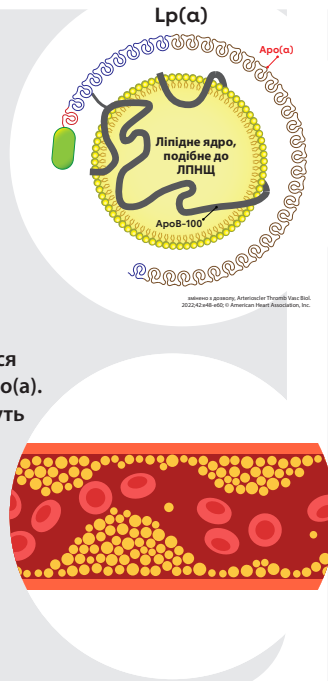


Що таке ЛП(а)?

- ЛП(а) розшифровується як "ліпопротеїн «а» маленьке". Це тип ліпопротеїнів, рівень якого визначається спадковістю і який є поширеним фактором ризику серцевих захворювань.
- Уявіть, що кров схожа на річку, яка тече через тіло, а човники, які називаються ліпопротеїнами, переносять холестерин та інші подібні речовини. І ліпопротеїн (а) [ЛП(а)], і ліпопротеїни низької щільності (ЛПНЩ), або «поганий» холестерин, мають пасажирів, що називається АпоВ-100, але у ЛП(а) є ще й додатковий пасажир — Апо(а). Якщо в крові занадто багато човників ЛП(а), вони можуть прилипати до стінок кровоносних судин, звужуючи річку та ускладнюючи безперешкодний рух крові. Лікарі перевіряють рівень ЛП(а), оскільки його надлишок може збільшити ризик серцевих захворювань.
- Високий рівень ЛП(а) спостерігається приблизно в 1 з 5 осіб у всьому світі.



Навіщо мені знати свій рівень ЛП(а)?

- Високий рівень ЛП(а) може спричинити накопичення бляшок, звуження артерій і зменшення кровотоку. Це також призводить до збільшення запалення й згортання крові, що ускладнює розщеплення згустків, і може спричинити розрив бляшок. Як накопичення, так і розрив бляшок може стати причиною блокування кровотоку до життєво важливих органів, як-от серце, мозок, нирки та легені.
- Рівень ЛП(а) 50 мг/дл (чи ≥ 125 нмоль/л) або більше підвищує ризик серцевого нападу, інсульту, захворювання периферичних артерій (ЗПА), аортального стенозу та інших серцевих захворювань.

У більшості людей симптоми відсутні.

У вас може бути високий рівень ЛП(а), навіть якщо ви ведете здоровий спосіб життя та контролюєте інші ризики серцевих захворювань. Проконсультуйтеся з лікарем, якщо:

- У сімейному або особистому анамнезі є випадки передчасних захворювань серця (мається на увазі вік до 45 років для чоловіків і до 55 років для жінок)
- У сімейному анамнезі були випадки підвищеного рівня ЛП(а)
- Діагноз сімейної гіперхолестеринемії (СГ) — спадкового стану, за якого організм погано переробляє холестерин ЛПНЩ

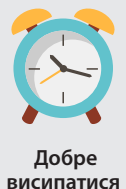
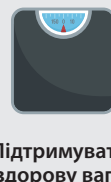
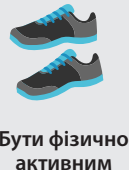
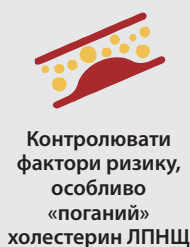
Чи існують інші фактори, які підвищують ризик підвищення рівня ЛП(а)?

- Етнічна приналежність — темношкірі люди африканського походження та вихідці з Південної Азії зазвичай мають найвищі рівні ЛП(а).
- Генетика — рівень ЛП(а) здебільшого зумовлений генетичними факторами, але деякі стани можуть сприяти його підвищенню, наприклад діабет, хронічні захворювання нирок і період після менопаузи.

Якщо в когось із ваших близьких родичів високий рівень ЛП(а), важливо зробити аналіз і заохотити інших членів сім'ї, наприклад батьків, братів, сестер і дітей, зробити те саме. Дізнайтеся у свого лікаря про варіанти генетичного обстеження, зокрема [каскадний скринінг](#).

Що робити, якщо в мене високий рівень ЛП(а)?

Хоча зміна способу життя не допоможе знизити рівень ЛП(а), важливо зменшити загальний ризик серцево-судинних захворювань таким чином:



Запитайте у свого лікаря про ЛП(а) і про те, як зменшити ризик серцевого нападу та інсульту в майбутньому.

Дізнайтеся більше на вебсайті heart.org/lpa