

# مکمل کلسیم می‌تواند برای بیماران قلبی مسن مشکل ایجاد کند

اغلب به سالمندان توصیه می‌شود مکمل‌های کلسیم مصرف کنند، اما تحقیقات جدید می‌گوید این قرص‌ها ممکن است خطر ابتلا به مشکلات دریچه قلب را که منجر به نارسایی قلبی می‌شود، افزایش دهد.

هلث دی نیوز: محققان گزارش دادند افرادی که مکمل‌های کلسیم را به تنهایی یا کلسیم با [ویتامین D](#) مصرف می‌کنند، در مقایسه با افرادی که این مکمل‌ها را مصرف نمی‌کنند با خطر بیشتر مرگ ناشی از مشکلات قلبی یا مرگ به هر دلیلی روبرو بودند.

این افراد همچنین به احتمال زیاد برای تعویض دریچه آئورت خود به عمل جراحی نیاز داشتند.

نتایج همچنین نشان داد افرادی که کلسیم به علاوه ویتامین D مصرف می‌کنند، با خطر بیشتر مرگ و میر ناشی از مشکلات قلبی روبرو بودند، درحالی‌که کسانی که کلسیم را به تنهایی مصرف می‌کردند، تقریباً سه برابر بیشتر برای تعویض دریچه قلب خود نیاز به عمل جراحی داشتند.

دکتر «سمیر کاپادیا»، رئیس پزشکی قلبی عروقی کلینیک کلیولند اوهایو، گفت: «مصرف کلسیم اضافی نمی‌تواند مفید باشد و ممکن است حتی مضر باشد.»

تنگی آئورت هنگامی اتفاق می‌افتد که دریچه آئورت - دریچه اصلی خروجی قلب - سفت یا باریک می‌شود و جریان خون را از قلب به بقیه بدن مسدود می‌کند.

کاپادیا گفت: «به طور معمول، دریچه به اندازه یک چهارم باز می‌شود. در حدود ۵ درصد از افراد بالای ۷۵ سال، تجمع کلسیم در دریچه اتفاق می‌افتد، به طوری که دریچه به همان اندازه که به طور معمول باز می‌شود باز نمی‌شود.»

وی افزود: «هنگامی که دریچه کمتر از اندازه یک سکه باز شود، خطر ابتلاء به [نارسایی قلبی](#) یا مرگ روی می‌دهد.»

محققان برای مشاهده اینکه آیا کلسیم ممکن است در مشکلات دریچه قلب نقش داشته باشد، سلامت قلب بیش از ۲۶۰۰ بیمار را که قبلاً دارای کلسیفیکاسیون خفیف تا متوسط دریچه آئورت بودند، پیگیری کردند.

میانگین سنی بیماران ۷۴ سال بود و به طور متوسط بیش از ۵.۵ سال تحت نظر بودند. افراد به سه گروه تقسیم شدند: کسانی که کلسیم مصرف می‌کردند، کسانی که کلسیم به علاوه ویتامین D مصرف می‌کردند، و کسانی که مکمل مصرف نمی‌کردند.

این مطالعه نشان داد افرادی که کلسیم با ویتامین D مصرف می‌کنند، با خطر مطلق مرگ ناشی از قلب به ازای ۱۳.۷ مرگ در هر ۱۰۰۰ نفر در سال روبرو بودند. درحالی‌که ۵.۸ مرگ در هر ۱۰۰۰ نفر در افرادی که هیچ مکملی مصرف نمی‌کردند وجود داشت.

این مطالعه نشان داد که مصرف مکمل کلسیم به علاوه ویتامین D خطر مرگ و میر به هر علتی را ۳۱ درصد افزایش می‌دهد، در حالی که مصرف کلسیم به تنهایی با خطر ۲۴ درصدی مرگ به هر علتی مرتبط است.