

# لوړ Lp(a): راتلونکی څه؟



يو ساده لارښود چې ستاسو د پاپيلو په اړه ستاسو د ډاکټر سره خبرې کولو کې مرسته کوي.

## 1. زه بايد په څه پوه شم؟

دا موندل چې تاسو لوړ لپوپروټين (a) يا Lp(a) لري، حيرانونکي کيدی شي ځکه چې دا معمولا هيڅ نښې نلري. تاسو يوازې نه ياست - په ټوله نړۍ کې شاوخوا په هرو پنځو کسانو کې يو يې لوړ Lp(a) لري. لوړ Lp(a) ممکن ستاسو د زړه ناروغۍ او د سکتې خطر زيات کړي، مگر ستاسو ټوليز خطر په ډيرو فکتورونو پورې اړه لري، نه يوازې Lp(a) پورې. د خپل زړه او دماغ د ساتنې لپاره تاسو کولی شئ چې گامونه پورته کړئ. که څه هم تر اوسه پورې د Lp(a) د کمولو لپاره په ځانگړي ډول درمل نه دي جوړ شوي، خو صحي عادتونه او د خطر د نورو فکتورونو اداره کول مرسته کولی شي. ځکه چې ستاسو Lp(a) تر ډېره په ميراثي ډول ليردول کېږي، نو دا ښه نظر دی چې ستاسو نږدې خپلوان هم معاینه شي.

## زما د Lp(a) کچه:

دا پوښتنې کولی شي چې ستاسو د ليدنې پرمهال ستاسو د روغتيايي پاملرنې مسلکي سره ستاسو د خبرو اترو لارښود کې مرسته وکړي.

### زما د پاملرنې د پلان په اړه



زه اوس څه کولی شم چې د زړه د ناروغۍ او د سکتې خطر کم کړم؟

ايا زه اړتيا لرم چې کوم درمل پيل کړم يا بدل کړم؟

زما د زړه روغتيا به د وخت په تيريدو سره څنگه تعقيب شي؟

ايا د لوړ Lp(a) لرونکو خلکو لپاره د ملاتړ ډلې يا سرچينې شتون لري؟

نور

### زما د خطر په اړه



زما د Lp(a) کچه زما د زړه د ناروغۍ يا سکتې د ټول خطر لپاره څه معنی لري؟

زما نورې شمېرې (کولېسترول، د وينې فشار، د وينې شکر) زما په خطر څنگه اغيزه کوي؟

ايا زما والدين، خویندې او وروڼه، يا ماشومان بايد معاینه شي؟

ايا دا د کورنۍ ناروغۍ لکه د کورنۍ هايپرکولېسترولېميا (FH) سره تړاو لري؟

نور:

(زما د ليدنې ياداشتونو لپاره شاته اړخ وکاروئ — څه بايد وکړو، د تعقيب پلانونه، د کورنۍ مراحل، اهداف، يا يادونې)

ستاسو د Lp(a) کچې پوهيدل ستاسو د زړه پاملرنې لپاره يو مهم گام دی.

## زما راتلونکي پړاو



دا ځای د نن ورځې د لیدني د یاداشتونو لپاره دی.

زما اهداف



---

---

پوښتنې یا یادونې:



---

---

هغه څه چې ما نن زده کړل



---

---

---

زه به بیا څه وکړم



- د تعقیبي لیدني وخت تنظیم کړئ
- د لابراتوار کار یا معاینه ترلاسه کړئ
- زما د پاملرنې پلان په اړه زما د ډاکټر سره خبرې وکړئ
- نور: \_\_\_\_\_

د کورنۍ ملاحظې



زما په کورنۍ کې څوک ممکن معاینې یا تعقیب ته اړتیا ولري؟

---

