



American Heart Association.



# Розуміння мого ризику, пов'язаного з ЛП(а)

Візьміть цей аркуш із собою на прийом і використовуйте його як план для розмови з лікарем.

## Розуміння ЛП(а)

Ліпопротеїн(а), або ЛП(а), — це ліпопротеїн у крові, що переносить холестерин. **Його рівень переважно успадковується, і якщо він високий, це може підвищити ризик серцево-судинних захворювань та інсульту.**

**Звичайний аналіз на холестерин (ліпідний профіль) не вимірює ЛП(а).** Єдиний спосіб дізнатися свій рівень — здати простий аналіз крові за призначенням лікаря.

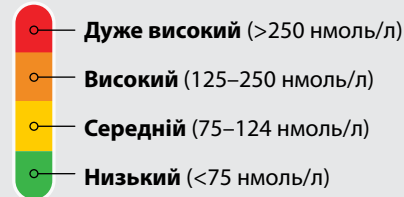
Сучасні рекомендації радять кожному дорослому **хоча б раз у житті зробити аналіз на ЛП(а).** Зробити аналіз на ЛП(а) особливо важливо, якщо до вас застосовуються такі критерії:

- Сімейний або особистий анамнез передчасних серцево-судинних захворювань (вік до 55 років для чоловіків і до 65 років для жінок)
- Відомий сімейний анамнез високого рівня ЛП(а)
- Сімейна гіперхолестеринемія (СГ) — спадковий стан, за якого люди можуть народжуватися з дуже високим рівнем ЛПНЩ

**Ризик серцево-судинних захворювань та інсульту залежить від багатьох факторів, а не лише ЛП(а). Ваш лікар пояснить, що саме ваш рівень ЛП(а) означає для вашого здоров'я.**

## Розуміння мого рівня

**Діапазони рівнів ЛП(а) для оцінки ризику серцево-судинних захворювань та інсульту**



*Ці діапазони ґрунтуються на оцінках на рівні популяції, а індивідуальний ризик залежить від інших факторів, як-от вік та артеріальний тиск.*

**Мій рівень ЛП(а):** \_\_\_\_\_

- Що означає мій рівень ЛП(а)?  
\_\_\_\_\_
- Як рівень ЛП(а) впливає на мій загальний стан здоров'я?  
\_\_\_\_\_
- Чи варто моїм рідним також зробити цей аналіз?  
\_\_\_\_\_

## Розуміння моїх подальших кроків

**Зміни способу життя не знижують рівень ЛП(а), але вони допомагають зменшити загальний ризик серцево-судинних захворювань та інсульту.**

- Чи підвищує мій рівень ЛП(а) ризик серцево-судинних захворювань або інсульту?  
\_\_\_\_\_
- Які зміни в способі життя допоможуть мені знизити ризику?  
\_\_\_\_\_
- Чи є ліки, які мені варто почати або продовжувати приймати для зниження ризику?  
\_\_\_\_\_
- Де я можу знайти більше інформації про ЛП(а)?  
\_\_\_\_\_

**Ознайомтеся з корисними ресурсами про ЛП(а) на вебсайті [heart.org/Lpa](http://heart.org/Lpa) (вебсайт доступний англійською мовою).**