-	
خلق حواء من ضلع آدم، حقيقة أم أسطورة؟	-	
لآدم فعل التمكين، ولحواء حفظ التكوين!	DOI	
فيروس كورونا المستجد (كوفيد -19): من بعد السلوك، عينه على الصفات	DOI	
ثفاحة آدم وضلع آدم، وجهان لصورة الإنسان.	-	
المرأة تُحدّد جنس وليدها، والرجل يدعي!	DOI	
صبي أم بنت، الأم تُقرّر!	-	
إنتاج التويضات غير الملقحات الـ Oocytogenesis	-	
إنتاج النطاف الـ Spermatogenesis	-	
أمّ البنات، حقيقة هي أم هي محض ثرّاهات؟!	-	
أمّ البنين! حقيقة لطالما ظننّوها من هفوات الأولين	-	
غلّبة البنات، حواء هذه تلد كثير بنات وقليل بنين	-	
غلّبة البنين، حواء هذه تلد كثير بنين وقليل بنات	-	
ولا أنفي عنها العدل أحياناً! حواء هذه يكافئ عديد بنيتها عديد بُنياتها	-	
المبيضان في ركن مكين.. والخصيتان في كيس مهين: بحث في الأسباب.. بحث في وظيفة الشكل	DOI	
طفل الأنبوب، ليس أفضل الممكن	DOI	
الروح والنفس.. الأولى عطية خالق والثانية صنعة مخلوق	DOI	
خلق السماوات والأرض أكبر من خلق الناس.. في المرامي والدلالات	DOI	
سفينه نوح: طوق نجاة لا.. معراج خلاص	DOI	
الطوفان الأخير: طوفان عظيم.. ولا سفينة	DOI	
المصباح الكهربائي، بين التجريد والتنفيذ رحلة ألف عام	DOI	
هكذا تكلم إبراهيم الخليل: الثابت.. والمتحول	DOI	
العدّة وعلة الاختلاف بين مطلقه وأرملته ذواتي عفاف	DOI	
تعُدّ الزوجات وملك اليمين.. المنسوخ الأجل	DOI	
الثقب الأسود، وفرضية النجم الساقط	DOI	
الثقب الأسود والنجم الذي هوى	DOI	

DOI	خلقُ السَّمَاوَاتِ والأَرْضِ: فرضيَّةُ الكونِ السَّديميِّ المُتَّصل	
DOI	الجواري الكُنُسُ الـ <i>Circulating Sweepers</i>	
DOI	مجمعُ البحريْنِ.. برزخُ ما بينَ حَيَاتينِ	
DOI	ما بعدَ الموتِ وما قبلَ المَسَاقِ.. فأمَّا مَسْخُ وإمَّا انْعَتَاقُ!	
DOI	الضَّوءُ موجةٌ والمَسَارُ مادِّيٌّ: رؤيَّةُ جديدهُ لطبيعةِ الضَّوءِ وانتشاره	-
DOI	في فِقهِ الذَّرَّةِ: مَنْ أعطى الإلِكترونَ شِحنَتَهُ السَّالبةَ؟	-
DOI	حــوَاءُ.. هذه	
DOI	فقهُ الحضاراتِ، بينَ قوَّةِ الفكرِ وفكرِ القوَّةِ	
DOI	ثالوثُ الذِّكَا.. زأْدُ مسافرٍ! الذِّكَا الفطريُّ، الإنسانيُّ، والاصطناعيُّ.. بحثٌ في الصِّفَاتِ والمَّالَاتِ	
DOI	المعادلاتُ الصِّفريَّةُ.. الحداثَةُ، مالها وما عليها	
DOI	جدليَّةُ المعنى واللامعنى	
DOI	والمِهْنَةُ.. شهيدٌ! الشَّهادَةُ فلسفَةُ حَيَاةٍ	
DOI	عندما ينفصمُ المجتمعُ.. لمن تتجَمَّلُينَ هيفاءُ؟	
DOI	كشَفُ المَسْئورِ.. معَ الاسمِ تَكونُ البِدَايَةُ، فتَكونُ الهَوِيَّةُ خَاتِمَةَ الحِكايةِ	
DOI	مُجتمعُ الإنسانِ! اجتماعُ فطرة، أم اجتماعُ ضرورة، أم اجتماعُ مصلحة؟	
DOI	حقيقتانِ لا تقبلُ بُهْنًا حَوَاءُ	
DOI	هَدْيَانُ المفاهيمِ (١): هَدْيَانُ الاقتصادِ	
DOI	هَدْيَانُ المفاهيمِ (٢): هَدْيَانُ اللَّيْلِ والنَّهارِ	
DOI	وحشٌ فرانكشتاينِ الجديِّ.. القديمُ نَكبُ الأرضِ وما يَزَالُ، وأمَّا الجديُّ فمَنكوبُهُ أَنْتَ أساساً أُنْهِيهَا الإنسانُ!	
DOI	فيروسُ كورونا المُستجدُّ.. من بعدِ السُّلوكِ، عَيْنُهُ على الصِّفَاتِ	
DOI	كَادَتِ المَرأةُ أَنْ تَلِدَ أَخَاهَا، قَوْلٌ صَحيحٌ لَكِنْ بِنَكهَةٍ عَرَبِيَّةٍ	
DOI	الحُرُوبُ العَبَثِيَّةُ.. مُغْضَبٌ لا مَحْظِيٍّ، أُنْهِيهَا الإنسانُ! ثَنَائِيَّاتُ القَلقِ الوجوديَّةِ، عَذَابٌ دائِمٌ أم امْتِحَانٌ مُستَدَامٌ؟	
DOI	العَقْلُ القَيَّاسُ وَالْعَقْلُ المُجَرَّدُ.. في القياسِ قُصُورٌ، وَفي التَّجريدِ وَصُولٌ	
DOI	الذِّنبُ المُنفردُ، حينَ يُصْبِحُ التَّوَحُّدُ مَفَاذَةً لا محضَ قَرَارٍ!	
DOI	الأسطورةُ الحَقِيقَةُ الهَرَمَةُ.. شَمِشونُ الحِكايةِ، وسيزيفُ الإنسانِ	
DOI	فيروسُ كورُونَا المُستجدُّ (كوفيد -١٩): من بَعدِ السُّلوكِ، عَيْنُهُ على الصِّفَاتِ	
DOI	سَعَاءُ بريدِ حَقِيقَتِيونَ.. لا هَوَاءُ تَرحالٍ وهجرةٍ	
DOI	ما قَوْلُ العِلْمِ في اختلافِ العَدَّةِ ما بينَ المُطلَقةِ والأَرملةِ؟	
-	بِفَضْلِكَ آدمُ! استمرَّ هذا الإنسانُ.. تَمَكَّنَ.. تَكَيَّفَ.. وَكانَ عَروفاً مُتباينَةً	
DOI	أَرجوزَةُ الأَزلِ	
DOI	قالَ الإمامُ.. كَمْ هُوَ جَميلٌ فيكُمُ الصَّمْتُ يا بَشَرُ	
DOI	صِناعَةُ اللَّاوِعيِ	
DOI	أَزمَةُ مُثَقِّفٍ.. أَضَاعَ الهَوِيَّةَ تحتَ مَرَكُومٍ من مَقْرُوعٍ وَمَسْمُوعٍ	

القدم الهابطة، حالة سريرية	-	
<u>Tendon Transfers for</u> عمليات النقل الوترية في تدبير شلل العصب الكعبري	-	
<u>Radial Palsy</u> عملية النقل الوترية لاستعادة حركة الكتف	-	
<u>Tendon Transfer to Restore</u> <u>Shoulder Movement</u> التدبير الجراحي لليد المخلبية	-	
<u>Surgical Treatment of Claw Hand (Brand</u> <u>Operation)</u> اليد المخلبية، الإصلاح الجراحي (عملية براند)	DOI	
<u>Claw Hand (Brand Operation)</u> <u>Elbow Auto- Arthroplasty</u> التصنيغ الذاتي لمفصل المرفق	-	
الورم الوعائي في الكبد: الاستئصال الجراحي الإسعافي لورم وعائي كبدي عرطل	DOI	
بسبب نزف داخل كتلة الورم	DOI	
متلازمة نفق الرسغ تنهي التزامها بقطع تام للعصب المتوسط	DOI	
<u>Tibial Nerve Schwannoma</u> ورم شوان في العصب الظنبوبي	-	
<u>Presacral Schwannoma</u> ورم شوان أمام العجز	DOI	
<u>Malignant Melanoma</u> ميلانوما جلدية خبيثة	-	
<u>انسداد الشريان الكعبري الحاد غير الرضي (داء بيرغر)</u>	DOI	
<u>Ganglion Cyst Removal</u> استئصال الكيسة المعصمية، السهل الممتنع	-	
<u>(Ganglionectomy)</u> الورم العظمي العظماني (العظموم العظماني)	-	
<u>Osteoid Osteoma</u> كيسة القناة الجامعة	-	
<u>Choledochal Cyst</u> إصابة سليمة معزولة في العقد اللمفية الإبطية	DOI	
<u>Isolated Axillary Tuberculous</u> <u>Lymphadenitis</u> التهاب المهاد المناعي ثنائي الجانب	DOI	
<u>Bilateral Autoimmune Thalamitis</u> الانقسام الخلوي المتساوي	-	
<u>Mitosis</u> الانقسام الخلوي المنصف	-	
<u>Meiosis</u> المادة الصبغية، الصبغي، الجسم الصبغي	-	
<u>Chromatin, Chromatid,</u> <u>Chromosome</u> المتِمَمَاتُ الغذائية	-	
<u>Nutritional Supplements</u> ، هل هي حقاً مفيدة لأجسامنا؟	DOI	
<u>Vitamin D</u> ، ضمانة الشباب الدائم	-	
<u>Vitamin B6</u> ، فيتامين ب ٦، قليله مفيد.. وكثيره ضار جداً	-	
المغنيزيوم بان للعظام! يدعم وظيفة الكالسيوم، ولا يطبق مشاركته	-	
المغنيزيوم (٢)، معلومات لا غنى عنها	-	
<u>Vitamin B12</u> ١٢ .. مختصر مفيد	-	
<u>Pneumatic Petrous</u> عظم الصخرة الهوائية	-	
<u>Ulnar Dimelia or Mirror Hand</u> تضاعف اليد والزند	DOI	
<u>Congenital Bilateral Ulnar Nerve</u> خلع ولادي ثنائي الجانب للعصب الزندي	DOI	
<u>Dislocation</u>		

DOI	Congenital Thenar Hypoplasia	ضمور إلية اليد بالجهتين، غياب خلقي معزول ثنائي الجانب
DOI	Brachymetacarpia	(١) قصر أمشاط اليد
DOI	Brachymetacarpia	(٢) قصر أمشاط اليد
DOI	Fibromyalgia	متلازمة التعب المزمن
DOI	Peri- Menopause Breast Problems: Towards a More Decisive Approach	آفات الثدي ما حول سن اليأس.. نحو مقاربة أكثر حزمًا
DOI	Peri- Menopause Breast Problems: Towards a More Decisive Approach	آفات الثدي ما حول سن اليأس.. نحو مقاربة أكثر حزمًا
-	Evaluation of Breast Problems	تقييم آفات الثدي الشائعة
DOI	Iliopsoas Tendonitis- The Snapping Hip	التهاب وتر العضلة السواس الحرقفية
-	Spine TB.. Pott's Disease	تدرن الفقرات.. خراج بوت
-	Pathologies of Distal Tendon of Biceps Brachii Muscle	مرضيات الوتر البعيد للعضلة ثنائية الرأس العضدية
DOI	Algodystrophy Syndrome	حثل ودي انعكاسي
-	Rotator Cuff Injury	أذية أوتار الكفة المدورة
-	Neck Pain: Treatment Restoring Cervical Lordosis	تدبير آلام الرقبة (١) استعادة الانحناء الرقبى الطبيعي (القوس الرقبى)
-	Piriformis Muscle Injection (Personal Approach)	معالجة تناذر العضلة الكمثرية بحقن الكورتيزون (مقاربة شخصية)
-	Subacromial Injection	تدبير آلام الكتف: الحقن تحت الأخرم
-	Plantar Fasciitis, Cortisone Injection	تدبير التهاب اللقافة الأخمصية المزمن بحقن الكورتيزون
-	Scapulo-Thoracic Bursitis, Cortisone Injection	حقن الكيس المصلية الصدرية- لوح الكتف بالكورتيزون
-	Frozen Shoulder, Cortisone Injection	الكتف المتجمدة، حقن الكورتيزون داخل مفصل الكتف
-	Tennis Elbow, Cortisone injection	مرفق التنس، حقن الكورتيزون
-	Trigger Finger	علاج الإصبع القافزة الـ
-	Sacro-Iliac Joint Pain, Cortisone Injection	ألم المفصل العجزي الحرقفي: حقن الكورتيزون
-	Cortisone Injection	حقن كورتيزون في نفق الرسغ
-	Froment's Sign	علامة فرومنت
-	Hoffman's Sign	علامة هوفمان
-	Babinski's Sign	علامة بابنسكي

- علامة هوفمان *Hoffman's Sign*



٢٠٢٠/٠٨/١٨