التقنيات الذكية والمتطورة في إتجاهات العافية 2025



1. العلاج الشخصي بناءً على الجينات الفردية:

طبيب أمامه مجسم هولوجرامي للحمض النووي تعبيرية عن العلاج الشخصي بناءً على الجينات الفردية

تُبشِّر برامج العلاج القائمة على الحمض النووي (المعلومات الوراثية) بنهجٍ جديد من العلاج الشخصي؛ إذ يمكن من خلال تحليل المخطّط الجيني للفرد، تقديم طرق علاجية فريدة مناسبة لكل إنسانٍ على حدة، بما قد يتضمّن من تغذية أو خطط لياقة بدنية.

ولعل ما يجعل هذه الطريقة العلاجية فريدة، أنّ دقّة البيانات الجينية لكل إنسان، تُمكِّن ممارسي الرعاية الصحية من إنشاء خُطط مُخصّصة، مما يقلّل من فرص الخطأ، بل يعزِّز النتائج الإجمالية على صعيد الصحة والعافية.

2. العلاجات غير اللمسية:

يُعدّ "Aescape" أول نظام علاج بالتدليك الآلي في العالم، والذي يستخدم أذرعًا روبوتية متقدِّمة تعمل بالذكاء الاصطناعي، لتقديم جلسات تدليك دقيقة وشخصية دون لمسٍ بشري، لذا فنحنُ على أعتاب تغيّر واضح في مجال الصحة والابتكار في الرعاية، مع دخول الروبوتات على هذا المنوال.

وهذا يفسِح المجال نحو العلاجات غير اللمسية، خاصةً في مراكز العافية والمنتجعات الصحية الفاخرة؛ إذ يوفّر هذا النوع من العلاجات دقّة عالية، كما يضمن الخصوصية التي يرغب فيها الإنسان دون تدخل بشري، كما أنّها مؤشر على الرفاهية المستقبلية.

3. غرف الأكسجين عالي الضغط:

غرف الأكسجين عالي الضغط من التقنيات الصحية، التي تُستخدَم طبيًا بتوفير أكسجين 100% داخل غُرف مغلقة، وقد تمت الموافقة على هذه التقنية من قِبل إدارة الغذاء والدواء الأمريكية "FDA"، للاستخدام في علاج كثيرٍ من المشكلات الصحية، مثل الجروح، والحروق، وفقدان البصر، وضعف السمع، وغيرها.

لكنّها قد تكون مُفيدة أيضًا في تجديد شباب البشرة؛ إذ بإمدادها بهذا النوع من الأكسجين (يوفِّر الأكسجين بمعدّل 15 مرة)، مما يؤدي إلى تشبّع الخلايا وتسريع عملية الشفاء الطبيعية، كما يُحفِّز إنتاج الكولاجين في البشرة، مما يحافظ على شبابها، كما أنّها مفيدة أيضًا في تعزيز التعافي بعد التمارين الرياضية وتقليل مُدّة التعافي.

ورغم ذلك تُحذِّر إدارة الغذاء والدواء الأمريكية "FDA" من مخاطر العلاج بالأكسجين عالي الضغط، إذ قد يُسبِّب اختناقًا أو نشوب حريق، رغم نتائجه الواعدة، لذا من الأفضل انتظار نتائج الدراسات، لمعرفة كيفية الاستفادة منه، خاصةً لمن يُعانُون مشكلات الرئة أو اضطرابات الأذن الوُسطَى.

قد تكون بعض التقنيات المذكورة تستحق التجربة، وبعضها لا، فالأمر عائد إليك بنهاية المطاف، لكن المستقبل يحمل الكثير من تقنيات العافية التي حتمًا ستبهرنا وتفتح الآفاق نحو صحة نفسية وجسدية

أ فضل.