



Lp(a) စစ်ဆေးမှုအကြောင်း ရှင်းလင်းချက်

1

Lipoprotein(a) ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။

Lp(a) ဆိုသည်မှာ သွေးထဲရှိ ကိုလက်စထရော့ သာ အဆီပရိုတင်းဖြစ်သည်။ Lp(a) ပမာဏသည် များသောအားဖြင့် မျိုးရိုးလိုက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပြီး ပမာဏများနေပါက နှလုံးရောဂါရနိုင်ခြေနှင့် လေဖြတ်နိုင်ခြေတို့ တိုးလာသည်။ လူ 5 ဦးလျှင် 1 ဦးနှုန်းသည် Lp(a) ပမာဏများနေနိုင်ပြီး အများစုကမူ ရောဂါလက္ခဏာမပြပါ။

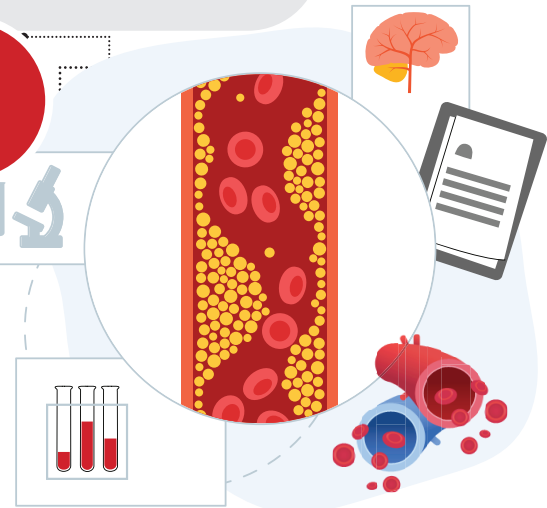
2

မည်သို့စစ်ဆေးရမည်နည်း။

ပုံမှန် ကိုလက်စထရော့ စစ်ဆေးမှု (သွေးတွင်းအဆီဓာတ် စစ်ဆေးခြင်း) တွင် Lp(a) ပမာဏကို ထည့်မစစ်ဆေးပါ။

Lp(a) ပမာဏကို သိရှိလိုပါက စစ်ဆေးနိုင်ရန်အတွက် သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပညာရှင်ထံ မေးမြန်းကြည့်ပါ။ လက်ရှိလမ်းညွှန်ချက်များအရ အရွယ်ရောက်ပြီးသူများသည် တစ်သက်လျှင် အနည်းဆုံးတစ်ကြိမ် သွေးစစ်ထားသင့်ပါသည်။ ဤအခြေအနေများ ရှိပါကမူ သွေးစစ်ထားရန် အထူးလိုအပ်နိုင်သည် -

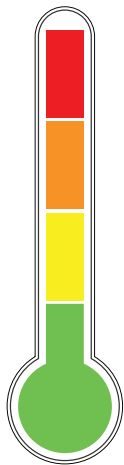
- မိသားစု သို့မဟုတ် သင်ကိုယ်တိုင် အရွယ်မတိုင်ခင် နှလုံးသွေးကြောဆိုင်ရာရောဂါ ဖြစ်ဖူးသည့် ရာဇဝင်ရှိခြင်း (အမျိုးသားဖြစ်ပါက အသက် 55 နှစ်အောက်နှင့် အမျိုးသမီးဖြစ်ပါက အသက် 65 နှစ်အောက်)
- မိသားစုတွင် Lp(a) မြင့်မားသည့် ရာဇဝင်ရှိကြောင်း သိရှိထားခြင်း
- မွေးရာပါ LDL အလွန်များခြင်း Familial Hypercholesterolemia (FH) ရှိကြောင်း စစ်ဆေးတွေ့ရှိထားခြင်း



3

ကျွန်ုပ်၏ ဆေးစစ်ချက်အဖြေများကို မည်သို့အဓိပ္ပာယ်ကောက်ရမည်နည်း။

နှလုံးရောဂါဖြစ်နိုင်ခြေနှင့် လေဖြတ်နိုင်ခြေသည် အကြောင်းရင်းများစွာကြောင့် ဖြစ်နိုင်ပြီး ၎င်းတို့ထဲတွင် Lp(a) က တစ်ခုအပါအဝင် ဖြစ်သည်။ Lp(a) ပမာဏသည် 125 nmol/L (50 mg/dL) နှင့်အထက်ဖြစ်ပါက နှလုံးရောဂါနှင့်လေဖြတ်နိုင်ခြေတို့ တိုးလာသည့် အပြင် 250 nmol/L (100 mg/dL) နှင့်အထက် ဖြစ်ပါက အန္တရာယ်နှစ်ဆတိုးလာသည်။ သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပညာရှင်က Lp(a) ပမာဏနှင့် နောက်ဆက်တွဲလုပ်ဆောင်ရမည့်အဆင့်များ အတွက် ရှင်းပြပေးနိုင်ပါသည်။



4

ရောဂါဖြစ်နိုင်ခြေကို မည်သို့လျော့ချနိုင်မည်နည်း။

ဘဝနေထိုင်မှုပုံစံ ပြောင်းလဲရုံမျှဖြင့် Lp(a) ပမာဏ လျော့ကျစေနိုင်မည် မဟုတ်သော်လည်း နှလုံးရောဂါဖြစ်နိုင်ခြေနှင့် လေဖြတ်နိုင်ခြေ ယေဘုယျအားဖြင့် လျော့ကျစေရန်အတွက် ဤသည်တို့ကို ပြုလုပ်ရန် အရေးကြီးပါသည် -



ကိုလက်စထရော့ သွေးပေါင်ချိန်၊ ဆီချို စသည် အခြားအကြောင်းအချက်များကို ဆင်ခြင်ထိန်းညှိခြင်း



နှလုံးကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်အောင် စားသောက်ခြင်း



ကာယလှုပ်ရှားမှု မှန်မှန်လုပ်ခြင်း



ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော ကိုယ်အလေးချိန်ကို ထိန်းသိမ်းထားခြင်း



ဆေးရွက်ကြီးထုတ်ကုန်များ ဖြတ်ခြင်း



နေ့စဉ် 7-9 နာရီ ကောင်းစွာ အိပ်စက်ခြင်း

5

Lp(a) စစ်ဆေးမှုသည် ကျွန်ုပ်၏ ကျန်းမာရေးအာမခံတွင် အကျိုးဝင်ပါသလား။

အာမခံပလန်အများစုတွင် ဤစစ်ဆေးမှုသည် အကျိုးဝင်ပါသည်။ အကျိုးဝင်ခြင်းရှိမရှိ ဖုန်းဆက်မေးမြန်းမည်ဆိုပါက CPT ကုန် 83695 ဟု ပြော၍မေးပါ။ ပလန်တွင် အကျိုးမဝင်ပါက စရိတ်သက်သာသည့် စစ်ဆေးနည်းများကို သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပညာရှင်က ကူရှာပေးနိုင်ပါသည်။

သင့်၌ Lp(a) များနေပါက cascade screening လုပ်ရန် အကြံပြုအပ်ပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ သွေးနီမိသားစုဝင်များ ဖြစ်သည့် မိဘ၊ မွေးချင်းနှင့် သားသမီးများ၌လည်း အန္တရာယ်ကြိုနိုင်ခြေရှိသူများကို ကြိုတင်ဖော်ထုတ်ရန် စစ်ဆေးခြင်း ဖြစ်သည်။

သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပညာရှင်နှင့် Lp(a) အကြောင်း၊ နှလုံးရောဂါနှင့် လေဖြတ်ခြင်း အန္တရာယ်ကို လျော့ချနိုင်မည့် နည်းလမ်းများအကြောင်း ပြောဆိုဆွေးနွေးပါ။ ပိုမိုသိရှိလိုပါက heart.org/Lpa (အင်္ဂလိပ်ဘာသာစကားသုံး ဝက်ဘ်ဆိုက်) တွင် ကြည့်ရှုပါ