Pag-unawa sa Aking Lp(a) Risk

Dalhin ang papel na ito sa iyong appointment at gamitin ito para gabayan ang pakikipag-usap mo sa iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan.

Pag-unawa sa Lp(a)

Ang Lipoprotein(a), o Lp(a), ay isang cholesterol-carrying lipoprotein sa iyong dugo. **Malamang na namana mo ang level mo, at kapag mataas ito, mapapataas nito ang panganib mong magkaroon ng sakit sa puso at ma-stroke**.

Hindi chine-check ng regular na cholesterol test (lipid panel) ang Lp(a) mo. Ang tanging paraan para malaman ang level mo ay sa pamamagitan ng isang simpleng blood test na iuutos ng iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan.

Inirerekomenda ng mga kasalukuyang alituntunin na **magpa-test ng Lp(a) ang bawat adult nang kahit man lang isang beses sa buong buhay nila.** Partikular na mahalaga ang pagpapa-test kung mayroon ka ng mga sumusunod:

- ❑ May family o personal history ng premature heart disease (wala pang 55 para sa kalalakihan at wala pang 65 sa kababaihan)
- ❑ Alam mong may family history kayo ng mataas na Lp(a)
- ❑ Diagnosis ng familial hypercholesterolemia (FH), isang namamanang kondisyon kung saan ipinapanganak nang may napakatataas na LDL level ang mga tao.

Nakadepende ang panganib mo sa sakit sa puso at stroke sa maraming salik, hindi lang sa Lp(a). Maipapaliwanag sa iyo ng iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalsugan kung ano ang epekto sa iyo ng Lp(a) level mo.

Pag-unawa sa Aking Level

Mga Lp(a) Range para sa Panganib ng Sakit sa Puso at Stroke

- **Napakataas** (>250 nmol/L)
- **Mataas** (125–250 nmol/L)
- **Katamtaman** (75–124 nmol/L)
- **Mababa** (<75 nmol/L)

Ang mga range na ito ay nakabatay sa mga pagtatantya sa antas ng populasyon at nakadepende ang panganib ng indibidwal sa iba pang salik gaya ng edad at presyon ng dugo.

Lp(a) level ko: _______

- Ano ang ibig sabihin ng Lp(a) level ko?

____

____

- Paano makakaapekto ang aking Lp(a) level sa pangkalahatan kong kalusugan?

____

____

- Dapat din bang magpa-test ang mga kapamilya ko?

____

____

Pag-unawa sa Aking Mga Opsyon

Hindi nakakatulong ang mga pagbabago sa lifestyle para mapababa ang Lp(a), pero nakakatulong ang mga ito na **mapababa ang pangkalahatan mong panganib na magkaroon ng sakit sa puso at ma-stroke**.

- Pinapataas ba ng Lp(a) ko ang panganib kong magkaroon ng sakit sa puso o ma-stroke?

____

____

- Anong mga pagbabago sa lifestyle ang puwede kong gawin para mapababa ang panganib ko?

____

____

- May mga gamot ba na dapat kong inumin o dapat kong ipagpatuloy na inumin para mapababa ang panganib ko?

____

____

- Saan ako makakahanap ng higit pang impormasyon tungkol sa Lp(a)?

____

____

____

Mag-explore ng mga kapaki-pakinabang na resource tungkol sa Lp(a) sa heart.org/Lpa (website sa Ingles).

© Copyright 2026 American Heart Association, Inc., isang 501(c)(3) not-for-profit. Nakalaan ang lahat ng karapatan. Ipinagbabawal ang hindi awtorisadong paggamit. WF-1319664 3/26