



## 1

### 我什麼時候需要向醫師諮詢 Lp(a) 篩檢呢？

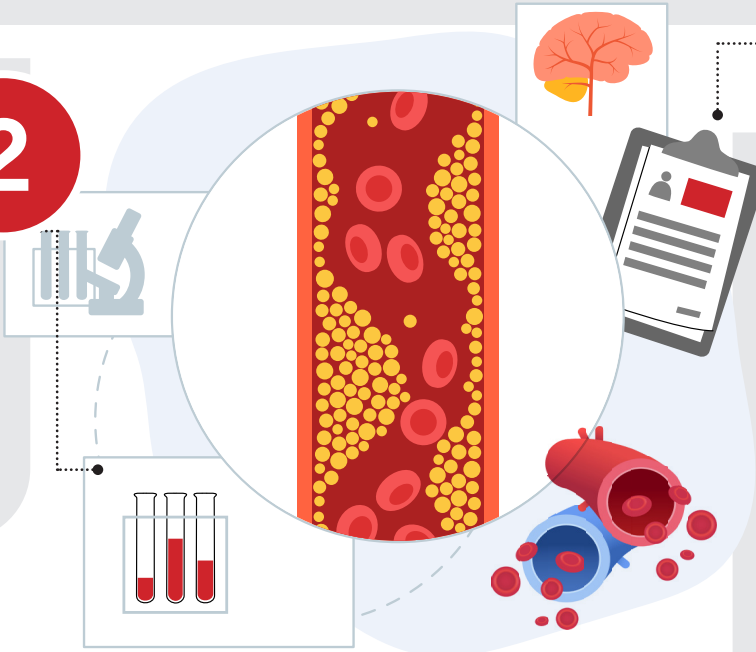
- 家族或本人有早發性心血管疾病病史 (定義為男性年齡小於 45 歲, 女性年齡小於 55 歲)
- 已知有 Lp(a) 濃度偏高的家族病史
- 已確診家族性高膽固醇血症 (FH) 這種體內低密度脂蛋白 (LDL) 或壞膽固醇回收能力差, 會提高罹患心血管疾病風險的遺傳性疾病



### 我該如何進行檢測？

- 標準的膽固醇檢測 (也稱為血脂檢驗) 的項目中並不包含 Lp(a)。
- 請與您的醫師討論是否將 Lp(a) 納入您下次的膽固醇檢測中。

## 2



### 檢測結果有何意義？

- 濃度高於 50 mg/dL (125 nmol/L) 即視為高濃度。
- 血中 Lp(a) 濃度高會提高心臟病發作、腦中風、週邊動脈疾病 (PAD) 和主動脈瓣狹窄的風險。
- Lp(a) 是一種心臟病的遺傳風險因子。如果您的近親有 Lp(a) 濃度過高的情形, 請務必接受檢測, 並鼓勵其他家人 (如父母、兄弟姊妹和子女) 也接受檢測。請向您的醫師諮詢 **家族基因篩檢** 等基因檢測方案。

## 3

## 4

### 我該如何降低 Lp(a) 濃度？

- 雖然改變生活習慣並無法降低 Lp(a) 濃度, 但重點是您可以透過以下措施, 降低整體心臟疾病的風險:



採取健康飲食習慣



從事體能活動



維持健康體重



戒菸



限制酒精攝取



充足睡眠

除了遵照醫囑服藥之外, 這些習慣也有助於降低您罹患高血壓、高膽固醇、肥胖和糖尿病的風險。

\*降低 Lp(a) 血中濃度的新療法正在研發中。請諮詢您的醫師了解更多資訊。

**請向您的醫師諮詢 Lp(a) 相關事宜, 以及了解如何降低心臟病發作與腦中風的風險。**

造訪 [heart.org/hbp](http://heart.org/hbp) 瞭解更多資訊。

## 5

### 我的健康保險會給付 Lp(a) 檢測嗎？

- 健康保險通常會給付 Lp(a) 檢測, 但若您不確定, 請聯絡您的保險公司, 使用 CPT 代碼 83695 查詢給付範圍。若不在承保範圍內, 您的醫師或許能夠協助找到在您負擔能力範圍內的選項。