**بسم الله ، والحمد لله ،والصلاة والسلام على رسول الله ،وبعد : فهذه**

**الحلقة الثامنة والسبعون بعدالمائة في موضوع (الحفيظ) والتي هي**

**بعنوان:\*كيف نحافظ على شباب قلوبنا : مهما طال عمر الإنسان وسلم من عوادي الليل والنهار فسيموت بلا شك من مشكلة في الجهاز الدوري الدموي (يشمل القلب والشرايين في جميع أنحاء الجسم) لذلك كان السبب الأول لوفيات البشر في العالم هو أمراض القلب والأوعية الدموية... والقلب كباقي الأعضاء في جسم الإنسان يهرم ويشيخ.... فهو ساعة الحياة التي تعطي إشارة الحياة وتبدأ بالنبض من يوم 22 بعد تلقيح البويضة.... قبل تنفس الجنين للسائل الأمنيوسي وقبل عمل الدماغ وقبل حركة الأطراف... وهو كذلك من يعطي إشارة الموت بتوقف النبض ولذلك فهو أطول أعضاء الإنسان عمرا !!**

**شيخوخة القلب:**

**هرم القلب وشيخوخته تشمل جميع أنسجة القلب من شرايين وعضلة وصمامات وألياف النبض الكهربائي.. وأهم وأخطر هذه التغيرات هي تكلس شرايين القلب ويدخل في تلك التغيرات ضمنا تكلس الشرايين الأخرى وهناك طريقة حديثة نسبيا لتصوير شرايين القلب وقياس درجة تكلس تلك الشرايين ونستطيع التعرف على احتمالية الإصابة بجلطات القلب المستقبلية بإذن الله بدقة عالية جدا خلال العشر سنوات القادمة وهي ليست الخيار الوحيد لمعرفة احتمالية الإصابة بجلطات القلب في المستقبل ولا أريد أن يفهم القارئ أن مقياس درجة تكلس شرايين القلب أفضل من تصوير القلب النووي وقسطرة الشرايين على الإطلاق ولكنها وسائل تشخيصية مكملة لبعضها البعض ولكل منها نقاط قوة ونقاط ضعف في حالات طبية مختلفة... وبسبب تلك التكلسات الشديدة تجد أحيانا أن من أكثر أنواع القسطرة تحديا هي قسطرة من هم فوق الثمانين سنة وبالذات النساء؛ لأنه يكثر في هؤلاء المرضى انسداد الشرايين وتعرجها وكثرة ترسب الكلسترول داخلها وبالتالي تزداد أيضا احتمالية المضاعفات مثل جلطات الدماغ خلال القسطرة بسبب تحريك ترسبات الكلسترول في الأورطي خلال تحريك أنابيب القسطرة... أما من ناحية الصمامات: فتبدأ بالتكلس الطرفي لوريقات الصمامات مثل الأورطي والمترالي وتزداد سرعة تلك الترسبات بوجود السكري والتدخين وارتفاع الكلسترول وذلك يسبب إما تضيقا يزداد تدريجيا أو ارتجاعاً يزداد تدريجيا أو كلاهما.... ومن ناحية المنظم الكهربائي: فهو يصبح أقل انتظاما كما أن توصيلاته داخل القلب تتليف وتصبح أقل توصيلا ويكثر في ذلك الوقت في كبار السن الرجفان الأذيني... وبسبب هرم المنظم الكهربائي تقل السرعة القصوى للقلب كلما تقدم العمر وكمية الدم الذي يضخه القلب في الدقيقة. بسبب ازدياد الضغط الشرياني كلما هرم ابن آدم.**

**إلى هنا ونكمل في الحلقة التالية والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته .**