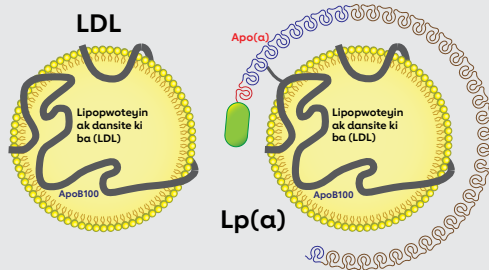


Kisa Lp(a) ye?

- Lipopwoteyin(a) oswa Lp(a) se yon lipopwoteyin ki pote kolestewòl nan san w. **Nivo w prensipalman ereditè.**

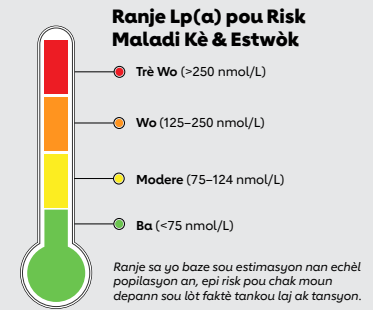


Patikil LDL ak Lp(a)

- Nivo Lp(a) ki wo afekte anviwon 1 moun sou 5 nan mond lan**
- Lp(a) menm jan ak lipopwoteyin dansite ki ba (LDL), yo rele souvan "move kolestewòl", men li genyen yon pwoteyin anplis yo rele apo(a). Pwoteyin anplis sa a fè Lp(a) gen plis chans pase LDL pou lakòz akimilasyon plak nan atè yo epi diminye sikilasyon san an. **Lè nivo Lp(a) ou wo, akimilasyon sa a ansanm ak diminisyon sikilasyon san an ka ogmante risk pou kriz kadyak, estwòk, maladi atè periferik, estenoz awòtik.**

Poukisa Mwen Ta dwe konnen nivo Lp(a) mwen an?

- Si nivo Lp(a) ou se **125 nmol/L (50 mg/dL) oswa pi wo**, risk pou w gen maladi kè ak estwòk ka ogmante, epi si nivo w se **250 nmol/L (100 mg/dL) oswa pi wo**, risk ou a kapab double.



Anpil moun pa genyen sentòm.

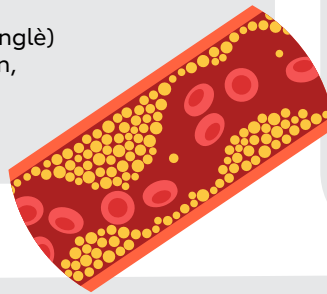
Yon senp tès san ka montre nivo Lp(a) ou a. Direktiv aktyèl yo rekòmande pou **chak granmoun fè tès la omwen yon fwa nan lavi yo**. Tès la ka espesyalman enpòtan si ou gen:

- antesedan famiyal oswa pèsònèl maladi kè prematire (anvan 55 lane pou gason epi anvan 65 lane pou fanm)
- antesedan famiyal yo konnen pou Lp(a) ki wo
- Dyagnostik ipèkolestewolemifamiyal (FH) - yon maldi ereditè kote kèk moun ka fèt ak nivo LDL ki trè wo.

Èske genyen lòt faktè ki mete mwen arisk pou Lp(a) ki wo?

- Nivo Lp(a) gen tandans **pi wo nan moun ki gen orijin Afriken ak nan popilasyon Sid Azyatik.**
- Nivo yo ka ogmante tou nan kèk etap nan lavi tankou **gwozès ak menopoz.**
- Maladi tankou maladi ren, maladi fwa, oswa pwoblèm tiwoyid ka ogmante nivo Lp(a).

Si nivo Lp(a) ou wo, **depistaj an kaskad la** (sitwèb an Anglè) rekòmande. Sa vle di teste fanmi ki pre w, tankou paran, frè ak sè, ak pitit, pou jwenn lòt moun ki ka nan risk.



Kisa m ka fè si mwen genyen Lp(a) ki wo?

Byenke chanjman mòdvi yo pa ka bese nivo Lp(a) yo, ou ka bese risk jeneral ou pou fè maladi kè ak estwòk lè w:



Jere lòt faktè risk tankou kolestewòl, tansyon ak dyabèt



Suiv yon rejim ki bon pou kè w



Fè aktivite fizik regilye



kenbe yon pwa ki bon pou sante



Evite pwodui tabak yo



Dòmi 7 pou rive 9 èdtan somèy pou repare w chak jou

lè w konnen nivo Lp(a) ou sa ede ou menm ak pwofesyonèl swen sante ou konprann risk ou epi pran mezi pou pwoteje kè w. Aprann plis sou heart.org/lpa (sitwèb an Anglè)