



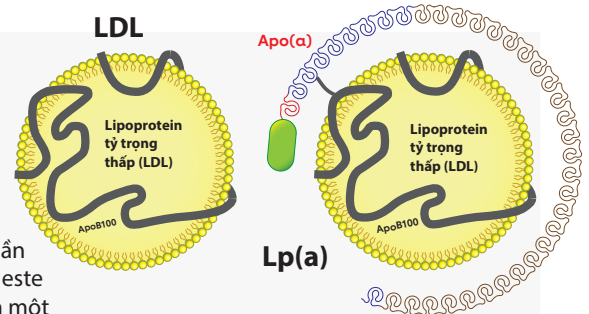
# Lipoprotein (a): Giải mã hiểu lầm

## Hiểu lầm 1:

**Nếu tôi biết chỉ số cholesterol “xấu” LDL của mình, tôi không cần phải xét nghiệm Lp(a)**

**Sự thật:** Lipoprotein (a), thường được viết tắt là Lp(a). Lp(a) khác với cholesterol LDL. Mặc dù cả hai đều chứa cholesterol có hại hoặc “xấu”, nhưng chúng khác nhau về thành phần và tác động tiềm tàng đến việc làm tăng nguy cơ mắc bệnh tim. LDL chủ yếu bao gồm các este cholesterol và protein apoB trên bề mặt; Lp(a) có thành phần tương tự với LDL nhưng chứa một loại protein bổ sung gọi là apolipoprotein(a) (apo(a)) gắn vào apoB. Sự khác biệt về cấu trúc này tạo nên các đặc tính riêng biệt cho Lp(a), có khả năng dẫn đến tăng tích tụ mảng bám, viêm và đông máu trong động mạch do apo(a) giống với plasminogen, một loại protein tham gia vào quá trình điều hòa đông máu.

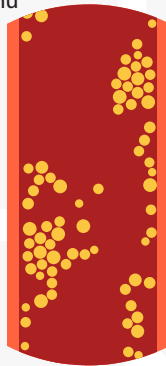
Quý vị có thể có **chỉ số LDL bình thường và mức Lp(a) cao**. Vì **xét nghiệm cholesterol thông thường không bao gồm Lp(a)**, hãy hỏi bác sĩ về việc xét nghiệm Lp(a).



## Hiểu lầm 2:

**Tôi không cần biết mức Lp(a) vì nó không ảnh hưởng đến sức khỏe của tôi**

**Sự thật:** Quá nhiều Lp(a) trong động mạch có thể gây ra sự tích tụ các chất béo lắng đọng, được gọi là mảng bám, làm hẹp động mạch và làm giảm lưu lượng máu. Nếu một mảng bám bị vỡ ra, nó có thể chặn lưu lượng máu đến các cơ quan quan trọng như tim, não, thận, phổi và các bộ phận khác của cơ thể. Điều này có thể dẫn đến các tình trạng nghiêm trọng bao gồm đau tim, bệnh động mạch vành, hẹp động mạch chủ, bệnh động mạch ngoại biên (PAD) và đột quỵ. Do đó, **có mức Lp(a) cao có thể ảnh hưởng đáng kể đến sức khỏe của quý vị.**



## Hiểu lầm 4:

**Chỉ vì một người họ hàng gần có Lp(a) cao, không có nghĩa là mức Lp(a) của tôi cũng sẽ cao**

**Sự thật:** Lp(a) là một lipoprotein di truyền và là một yếu tố nguy cơ độc lập phổ biến đối với bệnh tim. Nếu bất kỳ ai trong gia đình quý vị có Lp(a) cao, điều quan trọng là quý vị phải đi xét nghiệm và khuyến khích các thành viên khác trong gia đình cũng đi xét nghiệm. Can thiệp sớm là rất quan trọng để giảm nguy cơ mắc bệnh tim. Hãy hỏi bác sĩ về **sàng lọc phả hệ** và các lựa chọn xét nghiệm di truyền khác theo nhu cầu cụ thể của quý vị.



## Hiểu lầm 3:

**Tôi không có bất kỳ triệu chứng nào, vì vậy tôi không cần phải xét nghiệm Lp(a)**

**Sự thật:** Nhiều người không có triệu chứng cho đến khi họ gặp phải một biến cố nghiêm trọng, chẳng hạn như đau tim hoặc đột quỵ. Vì mức Lp(a) **chủ yếu được xác định bởi di truyền**, quý vị có thể có mức Lp(a) cao ngay cả khi quý vị duy trì lối sống lành mạnh và kiểm soát tất cả các yếu tố nguy cơ mắc bệnh tim khác. Hãy trao đổi với bác sĩ nếu quý vị có:

- Tiền sử gia đình đã biết về Lp(a) cao
- Tiền sử gia đình hoặc cá nhân mắc bệnh tim hoặc bệnh tim mạch sớm
- Chẩn đoán tăng cholesterol máu có tính gia đình (FH) - một tình trạng di truyền khiến cơ thể tái chế LDL hoặc cholesterol xấu kém

## Hiểu lầm 5:

**Trẻ em không thể xét nghiệm Lp(a); chỉ có người lớn mới xét nghiệm được**

**Sự thật:** Các gen vốn có từ cha mẹ khi sinh ra sẽ quyết định mức Lp(a).

Mức Lp(a) thường đạt được vào khoảng 5 tuổi và duy trì ổn định từ đó trở đi. Các nghiên cứu trước đây đã chỉ ra rằng mức Lp(a) cao ở trẻ em có liên quan đến nguy cơ mắc bệnh tim mạch sớm trong tương lai cao hơn. Trẻ em có mức Lp(a) cao nên áp dụng lối sống lành mạnh cho tim suốt đời và nỗ lực giảm tất cả các yếu tố nguy cơ có thể kiểm soát được, đặc biệt là cholesterol LDL (xấu).

## Hiểu lầm 6:

### Sắc tộc và giới tính của tôi không ảnh hưởng đến mức Lp(a) của tôi

**Sự thật:** Mặc dù mức Lp(a) cao xảy ra ở những người thuộc mọi chủng tộc, nhưng những người Nam Á và người da đen gốc Phi có xu hướng có số lượng cao nhất. Ngoài ra, nữ giới từ 50 tuổi trở lên đã được chứng minh là có mức Lp(a) cao hơn so với nam giới.



## Hiểu lầm 7:

### Tôi có thể giảm Lp(a) của mình thông qua thuốc men và thay đổi lối sống

**Sự thật:** Mặc dù hiện tại không có loại thuốc nào có thể giảm Lp(a), nhưng quý vị có thể làm rất nhiều điều để cải thiện sức khỏe tim mạch của quý vị. Ngay cả khi lối sống lành mạnh không trực tiếp làm giảm mức Lp(a) của quý vị thì nó cũng sẽ làm giảm đáng kể nguy cơ mắc bệnh tim. Nếu quý vị có mức Lp(a) cao thì việc duy trì lối sống lành mạnh cho tim suốt đời và kiểm soát tất cả các yếu tố rủi ro khác, đặc biệt là cholesterol LDL là rất quan trọng. Các bước sau đây được khuyến nghị:



- Dùng thuốc đúng theo chỉ dẫn của bác sĩ
- Không hút thuốc
- Ăn thực phẩm tốt cho tim
- Tập thể dục thường xuyên
- Duy trì cân nặng khỏe mạnh
- Hạn chế uống rượu
- Ngủ đủ giấc
- Đi khám bệnh để theo dõi và kiểm soát các yếu tố rủi ro của quý vị

**Tin vui!** Các phương pháp điều trị mới để giảm mức Lp(a) đang được phát triển và có thể sử dụng được sớm nhất vào năm 2025. Hãy cập nhật thông tin bằng cách thảo luận điều này với bác sĩ của quý vị và theo dõi những diễn biến mới.

## Hiểu lầm 8:

### Không có bảo hiểm y tế nào chi trả cho xét nghiệm Lp(a)

**Sự thật:** Bảo hiểm y tế thường chi trả cho xét nghiệm Lp(a), nhưng nếu quý vị không chắc chắn về phạm vi bảo hiểm của gói bảo hiểm, hãy liên hệ với công ty bảo hiểm của quý vị và cung cấp cho họ mã CPT **83695** cho xét nghiệm để làm rõ. Nếu bảo hiểm của quý vị không chi trả cho xét nghiệm Lp(a) thì bác sĩ có thể hỗ trợ quý vị tìm các lựa chọn giá cả phải chăng.



**Hãy trao đổi với bác sĩ về Lp(a) và cách giảm nguy cơ mắc bệnh tim.**

Tim hiểu thêm trên [heart.org/lpa](https://heart.org/lpa)