

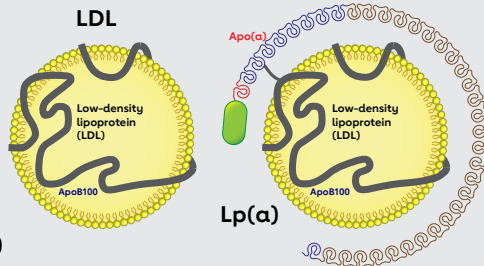
# Ania ti Lipoprotein(a)?

## Ania ti Lp(a)?

- Ti Lipoprotein(a), wenna Lp(a), ket maysa a lipoprotein nga awit-awit ti kolesterol iti dalam. **Kaaduanna a natawid ti lebel-mo.**

- Maapektaran ti nangagto a lebel ti Lp(a) ti agarup 1 iti 5 a tattao** iti sangalubongan

- Ti Lp(a) ket umasping iti low-density lipoprotein (LDL), a masansa a maawagan iti "dakes" a kolesterol, ngem addaan daya iti ekstra a protina a maawagan iti apo(a). Daytoy nga ekstra a protina ti mamagbalin iti Lp(a) nga ad-adda a mangpataud iti panagurnong ti plake kadagiti arteria ken mangkissay iti panagayus ti dara ngem iti LDL. **No nangato ti lebel ti Lp(a)-mo, daytoy a panagurnong ken pannakakissay ti panagayus ti dara ket mabalina a mangpadakkel iti peggadmo iti atake ti puso, istrok, sakit ti peripheral artery, ken aortic stenosis.**

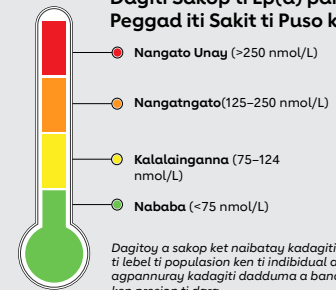


Dagiti LDL ken Lp(a) Particle

## Apay a masapul nga ammok ti lebel ti Lp(a)-ko?

- No ti lebel ti Lp(a)-mo ket **125 nmol/L (50 mg/dL) wenna nangatngato pay**, mabalina dumakkel ti peggadmo iti sakit ti puso ken istrok, ken no ti lebel-mo ket **250 nmol/L (100 mg/dL) wenna nangatngato pay**, mabalina nga agdoble iti peggadmo.

Dagiti Sakop ti Lp(a) para iti Peggad iti Sakit ti Puso ken Istrok



Adu a tattao ti awanan iti sintoma.

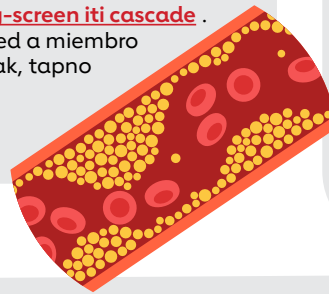
Mabalina maipakita ti simple a panageksamen ti dara ti lebel ti Lp(a)-mo. Isingasing dagiti agdama a pagannurotan a **tunggal nataengan ket masubok iti uray maminsan laeng iti panagbiagda**. Mabalina nangnangruna a napateg ti panangsubok no addaanka iti:

- Pamilia wenna personal a pakasaritaan ti premature a sakit ti puso (kayatna a sawen nga awan pay 55 para kadagiti lallaki ken nababbaba ngem 65 para kadagiti babai)
- Ammo a pakasaritaan ti pamilia ti nangato nga Lp(a)
- Panangdayagnos iti familial hypercholesterolemia (FH) - maysa a natawid a kasasaad no sadino ket mabalina maipasngay dagiti tattao nga addaan iti nangato unay a lebel ti LDL

## Adda kadi dadduma pay a banag a mamagpeggad kaniak iti nangato nga Lp(a)?

- Dagiti lebel ti Lp(a) ket agannayas a nangatngato kadagiti tattao a nagtaud iti Africa ken dagiti populasion ti South Asia.
- Mabalina met laeng nga umadu ti lebel iti sumagmamano a tukad ti biag kas iti **panagsikog** ken **panag-menopause**.
- Dagiti kasasaad a kas iti sakit ti bato, sakit ti dalem, parikut iti thyroid, ken mabalina a mangingato iti lebel ti Lp(a).

No nangato ti lebel ti Lp(a)-mo, mairekomendar iti **panag-screen iti cascade**. Kaipapananna daytoy ti panageksamen kadagiti nasinged a miembro ti pamilia, agraman dagiti nagannak, kakabsat, ken annak, tapno masarakan dagiti dadduma a mabalina nga apeggad.



## Ania ti mabalinko nga aramiden no addaanak ti nangato nga Lp(a)?

Uray no saan a mapababa dagiti panagbalbaliw iti estilo ti panagbiag dagiti lebel iti Lp(a), mabalimo a mapababa ti pakabuklan a peggadmo iti sakit ti puso ken istrok babaen ti:



Panangtarawidwid iti dadduma pay a peggad a kas iti kolesterol, presion ti dara, ken diabetes



Pannangan iti makapasalun-at iti puso a taraon



Pananggun-od iti regular a pisikal nga aktibidad



Panagtalinaed ti nasalun-at a timbang



Panagliklik kadagiti produkto ti tabako



Pananggun-od iti 7-9 nga oras a natalna a turog iti kada aldaw

**Ti pannakaammom iti lebel ti Lp(a)-mo ket makatulog kenka ken iti propesional iti panangtaripato iti salun-atmo a mangawat iti peggadmo ken mangaramid kadagiti addang tapno masaknibam ti pusom.**

Ammuen ti ad-adu pay iti [heart.org/lpa](http://heart.org/lpa) (website iti Ingles)