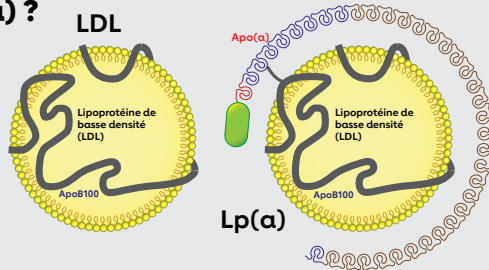


Qu'est-ce que la Lp(a) ?

- La lipoprotéine (a), ou Lp(a), est une lipoprotéine qui transporte le cholestérol dans le sang. Son taux est en grande partie héréditaire.



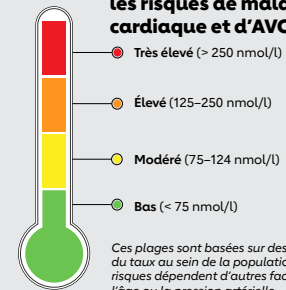
Particules de LDL et Lp(a)

- Environ 1 personne sur 5 dans le monde présente un taux de Lp(a) élevé.
- La Lp(a) est similaire à la lipoprotéine de basse densité (LDL), souvent appelée « mauvais » cholestérol, mais la Lp(a) dispose d'une protéine supplémentaire appelée Apo(a). Cette protéine supplémentaire rend la Lp(a) plus susceptible de former une accumulation de plaques dans les artères et de réduire le débit sanguin, par rapport à la LDL. En cas de taux de Lp(a) élevé, cette accumulation et la réduction du débit sanguin peuvent augmenter le risque de crise cardiaque, d'AVC, de maladie artérielle périphérique et de sténose aortique.

Pourquoi devrais-je connaître mon taux de Lp(a) ?

- Un taux de Lp(a) supérieur ou égal à 125 nmol/l (50 mg/dl) peut augmenter le risque de maladie cardiaque et d'AVC. Un taux supérieur ou égal à 250 nmol/l (100 mg/dl) peut doubler ce risque.

Plages de Lp(a) pour les risques de maladie cardiaque et d'AVC



De nombreuses personnes ne présentent pas de symptômes.

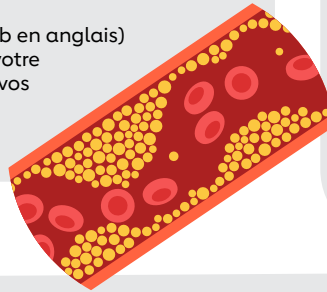
Une simple prise de sang permet de connaître votre taux de Lp(a). Les directives actuelles recommandent que chaque personne adulte se fasse tester au moins une fois dans sa vie. Se faire tester peut être particulièrement important dans les cas suivants :

- Antécédents familiaux ou personnels de maladie cardiaque prématurée (avant 55 ans chez les hommes et avant 65 ans chez les femmes)
- Antécédents familiaux connus de taux de Lp(a) élevé
- Diagnostic d'hypercholestérolémie familiale (HF), une maladie héréditaire qui entraîne des taux élevés de lipoprotéine de basse densité (LDL) dès la naissance

Existe-t-il d'autres facteurs susceptibles d'augmenter le risque associé à un taux de Lp(a) élevé ?

- Le taux de Lp(a) a tendance à être plus élevé chez les personnes d'origine africaine et les populations sud-asiatiques.
- Ce taux peut également augmenter à différents stades de la vie, par exemple pendant la grossesse et la ménopause.
- Certaines affections peuvent également augmenter le taux de Lp(a), par exemple une maladie rénale ou hépatique, ou encore des problèmes de thyroïde.

Si votre taux de Lp(a) est élevé, **un dépistage familial** (site Web en anglais) est recommandé. Cela consiste à faire tester les membres de votre famille proche, y compris vos parents, vos frères, vos sœurs et vos enfants, afin de déterminer s'ils présentent un risque.



Que puis-je faire si je présente un taux de Lp(a) élevé ?

Bien qu'une modification de votre mode de vie ne puisse pas faire baisser votre taux de Lp(a), vous pouvez limiter votre risque global de maladie cardiaque et d'AVC de la façon suivante :



Gérer d'autres facteurs de risque tels que le cholestérol, la pression artérielle et le diabète



Adopter une alimentation bonne pour le cœur



Faire régulièrement de l'activité physique



Maintenir un poids sain



Éviter de consommer des produits à base de tabac



Dormir 7 à 9 heures de sommeil réparateur par jour

Connaître votre taux de Lp(a) vous permet, à vous et à votre professionnel de santé, de mieux comprendre les risques que vous encourez et de prendre des mesures pour protéger votre cœur. Consultez heart.org/lpa pour en savoir plus (site Web en anglais)