



瞭解 Lp(a) 檢測

1

什麼是脂蛋白(a)?

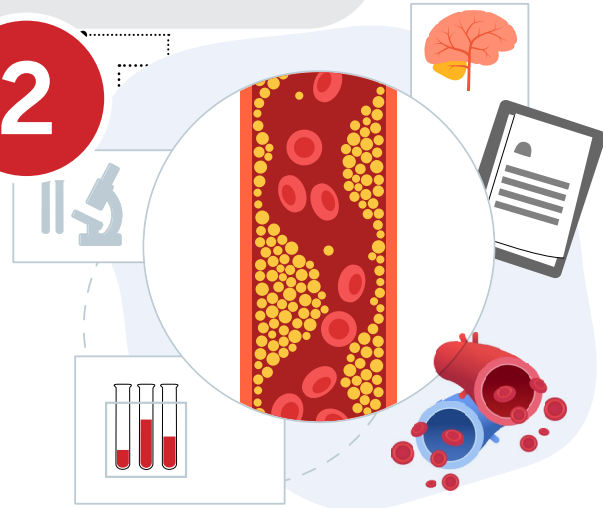
脂蛋白(a) 或 Lp(a) 是一種您血液中攜帶膽固醇的脂蛋白。您的濃度主要取決於遺傳因素，若濃度偏高，罹患心臟病與腦中風的風險會增加。每 5 人中大約會有 1 人有高 Lp(a)，且許多人都沒有症狀。

我該如何進行檢測？

定期膽固醇檢測 (脂質檢驗套組) 不會量測 Lp(a)。若要瞭解您的濃度，請要求您的健康照護人員進行 Lp(a) 檢測。目前的準則建議每位成人一生至少檢測一次。若您有以下情況，檢測可能就特別重要：

- 家族或本人有早發性心臟病病史 (男性年齡小於 55 歲，女性年齡小於 65 歲)
- 已知有高 Lp(a) 的家族病史
- 確診家族性高膽固醇血症 (FH) (一種遺傳性病)，患者可能在出生時就有非常高濃度的 LDL

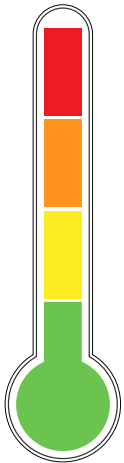
2



3

檢測結果有何意義？

造成心臟病和腦中風的因子有很多，Lp(a) 即是其中之一。若您的 Lp(a) 濃度為 125 nmol/L (50 mg/dL) 或更高，可能會增加您罹患心臟病和腦中風的風險，而若您的濃度為 250 nmol/L (100 mg/dL) 或更高，則可能會使您的風險倍增。您的健康照護人員可以向您說明您的濃度對您而言代表什麼意義，並協助您規劃後續步驟。



4

我該如何降低風險？

雖然改變生活習慣並不會降低 Lp(a) 濃度，但重點是您可以透過以下措施，降低整體心臟病和腦中風的風險：



管理膽固醇、血壓和糖尿病等其他風險因子



維持有益心臟健康的飲食



定期進行體能活動



維持健康體重



避免使用菸草產品



每天安穩睡眠 7-9 小時

5

我的健康保險會給付 Lp(a) 檢測嗎？

大多數保險計畫都會給付此檢測。撥打電話進行確認時，請提及 CPT 代碼 83695。若您的計畫不給付，您的健康照護人員或許可以協助尋找更多在您的負擔能力範圍內的檢測選項。

若您的 Lp(a) 濃度過高，建議您進行家族基因篩檢。這表示對您的父母、兄弟姊妹和子女等近親家族成員進行檢測，以找出其他可能有風險的成員。

請向您的健康照護人員諮詢 Lp(a) 相關事宜，以及瞭解如何降低心臟病與腦中風的風險。
造訪 heart.org/Lpa (英文網站) 瞭解更多資訊