

အဆီပရိုတင်း (Lipoprotein) (α)- ယုံမှားချက်များနှင့် အချက်အလက်မှန်များ



ယုံမှားချက် - LDL (အညံ့) ကိုလက်စထရောပမာဏသည် ပုံမှန်ဖြစ်ပါက Lp(α) ပမာဏတိုင်းတာစစ်ဆေးရန် မလိုပါ။



အချက်အလက်မှန် - LDL (အညံ့) ကိုလက်စထရော နှင့် Lipoprotein(α) သို့မဟုတ် Lp(α) တို့သည် မတူကြပါ။ ပုံမှန်ကိုလက်စထရောစစ်ဆေးမှုတွင် Lp(α) ပမာဏကို တည့်မတိုင်းတာပါ။ LDL ပမာဏ ပုံမှန်အနေအထား၌လည်း Lp(α) များနေနိုင်သည်။ Lp(α) ပမာဏကို သိလိုပါက ဆရာဝန်ညွှန်ကြားချက်ဖြင့် သီးခြားစစ်ဆေးရပါသည်။



ယုံမှားချက် - Lp(α) ကြောင့် နှလုံးကျန်းမာရေး မထိခိုက်နိုင်ပါ။



အချက်အလက်မှန် - Lp(α) များနေလျှင် နှလုံးရောဂါရနိုင်ခြေနှင့် လေဖြတ်နိုင်ခြေတို့ တိုးလာသည်။ သို့ဖြစ်ရာ ပမာဏတိုင်းတာသိရှိထားပါက နှလုံးနှင့်နှေးနှော ကျန်းမာရေးအတွက် ဆောလျင်စွာ ကြိုတင်ကာကွယ်နိုင်ပါမည်။



ယုံမှားချက် - သက်ဆိုင်ရာရောဂါလက္ခဏာများ မရှိသဖြင့် Lp(α) တိုင်းတာစစ်ဆေးရန် မလိုပါ။



အချက်အလက်မှန် - မည်သည့်ရောဂါလက္ခဏာမျှ မပြသည့်တိုင် Lp(α) ပမာဏသည် များနေတတ်ပါသည်။ လက်ရှိလမ်းညွှန်ချက်များအရ အရွယ်ရောက်ပြီးသူများသည် တစ်သက်လျှင်တစ်ကြိမ်ထက်မနည်း သွေးစစ်ထားသင့်ပါသည်။ ဤအခြေအနေများ ရှိပါကမူ သွေးစစ်ထားရန် အထူးလိုအပ်နိုင်သည် -

- မိသားစု သို့မဟုတ် သင်္ကေတတိုင် အရွယ်မတိုင်ခင် နှလုံးသွေးကြောဆိုင်ရာရောဂါ ဖြစ်ပွားသည့် ရာဇဝင်ရှိခြင်း (အမျိုးသားဖြစ်ပါက အသက် 55 နှစ်အောက်နှင့် အမျိုးသမီးဖြစ်ပါက အသက် 65 နှစ်အောက်)
- မိသားစုတွင် Lp(α) မြင့်မားသည့် ရာဇဝင်ရှိကြောင်း သိရှိထားခြင်း
- မွေးရာပါ LDL အလွန်များခြင်း Familial Hypercholesterolemia (FH) ရှိကြောင်း စစ်ဆေးတွေ့ရှိထားခြင်း



ယုံမှားချက် - Lp(α) အနည်းအများသည် မျိုးရိုးမလိုက်တတ်ပါ။



အချက်အလက်မှန် - Lp(α) ပမာဏသည် များသောအားဖြင့် မျိုးရိုးလိုက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။ ပမာဏများနေပါက နှလုံးရောဂါရနိုင်ခြေနှင့် လေဖြတ်နိုင်ခြေတို့ တိုးလာသည်။ သင့်၌ Lp(α) များနေပါက Cascade screening လုပ်ရန် အကြံပြုအပ်ပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ သွေးနီးမိသားစုဝင်များဖြစ်သည့် မိဘ၊ မွေးချင်းနှင့် သားသမီးများ၌လည်း အန္တရာယ်ကြိုနိုင်ခြေရှိသူများကို ကြိုတင်ဖော်ထုတ်ရန် စစ်ဆေးခြင်းဖြစ်သည်။



ယုံမှားချက် - Lp(α) အနည်းအများသည် ကျွန်ုပ်အပါအဝင် လူတိုင်းအတွက် တစ်သမတ်တည်း မဟုတ်ပါ။



အချက်အလက်မှန် - Lp(α) ပမာဏအနည်းအများကို ဆုံးဖြတ်ပေးနိုင်သော အကြောင်းအချက်အချို့ ရှိသည်။ အာဖရိကန်နှင့်တောင်အာရှ မျိုးရိုးရှိလျှင်ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ သွေးဆုံးခြင်း အစရှိသော ဘဝအပိုင်းအခြားများ၌ဖြစ်စေ၊ ကျောက်ကပ်၊ အသည်း၊ သိုင်းရွိုက် ရောဂါများ ရှိလျှင်ဖြစ်စေ Lp(α) များတတ်သည်။



ယုံမှားချက် - ကျန်းမာရေးနှင့်အညီ စားသောက်ရုံမျှဖြင့်၊ ကာယလှုပ်ရှားမှု ပုံမှန်လုပ်ရုံမျှဖြင့် Lp(α) ပမာဏလျော့နည်းစေနိုင်သည်။



အချက်အလက်မှန် - နေထိုင်စားသောက်ပုံ ပြောင်းလဲရုံမျှဖြင့် Lp(α) ပမာဏ လျော့ကျစေနိုင်မည်မဟုတ်သော်လည်း နှလုံးကျန်းမာရေးအတွက် လိုက်စားနိုင်သော ကိစ္စများ ရှိသည်။ သင့်အနေဖြင့် နှလုံးရောဂါရနိုင်ခြေနှင့် လေဖြတ်နိုင်ခြေတို့ကို ဤနည်းများဖြင့် လျော့ချနိုင်သည် -

- | | |
|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| • ကိုလက်စထရော၊ သွေးပေါင်ချိန်၊ ဆီးချို ဆင်ခြင်ထိန်းညှိခြင်း | • ကာယလှုပ်ရှားမှု မှန်မှန်လုပ်ခြင်း |
| • နှလုံးကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်အောင် စားသောက်ခြင်း | • ဆေးရွက်ကြီးထုတ်ကုန်များ ဖြတ်ခြင်း |
| • ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော ကိုယ်အလေးချိန်ကို ထိန်းသိမ်းထားခြင်း | • နေ့စဉ် 7-9 နာရီ ကောင်းစွာအိပ်စက်ခြင်း |



ယုံမှားချက် - Lp(α) စစ်ဆေးမှုသည် ကျန်းမာရေးအာမခံထဲ အကျုံးမဝင်ပါ။



အချက်အလက်မှန် - အာမခံပလန်အများစုတွင် ဤစစ်ဆေးမှုသည် အကျုံးဝင်ပါသည်။ အကျုံးဝင်မဝင် ဖုန်းဆက်မေးမြန်းဖြစ်ပါက CPT code 83695 အတွက်ဟု ပြော၍မေးပါ။ ပလန်ထဲ အကျုံးမဝင်ပါက သင့်ဆရာဝန်က စရိတ်သက်သာသည့် စစ်ဆေးနည်းများဆီ ညွှန်းပေးနိုင်ပါသည်။