

لماذا ينبغي أن أعرف مستوى البروتين الدهني (أ) لدي؟

قد يؤدي ارتفاع مستوى البروتين الدهني (أ) إلى تراكم اللويحات، مما يسبب تضيق الشرايين وتقليل تدفق الدم. وإضافة إلى ذلك، يساهم في زيادة الالتهاب وتجلط الدم، مما يجعل من الصعب تفتيت الجلطات، وقد يؤدي ذلك إلى تمزق اللويحات. ويمكن أن يؤدي كل من تراكم اللويحات وتمزقها إلى انسداد تدفق الدم إلى الأعضاء الحيوية مثل القلب والدماغ والكلى والرتنيتين.

يؤدي مستوى البروتين الدهني (أ) إلى 50 ملغ/ديسيلتر (أو ≤ 125 نانومول/لتر) أو أكثر إلى زيادة خطر الإصابة بنوبة قلبية، وسكتة دماغية ومرض الشريان المحيطي (PAD)، وتضيق الأبهر، وأمراض القلب الأخرى.

لا تظهر العوارض على الكثير من الأشخاص.

قد يكون مستوى البروتين الدهني (أ) لديك مرتفعاً حتى لو كنت تتبع نمط حياة صحي وتلافي عوامل خطر الإصابة بأمراض القلب الأخرى. تحدث إلى طبيبك إذا كان لديك:

- تاريخ عائلي أو شخصي للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية المبكرة (أي قبل سن 45 للرجال وقبل سن 55 للنساء)
- تاريخ عائلي معروف بارتفاع مستوى البروتين الدهني (أ)
- تشخيص بفرط كوليسترول الدم العائلي (FH)، وهو حالة وراثية تسبب ضعف قدرة الجسم على التخلص من البروتين الدهني المنخفض الكثافة (LDL)



ما هو البروتين الدهني (أ) Lp(a)؟

- يرمز Lp(a) إلى البروتين الدهني (أ)، وهو نوع من البروتينات الدهنية التي تنتقل عبر الأجيال ويُعتبر من عوامل الخطر الشائعة للإصابة بأمراض القلب.
- تخيل أن دمك نهر جارٍ يتدفق في جسمك، وتجر فيه قوارب تسمى البروتينات الدهنية وتحمل الكوليسترول ومواد أخرى مشابهة. ويحمل كل من البروتين الدهني (أ) [Lp(a)] والبروتين الدهني المنخفض الكثافة (LDL) أو ما يعرف بالكوليسترول "الضار"، راکباً يُسمى ApoB-100، لكن يحمل البروتين الدهني (أ) Lp(a) راکباً إضافياً يُدعى Apo (a). وإذا كان عدد قوارب البروتين الدهني (أ) مرتفعاً في دمك، قد تلتصق بجدران الأوعية الدموية، مما يجعل النهر أضيق ويعيق تدفق الدم بسلاسة. يفحص الأطباء مستوى البروتين الدهني (أ) لأن ارتفاع مستوياته قد يزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب.
- يعاني ارتفاع مستويات البروتين الدهني (أ) نحو شخص واحد من كل خمسة أشخاص في العالم.

هل هناك عوامل أخرى تزيد من خطر الإصابة بارتفاع مستوى البروتين الدهني (أ)؟

- العرق – غالباً ما تُسجل أعلى مستويات من البروتين الدهني (أ) لدى الأفراد ذوي البشرة السوداء من أصول أفريقية وشعوب جنوب آسيا.
 - الوراثة – عادة ما يكون مستوى البروتين الدهني (أ) لديك مرتبطاً بالوراثة، لكن قد تتسبب بعض الحالات الصحية في ارتفاع مستواه، مثل داء السكري، ومرض الكلى المزمن، وفترة ما بعد انقطاع الطمث.
- إذا كان أحد أفراد العائلة المقربين يعاني ارتفاع مستوى البروتين الدهني (أ)، فمن المهم إجراء الاختبار وتشجيع أفراد الأسرة الآخرين، مثل الوالدين، والإخوة، والأطفال، على الخضوع له أيضاً. اسأل طبيبك عن خيارات اختبار الجينات الوراثية مثل **اختبارات الجينات الوراثية لجميع أفراد العائلة**.

ماذا يمكنني أن أفعل إذا كانت مستويات البروتين الدهني (أ) مرتفعة لدي؟

على الرغم من أن التغييرات في نمط الحياة لا تستطيع خفض مستويات البروتين الدهني (أ)، يُعتبر من الضروري تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب بشكل عام من خلال:



تحدث إلى اختصاصي الرعاية الصحية الذي تتعامل معه عن البروتين الدهني (أ) وطرق تقليل خطر إصابتك بنوبة قلبية وسكتة دماغية.

اعرف المزيد عبر heart.org/lpa