



了解脂蛋白 (a) 检测

1

脂蛋白 (a) 是什么？

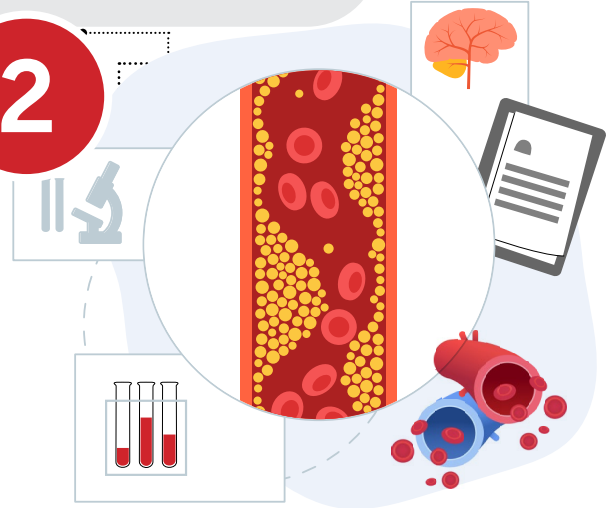
脂蛋白 (a) 简称 Lp(a)，是血液中一种携带胆固醇的脂蛋白。Lp(a) 偏高主要由遗传决定，水平偏高会增加心脏病与卒中的发病风险。大约五分之一的人脂蛋白 (a) 水平偏高，其中许多人并没有症状。

我要如何检测？

常规胆固醇检测 (血脂检查) 并不包含脂蛋白 (a) 检测。若您想了解您的脂蛋白 (a) 水平，请向专业医护人员申请进行脂蛋白 (a) 检测。现行指南建议每位成年人一生中至少检测一次。尤其建议以下人群进行检测：

- 家族或个人有早发心脏病史 (指男性小于 55 岁，女性小于 65 岁发病)
- 已知有脂蛋白 (a) 偏高家族史
- 被诊断出患有家族性高胆固醇血症 (FH)，这是一种遗传性疾病，患者出生时低密度脂蛋白胆固醇 (LDL) 水平就有可能非常高

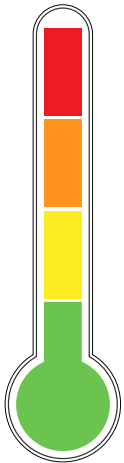
2



3

我的结果意味着什么？

心脏病和卒中的风险由多种因素共同决定，脂蛋白 (a) 是其中之一。如果您的脂蛋白 (a) 水平达到 125 nmol/L (50 mg/dL) 或更高，您患心脏病和卒中的风险可能会升高，而如果您的水平达到 250 nmol/L (100 mg/dL) 或更高，您的这一风险可能会翻倍。专业医护人员可以为您解读这些水平对您意味着什么，并帮助您规划后续步骤。



4

我应如何降低我的风险？

虽然改变生活方式并不能降低脂蛋白 (a) 水平，但通过以下方式降低您罹患心脏病和卒中的总体风险是极为重要的：



控制其他风险因素，例如胆固醇、血压和糖尿病



采纳有益心脏健康的饮食习惯



定期进行身体活动



保持健康体重



避免使用烟草制品



每天保证 7-9 小时的优质睡眠

5

脂蛋白 (a) 检测是否在我的医疗保险承保范围内？

大多数保险计划都覆盖这项检测。致电查询时，请告知 CPT 代码 83695。如果您的保险计划不覆盖此项检测，您的专业医护人员或许可以帮助您找到更经济实惠的检测方案。

如果您的脂蛋白 (a) 水平偏高，建议进行级联筛查。这意味着需要对您的直系亲属进行检测，包括父母、兄弟姐妹和子女，以找出其他可能存在相关风险的人群。

向您的专业医护人员了解脂蛋白 (a) 以及如何降低罹患心脏病和卒中的风险。
如需了解更多信息，请访问 heart.org/Lpa (英文网站)