



تجربة ترددات الحموضة (Heartburn)

خاص لموجات في برنامج SAL125

إعداد صلاح الراشد وعلياء الرشدان (فبراير 2021)

ملخص عام للتجربة ونتائجها:

تم الإعلان عن الرغبة في تطوع أشخاص يعانون من حموضة المعدة، الحرقان (Heartburn) في قناة SAL125 على التلغرام في تاريخ 1 فبراير 2021، وتقدم للتجربة أكثر من 40 شخصًا، ثم تم قفل باب التطوع، وتم الاستقرار على عدد 33 متطوعًا، تم التأكد من وجود مشكلة حموضة في المعدة متكررة بشكل يومي لديهم، وتم استبعاد من ليس لديه مشكلة ومن لا يرغب بالاستمرار بشكل يومي ولمدة 6 أيام.

تم تقسيم التجربة على قسمين: الأولى بترددات تم استخدامها وهي: 832, 2720, 2170, 2127, 1800, 1600, 1550, 802, 1500, 880, 787, 727, 685, 465, 444, 1865, 125, 95, 72, 20 بحوث ريموند رايف وتشارلز رايف ونينا سيلفر وآخرين، وتمت بإشرافه وإعداده وتأكد من صحتها وجودتها، ثم جمعها في ملف صوتي واحد، ثم تم عمل ملف آخر من عزف وتجميع الأستاذ المايسترو ماجد يحيى حيث تم عمل ملف بالترددات وخلفية موسيقية ثم تصميمها على 432 هرتز لنغمة لا (A).

استخدم المشاركون تردد الـ SAL125 Heartburn Wave عندما كانوا يشعرون بوجود مشكلة الحرقان أو الحموضة، وعلى حسب مرات تواجد هذه المشكلة تكرر استخدام التردد، فكان استخدام التردد مرة الى ثلاثة مرات في اليوم الواحد لكل مشترك حسب طبيعة تكرر الحرقان لدية وبشكل عام كانت نتائج استخدام تردد الـ Heartburn مع المشاركين في كل استخدام تشير الى وجود تحسن ملحوظ عند كثير من المشاركين، كثير منهم كان أثر التحسن معهم فعال بشكل أختفى معه مشكلة الحرقان التي كان يعاني منها المشاركون، وهناك بعضا منهم أثر معه هذا التردد بشكل متوسط بحيث لم تنتهي المشكلة الا أنه شعر بتحسن أفضل وقلت مستوى الحموضة لدية بشكل ملحوظ وكذلك بعضا من المشاركين كان شعورهم بتحسن خفيف مستمر، وهناك عدد قليل لم يجد تأثير.

والملاحظة الجوهرية هي أن مع تكرار استخدام التردد في كل مرة حتى لو كان الأثر متوسطاً وخفيفاً إلا أنه قلت لديهم مشكلة الحرقان وخفت حدته، بحيث أن بعض المشاركين لم يشعروا بالحرقان خلال عدة أيام مع أنهم كانوا يعانون من هذه المشكلة بشكل مزمن، كذلك حتى مع طبيعة الأطعمة التي يتناولونها والتي عادة ماتسبب لهم حموضة بالمعدة الا أنهم لم يشعروا بالحرقان بعد تناول هذه الأطعمة، ولهذا نجد أن عدد المشاركين قل في استخدام التردد خلال أيام هذه التجربة لأن مشكلة الحرقان خفت لديهم بشكل واضح.

وملاحظة أخرى تعتبر جوهرية كذلك أنه حتى مع الأشخاص الذين لم يجدوا تأثيرا في البداية ولكن مع التكرار أصبحوا يجدون تحسن في تخفيف الحرقان حتى أنهم عبروا فعالية التأثير في بعض المرات

النتائج وبيانات التجربة:

استمرت هذه التجربة لمدة 6 أيام متواصلة من 2021/2/7-2/2، بقيادة وتجميع بيانات من قبل الأستاذة علياء الرشدان، مقسمة على فترتين:

الفترة الأولى مدتها 3 ثلاثة أيام استخدم فيها المشاركون تردد الـ Pure Tone المجمع كما تم ذكره في المقدمة، وبعدها لمدة ثلاثة أيام أخرى استخدم المشاركون تردد Tone with music، والذي استخدمت معه موسيقى هادئة على تردد A432.

كان عدد المشاركين الفاعلين **33 شخصا** يستخدمون التردد مره أو أكثر من مره خلال اليوم.

النتائج بشكل عام مع المشاركين خلال الفترتين:

عدد مرات استخدام الترددات مع المشاركين 128 مرة استخدام فوري عند الشعور بالحرقان، تنوع فيها تأثير التردد بتحسن حالة الحرقان / الحموضة مع المشاركين على النحو التالي:

52 تجربة استخدام للتردد أثرها فعال جداً مع المشاركين بنسبة 41%

33 من تجارب الإستخدام أثرها متوسط التأثير بنسبة 26%

34 تجربة لإستخدام التردد كان أثرها خفيف التأثير بنسبة 26.5%

9 تجارب كان أثر الاستخدام لها : لايوجد تأثير وهذا يمثل نسبة 7%

النتائج خلال الفترة الاولى فقط (Pure Tone)

عدد مرات استخدام التردد للمشاركين خلال الأيام الثلاثة الاولى هو 90 مرة استخدام، كان أثر الاستخدام كالتالي:

- 35 مرة استخدام كان الأثر فيها فعال جداً بنسبة 39%
- 21 مرة استخدام كان الأثر فيها متوسط بنسبة 23%
- 27 مرة استخدام كان الأثر فيها خفيف بنسبة 30%
- 7 مرات مرات لاستخدام هذا التردد لم يوجد أثر 8%

النتائج خلال الفترة الثانية فقط (Tone with music)

عدد مرات استخدام التردد للمشاركين خلال الأيام الثلاثة الأولى هو 38 مرة استخدام، كان أثر الاستخدام كالتالي:

- 17 مرة استخدام كان الأثر فيها فعال جدا بنسبة 45%
- 12 مرة استخدام كان الأثر فيها متوسط بنسبة 31.5%
- 7 مرات استخدام كان الأثر فيها خفيف بنسبة 18%
- 2 لاستخدام هذا التردد لم يوجد أثر بنسبة 5%

جدول لنتائج المشاركين في التجربة:

Tone with music						Pure Tone												
اليوم السادس 2/7			اليوم الخامس 2/6			اليوم الرابع 2/5			اليوم الثالث 2/4			اليوم الثاني 2/3			اليوم الأول 2/2			
تجربة 3	تجربة 2	تجربة 1	تجربة 3	تجربة 2	تجربة 1	تجربة 3	تجربة 2	تجربة 1	تجربة 3	تجربة 2	تجربة 1	تجربة 3	تجربة 2	تجربة 1	تجربة 3	تجربة 2	تجربة 1	
											لا يوجد أثر			فعال جدا			فعال جدا	1
											أثر خفيف			أثر متوسط			أثر متوسط	2
																	أثر خفيف	3
											أثر خفيف			فعال جدا			أثر متوسط	4
		أثر متوسط			أثر خفيف									أثر خفيف			أثر خفيف	5
								أثر خفيف			أثر خفيف						لا يوجد أثر	6
											فعال جدا						أثر متوسط	7
					فعال جدا												فعال جدا	8
								فعال جدا								فعال جدا	أثر خفيف	9
									فعال جدا							فعال جدا	فعال جدا	10
														لا يوجد أثر			لا يوجد أثر	11
		أثر خفيف	أثر خفيف	أثر متوسط	أثر متوسط			أثر متوسط			أثر خفيف			أثر خفيف	أثر خفيف	أثر خفيف	أثر خفيف	12
																	أثر خفيف	13
أثر متوسط	أثر خفيف	أثر خفيف			أثر متوسط			أثر خفيف		أثر خفيف	أثر خفيف	لا يوجد أثر	أثر خفيف	أثر خفيف				14
					فعال جدا						أثر متوسط						فعال جدا	15

					أثر متوسط			فعال جدا						أثر متوسط			فعال جدا	16
														أثر خفيف			فعال جدا	17
					فعال جدا			فعال جدا	أثر متوسط					فعال جدا			فعال جدا	18
		فعال جدا			فعال جدا				فعال جدا				أثر متوسط	فعال جدا			أثر متوسط	19
		فعال جدا			أثر متوسط			أثر متوسط	فعال جدا			أثر متوسط		أثر خفيف			أثر خفيف	20
									أثر خفيف					أثر متوسط			أثر خفيف	21
														فعال جدا			أثر متوسط	22
		أثر متوسط			فعال جدا			أثر متوسط	أثر خفيف					لا يوجد أثر			لا يوجد أثر	23
		فعال جدا							أثر خفيف					أثر خفيف				24
		فعال جدا												فعال جدا			فعال جدا	25
									أثر خفيف					أثر متوسط			أثر متوسط	26
														أثر متوسط				27
									فعال جدا	فعال جدا			فعال جدا	أثر متوسط				28
		فعال جدا			فعال جدا			فعال جدا	أثر متوسط					أثر متوسط			أثر متوسط	29
		فعال جدا			أثر متوسط				فعال جدا									30
							لا يوجد أثر	لا يوجد أثر	أثر خفيف					أثر متوسط			فعال جدا	31
		فعال جدا												أثر متوسط				32
								فعال جدا	فعال جدا	فعال جدا	فعال جدا	فعال جدا	فعال جدا	فعال جدا	فعال جدا	فعال جدا	فعال جدا	33

أهم الملاحظات التي كتبها المشاركون:

- استمعت للتردد اليوم واختفى الحارق بعد 8 دقائق
- في بداية الاستماع للتردد زاد الحارق وبعده بفترة قليلة خف
- حصل معي أثر خفيف .. لكنني منصدم من النتيجة لأن معي حارج مزمن وأخذ حبة يومياً، وعندما استمعت للتردد لم أكن اخذت الحبة وخف الحارج ..شكراً لكم
- استخدمت التردد وكان عندي حرقة، ومن الربع ساعه الاولى اختفى الحرقان وشغلته بالليل وعندما استيقظت مافي شي يحرق الحمدلله (أحيانا كنت استيقظ نصف الليل من الوجع)
- بدأ التحسن بالتدريج مع الوقت.. الى أن زالت كل الأعراض المزعجة للحارق
- لم أستطع تقبل صوت التردد الأول، صوته مزعج برأسي
- التردد الاول صوته مزعج جدا لم أتحملة، دقيقتين وقفلته
- أول استعمال للتردد الأول دام 5 دقائق، خفت الحموضة، وكان فيه تجشأ بعدها ماقدرت أكمل لأن جاءني دوخة وانزعاج
- في بداية الاستماع للتردد الأول زاد الحرقان ثم بعد 4 دقائق خف ثم اختفى
- فعال جداً .. استخدمته 5 دقائق فقط
- التردد الأول صوته مزعج يعمل لي صدى – كان لدي حارق اليوم ولم اتناول دواء الارتجاع وبعد الاستماع للتردد خف الحارق بشكل متوسط
- خلال الدقيقة الاولى حسيت بشعور مكان الحرقة وكأنه مثل طقطقة الرقبة بس بصورة أخف، والحرقة بدأت تختفي مثل السحر في أقل من دقيقة
- بعد نصف ساعة من الاستماع لايوجد تأثير بتاتاً، عند الدقيقة 45 قلت الحموضة وبدأ التأثير.
- بعد ما شغلت الموجة زاد الحرقان، وبعدها بدأ ينزل ويخف الحرقان
- التردد يشنت الألم لكن لم يختفي،، فنسيته ونمت، لمن صحيت حسيت بالألم في بطني وبعدها جاءني اسهال. (علما بأني من فترة أعاني من إمساك) .. > أعتذر بس حسيت لازم أذكر تجربتي بصدق <
- أول ربع ساعة من سماع التردد زادت علي الحرقة والكحة، بعدها شربت أعشاب والتردد شغال وحسيت بتحسن بسيط
- بعد الاستماع للتردد بنصف ساعة تلاشى الشعور بالحرقان
- بعد تجربة أول تردين: إذا نمت وصحيت ترجع الحموضة مرة ثانية
- الحموضة صارت محصورة في المعدة ماترتفع للمريء

- التردد الأول (التردد فقط) يسبب ألم في الاذن، أما الثاني (التردد مع الموسيقى) أفضل للسمع
- النوم أصبح أفضل
- تأثير التردد الأول مع السماعه أقوى
- لم يأتيني الحارق من 3 أيام بعد استخدام التردد+1
- التردد الثاني فعال أكثر من الأول
- بعد استخدام التردد لم يأتيني الحارق مع اني تناولت أطعمة تسبب لي الحارق عادة +3
- التردد الجديد مريح أكثر من الأول
- لاحظت مع الأيام أن الحرقان خف قبل الاستماع للتردد +1
- التردد الأول كان فعال أكثر وأخف.. التردد الثاني لاحظت سبب لي شعور بالضيق والتضخم
- من بداية التجربة لاحظت أن الارتجاع أصبح أقل بشكل ملحوظ وأخف في حدته
- التردد الأول أفضل
- التردد الثاني أشعر بعده باسترخاء عام وصفاء ذهني
- عادة لمن أشعر بالحرقان قبل النوم كنت لاستطيع النوم، لكن البارحه برغم الحرقان شغلت التردد ونمت بعمق وشفقت أحلام جميلة.
- لاحظت لمن شبكت بنية تجربة الحرقان، وهو في نزول وصار الوضع أرحم من السابق
- أقسم لكم أني أشعر الان براحه لم أشعر فيها من سنة .. اللي صار معجزة

ملخص التجربة:

هذه التجربة عُملت وفقاً للطريقة التي يتم بها عمل دراسة علمية إلا أنها لا تدعي ذلك، كون الدارسون لها ليس لديهم اهتمام في اثبات هذه المسألة من عدمها، وإنما كان الغرض معرفة مدى فعاليته بالنسبة لنا كشركة مصنعة ومديرة للبرنامج وذلك لاستخدامه من عدمه كتردد لهذه المشكلة التي يعاني منها نسبة كبيرة في المجتمع.

هذه التجربة أثبتت بالنسبة لنا مدى فعالية هذا التردد الفورية في التعامل مع مشكلة الحموضة، ولا شك أن هناك حاجة لدراسة المدى البعيد للاستخدام؛ لذا ننصح عملاءنا بكتابة تجربتهم وتدوينها لإفادة الآخرين.