

אל תזקין!

מבוא אתה זקין וכיצד תימנע מכך

ירידה בתפוקת תאי-הזרע, הגבר מאבד כלייל את כושר הפרייה בגיל 65 בערך.

אברי הקנה — לאדם

הנפיונות הראשוני להארכת החיים וחידוש הנוצרים טובבו כולם סביב הרעיון, שאין זכר חשוב יותר לחיוניות הגוף מאשר פעילותן הסדירה והמלאה של בלוטות ההורמונים.

בעניין זה, התפרסמו בעיקר נסיונותיהם של שני מדענים רוסיים: ד"ר סרגיי וורנוב וד"ר אלכסנדר ביגומליץ. הראשון עשה כמה ניתוחים בהם הרכיב אשכים ושחלות של קופים צעירים לבני-אדם מזוקנים, עורר בשעתו מחלוקת מדעית שהכתימה בשקט שלאחר הסערה. השני המציא נכיוב להארכת החיים, ולפי השמועה הרוקן נטיב זה ליוסף סטאלין המנוח. בוגומליץ נפטר בגיל 65, מבלי שהזדקק מן הטיפול שלו לעצמו.

אנשי המדע של אמצע המאה ה-20 מייחסים חשיבות פחותה להורמונים המיניים, מחפשים דרכים אחרות למל"חמה בזקנה.

מן העיר או הכפר

אירוב עדין שימצאו אנשי המדע דרכים יעילות ל"הדברת הזיקנה, מה יכול כל אדם לעשות כדי להאריך את חייו ואת צעירותו? המחקר מוכיח, כי חיים ארוכים עוברים בירושה. אדם שהוריו האריכו לחיות, יש לו סיכויים טובים ללכת בדרכיכם. יתר על כן: אם ההורים חיים עד שיבה טובה כששכלם צלול, גופם נאה ופניהם רעננים, תעבור גם תכונה זאת, הישתמרות, בירושה לצאצאיהם.

אולם אדם אינו יכול לבחור לו את הוריו. מה עליו לעשות, אם כן? קודם כל, מוכיח המחקר ששמירת הבריאות, תזונה מאוזנת ועשירה וחיים נוחים, בעיקר בגיל קשיש, מועילים מאד להארכת החיים. יש גם נתונים נוספים: הסטאטיסטיקה מוכיחה שהשכלה, ובמיוחד השכלה גבוהה, מסייעת להארכת החיים, אולי מתוך כך שאנשים משכילים מיטיבים להבחין בין טוב לרע. לעומת זאת, מקצועות הכרוכים בעבודה רוחנית — מחקר, הוראה, כתיבה, אמנות — מורידים את בעליהם אל קבר בגיל מוקדם יותר מהממוצע הכללי.

הנישואין הם רבי-ערך להארכת החיים, והרווקים יצטערו איפוא על כך לא רק בחייהם אלא גם במותם. במיוחד צריכה להינשא אשה הרוצה בחיים ארוכים, אולם עליה להישמר שלא להישאר אלמנה. כן כדאי לאשה לשאת גבר הצעיר ממנה בחמש וחצי שנים; זוהי במקצוע תקופת הזמן שני שים מאריכות לחיות יותר מגברים.

ישנם גורמים נוספים המשפיעים על אורך החיים. למטרה זאת, מוטב להיות חקלאי ולא פועל תעשייה, ומוטב לגור בכפר ולא בעיר.

המסקנה התיאורטית של כל אלה: מוטב לו לאדם להירשם לאוניברסיטה, לזכות בתואר אקדמי, להינשא בהקדם, לפרוש לחיי כפר ולהיות לחקלאי. חשוב לא פחות לבחור באקלים יבש וממוזג.

רק ניתוח פלסטי

החברה המודרנית שמה דגש חזק על מראה הנעורים. נשים — וגם גברים — שואפים לפחות להיראות צעירים, אם אין ביכולתם לחזור ולהיות צעירים ממש. אלפי מפעילי-תעשייה קיימים בזכות שאיפה זאת, מספיקים שפע של תמרוקים, מנורות הקרנה ומכונות עיסוי לשיאפריה-נעורים.

מה חייב אדם לעשות כדי לשמור בפועל ככל האפשר על מראה הנעורים?

עור-הפנים המזדקן מאבד את שמנוניותו הטבעית. לכן חשוב שלא לחשוף אותו לזוהר — בשמש, ברוח, בחומרי ניקוי יבסבון גם. המשחות השמנוניות הרגילות, המיוצרות על-ידי חברות התמרוקים, עשויות להועיל, ובפרט אם הן מכילות כמות מספקת של לאנולין. יש לרחוץ את הפנים פעמים בשבוע בסבון עדין, כדי להרחיק מעליהן את הליכי-לוך הסותם את נקוביות העור ומרחיבן. גם עיסוי הפנים מועיל, משום שהוא מחזק את שרירי הפנים, מחזיר את חיוניותם ומגביר את מחזור הדם בתוכם.

אנשים רבים יכולים למצוא תועלת גם במשחות הכוללות הורמונים. כשהן חודרות לשכבת התת-עוריות, עשויות הן לסייע בחידוש השמנוניות הטבעית וסילוק היוזב מעור הפנים. התמלאותן של שכבות אלה מסלקת גם את הקמטים הקטנים שבקור. מלבד זאת, מעודדות משחות ההורמונים את מחזורי הדם ומגבירות את התחדשות תאי-העור. בדרך-עקיף, הן מסייעות גם לסילוק נמשים המופיעים על עור מזדקן. למשחות אלה אין כל השפעה על עור צעיר ואין טעם להתחיל את השימוש בהן לפני המידע. אין תועלת ממשית במשחות המתפרסמות כ"מכילות חיי-טאמינים". כמות הוויטאמינים שהן מכילות היא קטנה מכדי להביא לעיר תועלת כלשהי.

להתקמטות ולנפילת הפנים אין לפי שעה תרופה אחרת מאשר ניתוח פלאסטי, בו מותחים את העור. תוצאותיו של ניתוח כזה אינן מחוקקות מעמד יותר מחמש שנים. אולם לפי שעה, שיווי משקל נפשי, רוח טובה, מנוחה מספקת, בריאות איננה איתנה ותוונה נאיתה — הם האמצעי הנאות ביותר לשמירה על הנעורים.

הגדלים במערב-אמריקה וממשיכים בחיים וצמיחה עוד לא הופלו על-ידי סערה או נחטבו בידי אדם. להלכה, אפשר לשאוף לכך שגם האדם, כדוגמת העץ, יוכה בחיי אלמוות.

אולם רוב שאר החיים והצומחים הם בכל זאת בני-מות. אנו, משך החיים הוא שונה מאד. ישנם חרקים החיים שעות ספורות בלבד, ולעומתם ישנם זוחלים החיים כמה מאות שנים, מבלי שאיש ידע מדוע הוענקו מנות החיים במידות כה בלתי-שוויות.

זירות, סיבוב מסוכן

בתקופת חייו של האדם מתחללת בגופו "החלדה" אטית, אך עקיבה. לראשונה מירגש הדבר בעינינו. עדשת העין מאבדת מגמישותה כבר מגיל עשר, וכל אדם שני סובל לעת זקנה מקשייראייה. כך מתקלים גם החושים האחרים: חריפות הטעם ניטלת בגיל 50, והריח בגיל 60. השמיעה נחלשת כבר בגיל 20, כאשר האיון חולה להבחין בקולות גבוהים במיוחד.

יחד עם מיצי הקיבה, מצטמצמת גם שאר הפרשות



אתה רוצה בחיים ארוכים? אם כן, קרא בעיון את המאמר זה. בא המכשף את העיבה דה המרפאת הכבויה של האדם להדביר או לפחות לעכב את הנזק-רא והמפחיד שבין אייבוי: המוות. הזיק-נה, קיבעים אנשי-ה-מדע יוכלו להעצרה.



ולחלכה יכול האדם לכבוש לעצמו את או-ממנו אלוהים כשאמר עליו לטעום מפרי עץ-החיים כגן-עדן. אידם לפי שעה כל עוד לא השיג המדע מטרות נכספות אלה, יבול כל אדם להילחם ככוח-עצמו כאיתות הזיקנה אשר קופצים עליו.

ביום הבחירות, זכו חברי ועדת אחת הקלפיות בבאר-שבע לחוויה מיוחדת במינה: בפנס הבחורים נמצאה מצביעה שגילה הגיע ל-105 שנים. הם היו סבורים ששישה זאת תהיה זקוקה לעזרתו של בן או מטפלת בשעת ההצבעה. אך להפתעתם נכנסה הישיבה לקלפי ללא עזרה, בחרה בפתק הרצוי לה בלי קשוי ראיה, שילשלה אותו אל התיבה ויצאה כלעומת שבהא. היא הספיקה גם להיפרד מעל יושבי-ראש הוועדה במלים: "להתראות בבחירות לכנסת הרביעית!"

האם יש לה סיכויים של ממש להגשים את משאלתה? את חיי האדם והחי מחלקים המדענים לשתי תקופות עיקריות: תקופת הילדות וההתבגרות, ותקופת חיי הבגרות המלאים. אצל רוב בעלי החיים, ארוכים חיי הבגרות פי-ששה מתקופת ילדותם וגידולם. לגבי האדם, הקרוב מבחינה ביולוגית לחיות אלה, פירוש הדבר הוא שחייו היו צריכים להימשך 150 שנה בממוצע. בכל זאת, מתים כמעט כל בני-האדם בגיל צעיר הרבה יותר. מדוע?

הנשים עוזות על הגברים

התשובה הראשונית על שאלה זאת היא — האדם זקן למד לכלכל את חייו בתבונה ולהתגבר על המחלות והפגעים המקצרים את החיים, בהודת, למשל, משך החיים הממוצע של האדם הוא 26 שנים בלבד. אולם זהו אחד הממוצעים הנמוכים ביותר בעולם. בארצות-הברית, לעומת זאת, הושגו בשטח זה הגים רבי-ערך: אורך-החיים הממוצע של הגבר האמריקאי מגיע ל-66 שנה והנשים מגיי-ענת בממוצע אפילו ל-71,5 שנות חיים. והיד עודננה נטויה.

הא רוצים נמות

האדם רוצה לחיות. יהיו אשר יהיו הצרות והפגעים הנבאים עליו — אין הם גורעים כמלוא הנימה מן התאוה לחיים. אם כי האדם הוא החיה היחידה המסוגלת להתאבד מרצונו, הרי רק בידים מגיעים לייאוש מחלט כזה מן החיים. כל השאר רוצים בחיים פעלתניים, ממושכים ככל האפשר, ופוחחים מפני הזיקנה חסרת-האונים פחד מות. התשווקה לחיים והפחד התהומי מן הזיקנה והמוות משמשים נשא קבוע לספרות ולאמנות ולאחרונה — גם לפסיכיאטר-ריה.

היכול החלום להתגשם? האדם הצליח כבר להדביר או להתגבר על מחלות מידבקת, להמציא טעינות חלל, להפוך את האטום לחומר ביד היוצר. האם לא יצליח גם להאיט את תהליך ההזדקנות ואולי לעצור אותו כליל? טומה הרפואה סבורים, שהדבר מתקבל על הדעת. הם יצרו מדע חדש, מיוחד לחקר הבעיה, הנקרא בשם גרונולוגיה (גרון — ביונית: זקן). זהו התחום החדש ביותר במדע הרפואי, והוא יוסק בתופעות הזיקנה ובדרכים לחיסור-לן, במגמה להגיע ברבות הימים למניעת ההזדקנות.

הגים להיות עצים

למעשה, מתחילה ההזדקנות בו ברגע שהתינוק יוצא לאור העולם. מרגע זה ואילך, מתחילים עור-קרו להסתייד, עורו מתחיל להתקמט, שערותיו מתכוונות לנשור עוד בטרם תצמחנה ועיניו מתחילות להעביד את עצבי הראיה במידה שתתנגם בהן ברבות הימים. כל אלה הן, כמובן, התחלות זעירות, אפסיות ממש. אולם ברור, שאין כל אפשרות למנוע את כל ביטויי ההזדקנות, מאחר שחלק מהם מופיע כבר בילדות. לכן, הכוונה המעשית של המחקר היא לשמירת הגוף הבוגר במצב של פעולה סדירה יציבה חיצונית נעימה.

מה העלו המחקרים?

האם "המוות הטבעי" — זה הגנרם שלא על-ידי סיבות חיצוניות כמו רצח או תאונה — הוא בלתי-ימנע? איש אינו יכול להשיב על כך בפסקנות בחיוב. בטבע ישנן כמה דוגמאות של "חיי נצח", כגון עצי הסאקאואיה הענקיים