زما د Lp(a) خطر درک کول

دا پاڼه خپل ملاقات ته راوړئ او د خپل روغتیایي پاملرنې له مسلکي سره د خبرو اترو د لارښوونې لپاره یې وکاروئ.

په Lp(a) پوهیدل

لیپوپروتین (a)، یا Lp (a)، ستاسو په وینه کې د کولیسترول لیږدونکی لیپوپروتین دی. **ستاسو کچه تر ډېره په میراثي ډول ده، او کله چې لوړه وي، نو دا کولی شي چې ستاسو د زړه ناروغۍ او د سکتې خطر زیات کړي.**

د کولیسټرول منظم معاینه (د لیپید معاینه) ستاسو Lp(a) نه ګوري. ستاسو د وینې د کچې د پوهیدو یوازینۍ لار د وینې یوه ساده معاینه ده چې ستاسو د روغتیایي پاملرنې د مسلکي لخوا امر شوې وي.

اوسني لارښوونې سپارښتنه کوي چې **ډیر بالغ کسان لږترلږه په خپل ژوند کې یو ځل د Lp(a) لپاره معاینه شي.** معاینه ممکن په ځانګړي ډول مهمه وي که تاسو لرئ:

- ❑ د زړه د ناروغۍ کورنۍ یا شخصي تاریخچه (د نارینه وو لپاره له 55 کلونو څخه کم او د ښځو لپاره له 65 کلونو څخه کم)
- ❑ د لوړ Lp(a) پیژندل شوي کورنۍ تاریخچه
- ❑ د کورنۍ هایپرکولیسټرولیمیا (FH) تشخیص، یوه میراثي ناروغي چې پکې خلک ممکن د خورا لوړې LDL کچې سره زیږیدلي وي.

ستاسو د زړه ناروغۍ او د سکتې خطر په څو فکتورونو پورې اړه لري، نه یوازې د Lp(a) پورې. ستاسو د روغتیا پاملرنې مسلکی کولی شي چې تشریح کړي چې ستاسو د Lp(a) کچه ستاسو لپاره څه معنی لري.

زما په کچه پوهیدل

د زړه ناروغۍ او د سکتې خطر لپاره د Lp(a) حدود

- **ډیر لوړ** (>250 nmol/L)
- **لوړ** (125–250 nmol/L)
- **متوسط** (75–124 nmol/L)
- **ټیټ** (<75 nmol/L)

دا سلسلې د نفوسو د کچې د اټکلونو پر بنسټ دي او انفرادي خطر په نورو فکتورونو لکه عمر او د وینې فشار پورې اړه لري.

زما د Lp(a) کچه: ________

- زما د Lp(a) کچه څه معنی لري؟

___

___

- زما د Lp(a) کچه زما په عمومي روغتیا کې څنګه ځای لري؟

___

___

- ایا زما د کورنۍ غړي هم باید معاینه شي؟

___

زما په اختیارونو پوهیدل

د ژوند طرز بدلونونه، Lp(a) نه کموي، مګر دوی د زړه ناروغۍ او سکتې لپاره ستاسو د ټولیز خطر په کمولو کې مرسته کوي .

- ایا زما د Lp(a) کچه د زړه ناروغۍ یا د سکتې خطر زیاتوي؟

___

___

- د خپل خطر کمولو لپاره زه د ژوند په طرز کې کوم بدلونونه راوستلی شم؟

___

___

- ایا داسې درمل شته چې زه یې باید واخلم یا یې باید ولرم ترڅو خپل خطر کم کړم؟

___

___

- د Lp(a) په اړه نور معلومات چیرته موندلی شم؟

___

___

د Lp(a) ګټورې سرچینې په heart.org/Lpa (په انګلیسي ژبه ویب پاڼه) کې وپلټئ

© د چاپ حق 2026 American Heart Association, Inc. ,501(c)(3) a غیر انتفاعي. ټول حقونه خوندي دي. غیر مجاز استعمال منع دی. WF-1319664 3/26