

# لیپوپروتئین (a) مرحله بعد؟



یک راهنمای ساده برای کمک به شما جهت گفتگو با پزشکتان درباره نتایج آزمایش.

## 1. چه مواردی را باید بدانم؟

پی بردن به اینکه لیپوپروتئین (a) یا Lp(a) بالایی دارید میتواند غافلگیرکننده باشد، زیرا این موضوع معمولاً هیچ نشانه‌ای ندارد. شما تنها نیستید؛ حدود یک نفر از هر پنج نفر در سراسر جهان دارای سطح بالای Lp(a) هستند. بالا بودن Lp(a) ممکن است خطر ابتلا به بیماریهای قلبی و سکتته را افزایش دهد، اما خطر کلی شما به عوامل متعددی بستگی دارد و تنها محدود به Lp(a) نیست. گامهایی موجود هستند که میتوانید برای محافظت از قلب و مغز خود بردارید. در حالی که هنوز دارویی بهطور اختصاصی برای کاهش Lp(a) ساخته نشده است، داشتن عادات سالم و مدیریت سایر عوامل خطر میتواند کمککننده باشد. به دلیل اینکه سطح Lp(a) شما عمدتاً ارثی است، ایده خوبی است که نزدیکان شما نیز مورد آزمایش قرار گیرند.

سطح Lp(a) من: \_\_\_\_\_

این سوالات میتوانند به هدایت گفتگوی شما با متخصص مراقبتهای بهداشتی در طول ملاقاتتان کمک کنند.

### درباره برنامه مراقبتی من



چه کارهایی میتوانم در حال حاضر انجام دهم تا خطر ابتلا به بیماری قلبی و سکتته را کاهش دهم؟

\_\_\_\_\_

آیا نیاز است مصرف دارویی را شروع کنم یا تغییری در داروهایم ایجاد کنم؟

\_\_\_\_\_

سلامت قلب من چگونه در طول زمان پیش خواهد شد؟

\_\_\_\_\_

آیا گروههای حمایتی یا منابعی برای افراد دارای Lp(a) بالا وجود دارد؟

\_\_\_\_\_

سایر موارد

\_\_\_\_\_

### درباره خطر ابتلای من



سطح Lp(a) من چه معنایی برای خطر کلی ابتلا به بیماری قلبی یا سکتته دارد؟

\_\_\_\_\_

سایر شاخصهای من (کلسترول، فشار خون، قند خون) چگونه بر میزان خطر من تأثیر میگذارند؟

\_\_\_\_\_

آیا والدین، خواهر و برادرها یا فرزندان من باید مورد آزمایش قرار گیرند؟

\_\_\_\_\_

آیا این موضوع میتواند با یک بیماری خانوادگی مانند هایپرکلسترولمی فامیلی (FH) مرتبط باشد؟

\_\_\_\_\_

سایر موارد:

\_\_\_\_\_

(از پشت صفحه برای یادداشتهای مربوط به ویزیت استفاده کنید — چه کارهایی باید انجام شود، برنامههای پیگیری، اقدامات خانوادگی، اهداف یا یادآوریها)

درک سطح Lp(a) شما گامی مهم در مراقبت از قلبتان است.

## مراحل بعد من



این فضا برای یادداشتهای مربوط به ملاقات امروز است

### اهداف من



---

---

### سوالات و یادآوریها:



---

---

### امروز چه یاد گرفتم



---

---

---

### در مرحله بعد چه خواهیم کرد:



- تعیین وقت ملاقات پیگیری
- انجام آزمایشهای تشخیصی یا بررسیهای آزمایشگاهی
- گفتگو با پزشکم درباره برنامه مراقبتیام
- سایر موارد:

---

### ملاحظات خانوادگی

چه کسانی در خانواده من ممکن است به آزمایش یا پیگیری نیاز داشته باشند؟



---

