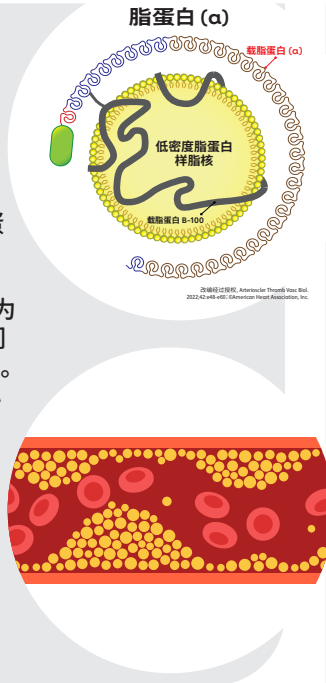


## 脂蛋白 (α) 是什么？

- Lp(a) 代表 lipoprotein (a) (脂蛋白 (α))，读作“zhi dan bai xiao ei”。它是一种家族遗传性脂蛋白，是心脏病的常见风险因素。
- 想象一下，您的血液就像一条流经您身体的河流，脂蛋白就是“船”，携带着胆固醇和类似物质。脂蛋白 (α) 和低密度脂蛋白 (“坏”胆固醇) 都有一个名为载脂蛋白 B-100 的“乘客”，不过脂蛋白 (α) 还有一个“乘客”，名为载脂蛋白 (α)。如果血液中有太多脂蛋白 (α)“船”，它们就会粘在血管壁上，使“河流”变窄、血液更难顺畅流动。医生检查脂蛋白 (α) 是因为其水平过高会增加罹患心脏病的风险。
- 全球约有 1/5 的人受脂蛋白 (α) 水平偏高的影响。



## 为什么我应当知道自己的脂蛋白 (α) 水平？

- 脂蛋白 (α) 水平偏高会导致斑块积聚，从而使动脉狭窄、血流减少。还会增加炎症和凝血，使血凝块更难分解，进而导致斑块破裂。斑块积聚和破裂最终都会阻碍血液流向心脏、大脑、肾脏和肺部等重要器官。
- 脂蛋白 (α) 水平  $\geq 50$  mg/dL (或  $\geq 125$  nmol/L) 会增加心脏病发作、卒中、外周动脉疾病 (PAD)、主动脉狭窄及其他心脏疾病的风险。

许多人没有症状。

即使您保持健康的生活方式并控制住其他心脏病风险因素，您的脂蛋白 (α) 水平也可能偏高。如果您有以下情况，请咨询医生：

- 家族或个人有早发心脏病史 (指男性小于 45 岁，女性小于 55 岁发病)
- 已知有脂蛋白 (α) 偏高家族史
- 诊断出家族性高胆固醇血症 (FH) - 一种导致身体的低密度脂蛋白胆固醇代谢能力差的遗传性疾病

## 还有其他因素会使我面临脂蛋白 (α) 水平偏高的风险吗？

- 种族 - 非洲裔黑人和南亚人群的脂蛋白 (α) 水平往往最高。
- 遗传 - 脂蛋白 (α) 水平主要是遗传而来，但有些情况也会导致其升高，例如糖尿病、慢性肾脏疾病以及绝经后。

如果您的近亲属存在脂蛋白 (α) 偏高的情况，请您务必接受检测，并鼓励其他家人 (如父母、兄弟姐妹和子女) 也接受检测。向您的医生咨询 **级联筛查** 等基因检测方案。

## 如果我的脂蛋白 (α) 偏高，应该怎么办？

虽然改变生活方式并不能降低脂蛋白 (α) 水平，但通过以下方式降低罹患心脏病的总体风险是极为重要的：



**向您的医疗保健专业人员了解脂蛋白 (α) 以及如何降低今后出现心脏病发作和卒中的风险。**

更多信息请访问 [heart.org/lpa](http://heart.org/lpa)