



오해: 저밀도지단백질(LDL) 콜레스테롤(나쁜 콜레스테롤) 수치가 정상이면 지단백질(α) 검사가 필요하지 않습니다.



진실: LDL 콜레스테롤(나쁜 콜레스테롤)과 지단백질(α)(Lp(α))은 서로 다릅니다. 지질 패널(표준 콜레스테롤 검사)은 Lp(α)를 측정하지 않습니다. LDL 수치가 정상이어도 Lp(α) 수치가 높을 수 있습니다. Lp(α) 수치를 확인하려면 의료 전문가가 별도의 Lp(α) 검사를 지시해야 합니다.



오해: Lp(α)는 심장 건강에 영향을 미치지 않습니다.



진실: Lp(α) 수치가 높으면 심장병과 뇌졸중의 위험이 증가할 수 있습니다. Lp(α) 수치를 알면 심장과 뇌 건강을 지키기 위한 조치를 일찍 취할 수 있습니다.



오해: 증상이 없으면 Lp(α) 수치가 정상일 것입니다.



진실: Lp(α) 수치가 높더라도 보통 증상이 없으므로 이를 알지 못할 수 있습니다. 새로운 가이드라인에서는 **모든 성인이 평생 최소 한 번 이상 검사를 받을 것**을 권장합니다. 다음과 같은 경우에는 검사가 특히 중요합니다.

- 조기 심장질환(남성 55세 미만, 여성 65세 미만) 가족력 또는 개인력
- Lp(α) 수치가 높은 가족력
- 가족성 고콜레스테롤혈증(FH) 진단(선천적으로 LDL 수치가 매우 높은 유전 질환)



오해: 높은 Lp(α) 수치는 가족에게 유전되지 않습니다.



진실: Lp(α) 수치는 대부분 유전되며, Lp(α) 수치가 높으면 심장병과 뇌졸중의 위험이 증가할 수 있습니다. Lp(α) 수치가 높으면 연쇄 선별검사가 권장됩니다. 연쇄 선별검사는 가까운 가족 구성원(부모님, 형제자매, 자녀 등)을 검사하여 심장병과 뇌졸중 위험 가능성이 있는 사람을 찾습니다.



오해: Lp(α)는 저를 포함, 모든 사람에게 같은 영향을 미치지 않습니다.



진실: 일부 요인은 Lp(α) 수치에 영향을 미칠 수 있습니다. 아프리카계 또는 남아시아계인 경우, 임신이나 폐경기와 같은 생애 단계에 있는 경우, 신장, 간 또는 갑상샘 질환이 있는 경우에는 Lp(α) 수치가 더 높을 수 있습니다.



오해: 건강한 식단과 규칙적인 신체 활동으로 Lp(α) 수치를 낮출 수 있습니다.



진실: 생활 습관의 변화로 Lp(α) 수치를 낮출 수는 없지만, 심장 건강을 위해 할 수 있는 많은 일이 있습니다. 다음을 통해 심장병과 뇌졸중의 위험을 낮출 수 있습니다.

- 높은 콜레스테롤, 고혈압, 당뇨병 관리하기
- 심장 건강에 좋은 음식 섭취하기
- 정상 체중 유지하기
- 규칙적으로 운동하기
- 담배 제품 사용하지 않기
- 매일 7~9시간 숙면 취하기



오해: Lp(α) 검사는 건강 보험 보장 대상에 포함되지 않습니다.



진실: 대부분의 보험 상품에서 Lp(α) 검사는 보장 대상에 포함됩니다. 확인을 위해 전화하시는 경우 **CPT 코드 83695**를 말씀해주시요. 보험 상품이 이를 보장하지 않는 경우, 의료 전문가가 더 저렴한 검사 옵션을 안내할 수 있습니다.