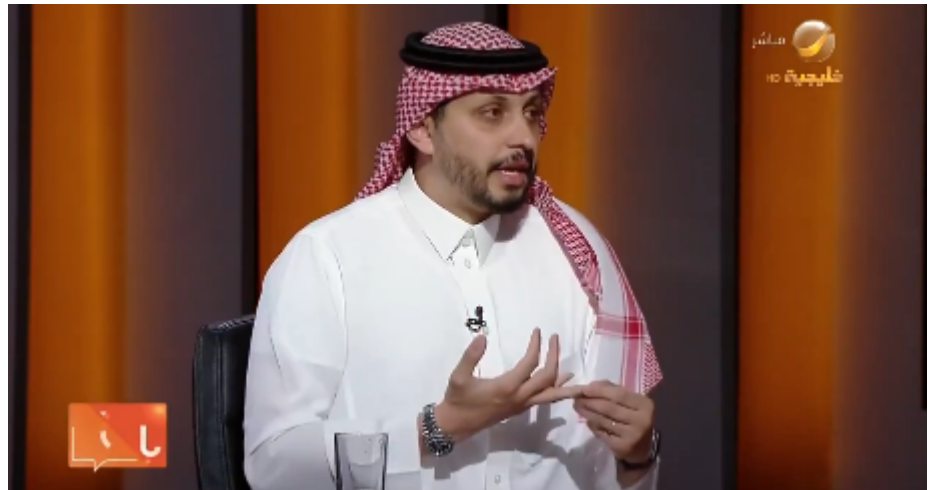


بالفيديو.. مختص: "نظام الطبيبات" رأي طبي شاذ.. ويكشف أسباب نجاح بعض التجارب الفردية

10 يونيو، 2026



أكد طبيب الصحة العامة الدكتور أحمد العمار أن ما يُعرف بـ"نظام
الطبيبات" لا يستند إلى أي أساس علمي أو طبي معتمد، واصفًا إياه
بأنه "رأي طبي شاذ" لا تدعمه الأبحاث العلمية أو الجهات الصحية
المختصة.

وأوضح العمار، خلال حديثه في برنامج "يا هلا"، أن الرأي الطبي لا
يُبنى على الاجتهادات الفردية، بل على الدراسات والأبحاث العلمية
وتوصيات الهيئات الصحية والجمعيات المتخصصة، مشيرًا إلى أنه لا
توجد أي جهة طبية أو غذائية معروفة أو وزارة صحة أو جمعية علمية
أو مختصون في التغذية يؤيدون هذا النظام الغذائي.

وأضاف أن بعض الأشخاص قد يشعرون بتحسن عند اتباع هذا النظام، لكن
ذلك لا يعني بالضرورة أنه نظام صحي أو مناسب للجميع. وأرجع تحسن
بعض الحالات إلى أسباب صحية خاصة، مثل المصابين بمتلازمة القولون
العصبي الذين يبتعدون عن أطعمة تثير أعراض المرض، أو الأشخاص
الذين يعانون من حساسية اللاكتوز ويتوقفون عن تناول الحليب
ومشتقاته.

وبيّن أن هناك فئة أخرى قد تلاحظ تحسنًا بسبب الانتقال من نظام

غذائي غير متوازن إلى أي حمية غذائية أكثر تنظيماً، مؤكداً أن هذا التحسن لا يُعد دليلاً على صحة "نظام الطيبات" أو صلاحيته للاستخدام العام.

<https://x.com/YaHalaShow/status/2064406583098904815>