



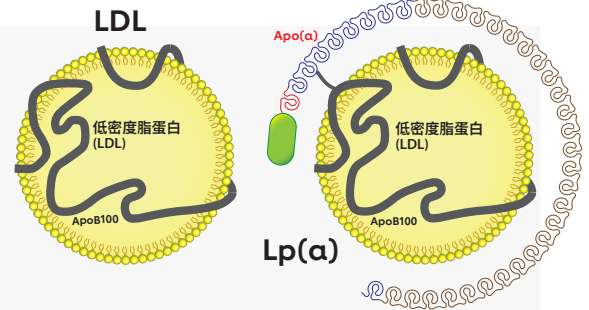
脂蛋白(a): 誤解與事實

誤解 1:

若我知道自己的 LDL「壞」膽固醇的數值,就不需要再進行 Lp(a) 檢測

事實: 脂蛋白 (a) 通常簡稱為 Lp(a), 與 LDL 膽固醇並不一樣。雖然兩者都含有有害或「壞」膽固醇, 但它們的組成和對提高心臟病風險的潛在影響不同。LDL 主要由膽固醇酯和其表面的 apoB 蛋白組成; Lp(a) 與 LDL 的組成相似, 但其中的 apoB 上額外附有稱為載脂蛋白 (a) (apo(a)) 的蛋白質。兩者構造上的差異賦予 Lp(a) 獨特的性質, 可能導致動脈中更容易形成斑塊與發炎, 而且 apo(a) 的結構與纖維蛋白溶酶原 (與凝血機制調控相關的蛋白質) 很相似, 因此也有機會提高血液凝結的風險。

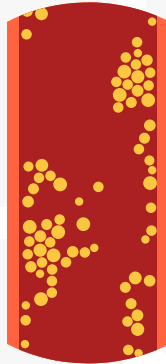
您可能會遇到 LDL 數值正常, 但 Lp(a) 濃度較高的情況。由於標準膽固醇檢測未包含 Lp(a), 請向您的醫師詢問接受 Lp(a) 檢測相關事宜。



誤解 2:

我不需要知道自己的 Lp(a) 濃度, 因為它不影響健康

事實: 若動脈中有過多的 Lp(a) 可能會導致脂肪儲積, 也就是所謂的**形成斑塊**, 會進而導致動脈變得狹窄並阻礙血流。若斑塊破裂, 就可能阻礙血液流進重要器官, 例如心臟、腦部、腎臟、肺臟與其他身體部位。這可能會導致心臟病發作、冠狀動脈疾病、主動脈狹窄、週邊動脈疾病 (PAD) 和腦中風等嚴重病症。所以, Lp(a) 濃度高可能會嚴重影響您的健康。



我沒有任何症狀, 所以我不需要檢測 Lp(a) 濃度

事實: 許多人在遭遇心臟病發作或中風等嚴重事件之前都沒有症狀。由於 Lp(a) 濃度**主要由遺傳決定**, 因此即便您保持健康的生活作息並控制所有其他心臟病風險因子, 您的 Lp(a) 濃度仍可能偏高。若您有以下情況, 請跟您的醫師討論:

- 已知有 Lp(a) 濃度高的家族病史
- 家族或本人有心臟病史或早發性心血管疾病
- 確診家族性高膽固醇血症 (FH), 這是一種人體回收 LDL 或壞膽固醇能力很差的遺傳性疾病

誤解 3:

誤解 4:

近親的 Lp(a) 濃度高, 並不代表我的 Lp(a) 濃度也會高

事實: Lp(a) 是一種基因遺傳性脂蛋白, 也是心臟病的常見獨立風險因子。如果您的家人中有人的 Lp(a) 濃度偏高, 請務必接受檢測, 並鼓勵其他家人也接受檢測。早期介入是降低心臟病風險的重要舉措。請向您的醫師就您的特殊需求, 諮詢**家族基因篩檢**以及其他基因檢測方案。



兒童無法進行 Lp(a) 檢測, 只有成人可以

事實: 出生時父母遺傳的基因決定了 Lp(a) 濃度。

Lp(a) 濃度通常在 5 歲左右就會穩定下來, 並從此保持一致。先前的研究顯示, 兒童 Lp(a) 濃度高與未來罹患早發性心血管疾病的風險較高有關。Lp(a) 濃度偏高的兒童應終生採取有益心臟健康的生活作息, 並致力於降低所有可控制的風險因子, 尤其是 LDL (壞) 膽固醇。

誤解 5:

誤解 6:

我的種族和性別不會影響我的 Lp(a) 濃度

事實: 儘管所有種族的人都會發生 Lp(a) 濃度高的情況, 但往往是南亞裔和非洲裔黑人具有最高的 Lp(a) 數值。此外研究顯示, 50 歲以上女性的 Lp(a) 濃度會比男性高。



誤解 7:

我可以透過藥物和改變生活作息來降低 Lp(a) 濃度

事實: 目前沒有任何藥物可以專門用來降低 Lp(a), 但您還是有很多事可以做, 以改善心臟健康。即便健康的生活方式無法直接降低您的 Lp(a) 濃度, 但也能夠大幅降低您罹患心臟病的風險。若您的 Lp(a) 濃度高, 請務必終生維持有益心臟健康的生活作息並管理所有其他風險因子 (尤其是您的 LDL 膽固醇)。建議您採取以下作為:



- 遵照指示服用處方用藥
- 不抽菸
- 攝取有益心臟健康的食物
- 規律運動
- 維持健康體重
- 限制酒精攝取
- 保持充足睡眠
- 定期追蹤回診, 監控並管理您的風險因子

令人振奮的消息。降低 Lp(a) 濃度的新療法正在開發中, 最快可於 2025 年上市。請與您的醫師討論, 並隨時掌握最新發展。

誤解 8:

健康保險不給付 Lp(a) 檢測

事實: 健康保險通常會給付 Lp(a) 檢測, 但如果您不確定您的計畫是否給付, 請與您的保險公司聯絡, 並提供檢測 CPT 代碼 83695 給對方, 以利釐清保險給付範圍。若您的保險不給付 Lp(a) 檢測, 您的醫師或許能協助您找到在您的負擔能力範圍內的方案。



請跟您的醫師討論 Lp(a) 並了解如何降低您的心臟病風險。

造訪 heart.org/lpa 瞭解更多資訊

© 2024 American Heart Association, Inc., 501(c)(3) 條款非營利組織。保留一切權利。未經授權禁止使用。