

شيخوخة الشباب



تنشر هذه الزاوية بالتعاون
مع المجلس العماني للاختصاصات الطبية

الدكتور صالح بن سيف الرهنائي



هل هناك ما يعرف بشيخوخة الشباب؟ أليس الشباب مرحلة عمرية والشيخوخة مرحلة عمرية أخرى؟ هل يمكن للشباب أن يكونوا شيوخا والشيخوخة أن يكونوا شبابا؟ قبل أن نتحدث عن شيخوخة الشباب دعونا ننظر ماذا يحدث في الشيخوخة الحقيقية من تغييرات في جسم الإنسان. تتنوع التغييرات التي تحدث في جسم المسن، منها ما يكون نقصا في الخلايا كنقص خلايا الدماغ فيصاب بفقدان الذاكرة قصيرة المدى، ومنها ما هو نقص في بعض المواد كنقص مادة الميلانين المسؤولة عن لون الشعر الأسود فيصاب بالشيب وتقص مادة الميلاتونين المسؤولة عن النوم فيصاب بالأرق وقلة النوم، ومنها ما هو تراكم بعض المواد كترامم مادة لطع الشيخوخة في الجلد فيصاب ببقع داكنة في الجلد، ومنها ما هو نقص في وظائف بعض الأجهزة كتنقص وظيفة الرئتين بنسبة ٤٠٪، ومنها ما هو بطء في حركة بعض الأعضاء كبطء حركة الأمعاء فيصاب بالإمساك، ومنها ما هو تصلب بعض الأعضاء كتصلب الشرايين فيصاب بارتفاع في ضغط الدم.

هذه بعض التغييرات في الشيخوخة الحقيقية ولكن ماذا يحدث في الأنواع الأخرى من الشيخوخة؟ في مقاله «الدول بين الابتكار والاندثار» ذكر الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم حاكم دبي أن أكبر ٥٠٠ شركة في العالم عام ١٩٥٥م لم يبق منها عام ٢٠١٥م سوى ١١٪ بسبب عدم قدرتها على المنافسة لتكون في الصدارة بسبب تخليها عن الابتكار.

شيخوخة الشباب ليست من ذلك ببعيد. الشباب فترة عطاء وإنتاج إذا ما حرص أولئك الشباب على التطوير والابتكار والإبداع، فترة حيوية ونشاط إذا ما حرصوا على

الهمة والعزيمة والإقبال.

عند تحلي أولئك الشباب بتلك القيم والهمم سيظلون في صدارة العطاء والإنتاج لفترات وفترات، وعند تخليهم عنها سيفقدون تلك الصدارة وكأن الشيخوخة والوهن أصابهم. فهل ينتظر شبابنا شيخوخة مبكرة؟ ليست شيخوخة الجسم وإنما شيخوخة الصدارة والمنافسة. كم من مشروع خيري ينادي هل من مشمر وكم من مبادرة مجتمعية تسأل هل من مبادر، كم من أسرة محتاجة تطلب هل من مساعد، وكم من مجتمع ناشئ يبحث هل من بان. إذا ما أردنا لمجتمعاتنا أن لا تشيخ، يجب على شبابها السعي لرفيها ورفعها بالبقاء في مرحلة الشباب الحيوية النشطة المنتجة أطول فترة ممكنة بالصبر والمثابرة والابتكار والإبداع.

عبدالرزاق الربيعي: في عُمان عثرتُ

على جذور أسلافي السومريين

أول أجدية عمانية

(خط السحتن)

الراهب الكوري مومون:

هنالك معابر تستطيع من خلالها

الوصول إلى الحقيقة

التحليل

التحليل