



## Uchunguzi wa Mfuatano Ni Nini?

Uchunguzi wa mfuatano hutumiwa katika hali za kijeni ili kuwakagua wanafamilia ambao huenda pia wapo katika hatari. Kiwango cha hatari kinaweza kutofautiana kwa kila hali ya kijeni na jinsi inavyorithishwa kutoka kizazi kimoja hadi kingine.



## Kwa Nini Uchunguzi wa Mfuatano Ni Muhimu?

- **Hutambua hatari mapema:** Hutambua hali zilizorithishwa kabla ya dalili kuonekana.
- **Huongoza uzuiaji:** Huhimiza hatua ya mapema ili kulinda afya ya muda mrefu.
- **Huziwezesha familia:** Huzisaidia familia kuelewa hatari za pamoja na kufanya maamuzi ya busara pamoja.

## Je, Uchunguzi wa Mfuatano Husaidia Vipi Kwa Lp(a)?

Lp(a) ya juu ni kigezo cha hatari kwa ugonjwa wa moyo na kiharusi ambacho kwa kiasi kikubwa huthibitishwa na vinasaba. **Uchunguzi wa mfuatano husaidia kutambua viwango vya juu kwa wanafamilia wa karibu, kama vile wazazi, ndugu, na watoto.** Wanafamilia wanapofahamu viwango vyao mapema, wanaweza kuchukua hatua za kupunguza hatari yake.

## Ninapaswa Kufanya Nini Sasa?

### 1 Pimwa Lp(a)

Miongozo ya sasa inapendekeza kuwa **kila mtu mzima anapaswa kupimwa Lp(a) angalau mara moja maishani mwake.** Paneli wastani ya mafuta haijumuishwi kwenye kipimo hiki. Mwombe daktari wako akufanyie kipimo rahisi cha damu cha Lp(a) ili kubaini kiwango chako.

### 2 Chukua Hatua Iwapo Kiwango Chako cha Lp(a) Kipo Juu

Iwapo kiwango chako kipo juu, huenda wazazi, ndugu, au watoto wako wana viwango vya juu. Wafahamishe ili waweze kupimwa. Daktari wako anaweza kukuelezea maana ya kiwango chako na jinsi wewe na familia yako mnaweza kupunguza hatari ya ugonjwa wa moyo na kiharusi.