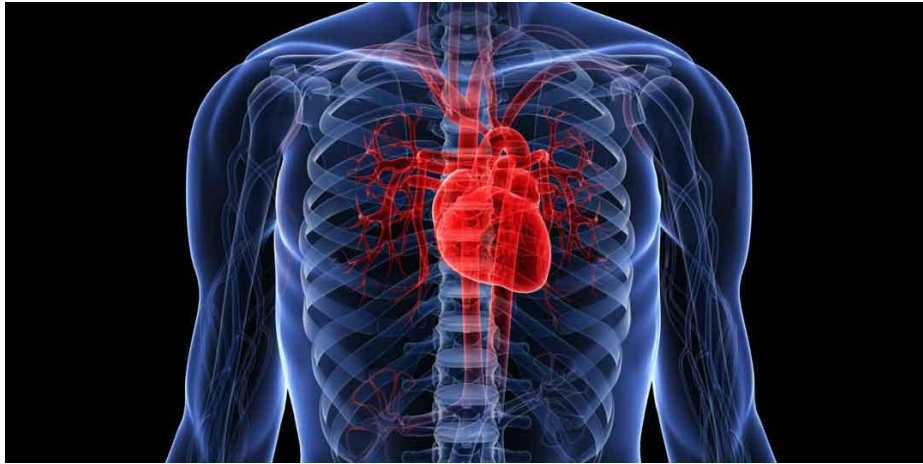


« قلب انسان »



قلب (دل) در لغت به معنی دگرگونی است. قلب از لحاظ علمی اندامی است که در مرکز قفسه‌ی سینه (متماایل به سمت چپ) واقع شده‌است و وزن آن حدود ۳۰۰ گرم است و خون را پمپاژ می‌کند نام این عضو به علت اینکه باعث دگرگونی خون و تبدیل خون کثیف به خون تمیز می‌شود قلب نام‌گذاری شده است.

قلب (دل) نوعی عضو عضلانی در انسان‌ها و دیگر حیوانات است که خون را از طریق رگ خونی در دستگاه گردش خون به گردش درمی‌آورد. خون اکسیژن و مواد غذایی لازم را برای بدن مهیا می‌سازد و همچنین برای از بین بردن مواد زائد ناشی از متابولیسم (سوخت و ساز بدن) کمک می‌کند، قلب به طور مداوم خون را از طریق رگ های خونی به نقاط مختلف بدنمان پمپاژ می‌کند.

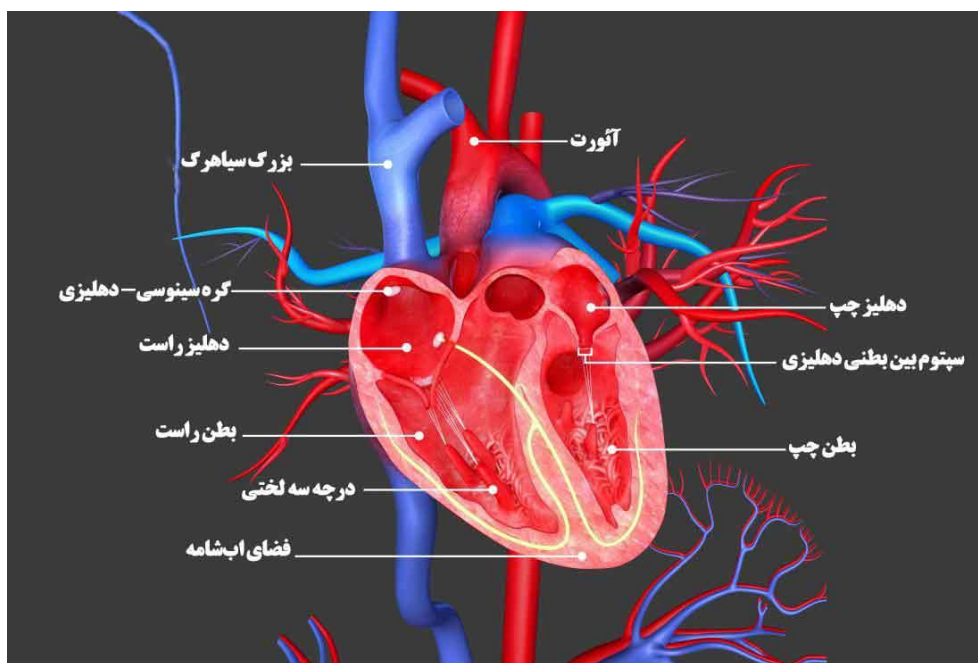
واقعیت های خواندنی درباره قلب

- قلب یک عضله است به اندازه مشت انسان، که در وسط سینه و کمی متمایل به سمت چپ قرار دارد. هر روز قلب انسان حدود ۱۰۰۰۰۰ بار می‌زند. و به طور مداوم حدود پنج لیتر خون را از طریق شبکه ای از رگ های خونی به نام سیستم گردش خون در اطراف بدن پمپ می‌کند. این خون اکسیژن و مواد مغذی را به تمام قسمتهای بدن می‌رساند و دی‌اکسید کربن ناخواسته و مواد زائد را با خود حمل می‌کند.

- قلب، با بزرگ تر و کوچک تر شدن (منبسط و منقبض شدن) خون را پمپ می‌کند. هنگام ورزش، حدود ۱۰ ثانیه برای خون پمپ شده از قلب طول می‌کشد تا به انگشت شست پا برسد.

- قلب (دل) انسان به طور میانگین در هنگام استراحت حدود ۷۰ بار در دقیقه می‌تپد. قلب انسان بین دو شش در بدن جا دارد و به گونه‌ای قرار گرفته‌است که سر آن به سوی چپ و پایین کج است. هر تپش قلب حدود هشت دهم ثانیه زمان می‌خواهد.
- قلب باید بتواند خون را از میان حدود ۶۰، ۰۰۰ مایل (تقریباً ۹۶،۵۰۰ کیلومتر) رگ خونی به جلو هل دهد، این فاصله مانند این است که کل جهان را حدود ۲،۵ بار دور بزیم.
- قلب ما در قفسه سینه مان واقع شده و به خوبی به وسیله قفسه سینه مان محافظت می‌شود.

آناتومی ساده قلب و نحوه کار آن



- قلب و سیستم گردش خون شما با هم کار می‌کنند تا خون را به اندام‌های شما برسانند تا بتوانند عملکرد خود را انجام دهند.
- قلب از چهار حفره تشکیل شده که عبارتند از دهلیز چپ، دهلیز راست، بطن چپ و بطن راست.
- چهار دریچه در قلب انسان وجود دارد، آنها تضمین می‌کنند که خون تنها از یک مسیر حرکت کند. یا به داخل یا به خارج.
- سمت راست قلب ما خون را رو به بالا به ریه‌های ما و به داخل سمت چپ قلب پمپ می‌کند. سمت چپ قلب، خون را به خارج و به کل بدن مان پمپ می‌کند.
- خونی که قلب را ترک می‌کند از طریق سرخرگ‌ها (شریان) حمل می‌شود. شریان اصلی‌ای که بطن چپ را ترک می‌کند آئورت است. شریان اصلی‌ای که بطن راست را ترک می‌کند شریان ریوی است.

- تعداد زیادی از رگ های خونی به قلب ما متصلند. چنان که گفته شد رگ های خونی ای که خون را به قلب ما حمل می کنند سیاهرگ یا ورید نامیده می شوند. رگ هایی که خون را از قلب ما خارج می کنند سرخرگ نامیده می شوند.

- دو حفره پایین قلب بطن نامیده می شوند. قلب دارای یک بطن چپ و یک بطن راست است. در میانه قلب بین دو بطن دیواره ضخیم عضلانی وجود دارد که به آن "سپتوم" می گویند. کار سپتوم جدا کردن طرف راست قلب از طرف چپ قلب است

- بطن ها دو حفره ی تحتانی قلب هستند که توسط دیواره ای قطور و محکم ماهیچه ای از یکدیگر جدا شده اند. اندازه ی بطن ها از دهلیزها بزرگ تر است؛ وظیفه بطن چپ تلمبه کردن خون به داخل قلب و بطن راست تلمبه کردن خون خارج از قلب است .

- هر بطن دارای دو دریچه است که یکی از آن ها موجب ورود خون از طریق دهلیزها به بطن؛ و دیگری موجب خروج خون از بطن به خارج از قلب و اندام های دیگر می شود .

- بطن راست خون را از طریق دریچه ی سه لختی از دهلیز راست دریافت می کند؛ و سپس آن را از طریق دریچه ی ششی به سرخرگ ششی و به سوی شش ها می فرستد. بطن چپ خون اکسیژنه (حاوی اکسیژن) را از طریق دریچه ی میترا (دولختی) از دهلیز چپ دریافت کرده و آن را از طریق دریچه ی آئورتی به آئورت و به این ترتیب به سراسر بافت های بدن می فرستد.

- لازم به ذکر است مانند هر بافت زنده دیگر، قلب هم به تأمین خون مداوم برای خود نیاز دارد. این به وسیله عروق کرونر صورت می گیرد که هنگام خروج از قلب از شریان اصلی (آئورت) منشعب می شود. عروق کرونر در خارج از قلب گسترش می یابند و خون آن را تأمین می کنند.

بیماری های قلبی و گردش خون چیست؟

بیماری های قلبی و گردش خون (که به آنها بیماری های قلبی عروقی نیز گفته می شود) از مشکلات قلب و سیستم گردش خون بدن هستند از جمله:

بیماری کرونر (حمله قلبی و آنژین) ، بیماری قلبی مادرزادی ، بیماری های قلبی ارثی ، سکته ، زوال عقل عروقی و...

چه عواملی باعث مشکلات قلب می شود و سیستم گردش خون شما به درستی کار نکنند؟

با تنگ شدن عروق، مشکلات قلب و سیستم گردش خون از جمله حمله قلبی، آنژین و سکته مغزی ایجاد می شود. این امر به دلیل تجمع تدریجی مواد چربی (به نام آتروما) در دیواره رگ های خونی ایجاد می شود. با گذشت زمان، ممکن است عروق بدن آنقدر مسدود شود که نتواند خون کافی به قلب یا مغز شما برساند، که می تواند منجر به حمله قلبی، سکته مغزی و زوال عقل عروقی شود.

چه چیزی من را در معرض خطر بیماری های قلبی و عروقی قرار می دهد؟

دیابت

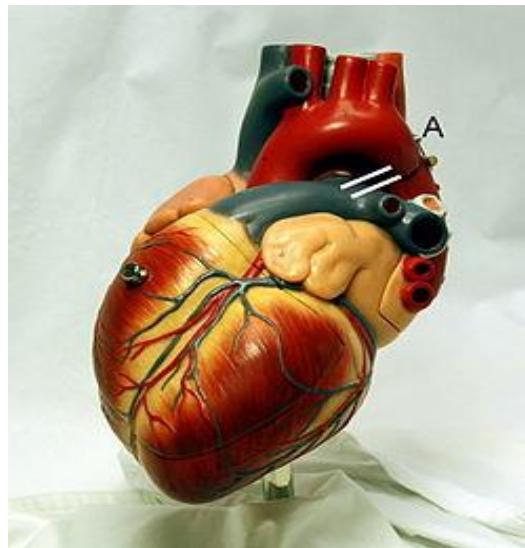
فشار خون بالا

کلسترول بالا

اضافه وزن یا چاقی

سیگار کشیدن

نوشیدن بیش از حد مشروبات الکلی



مواظب قلبمان باشیم

پایان

کاری از علیرضا حیدری

پایه هفتم مدرسه هدایت میزان