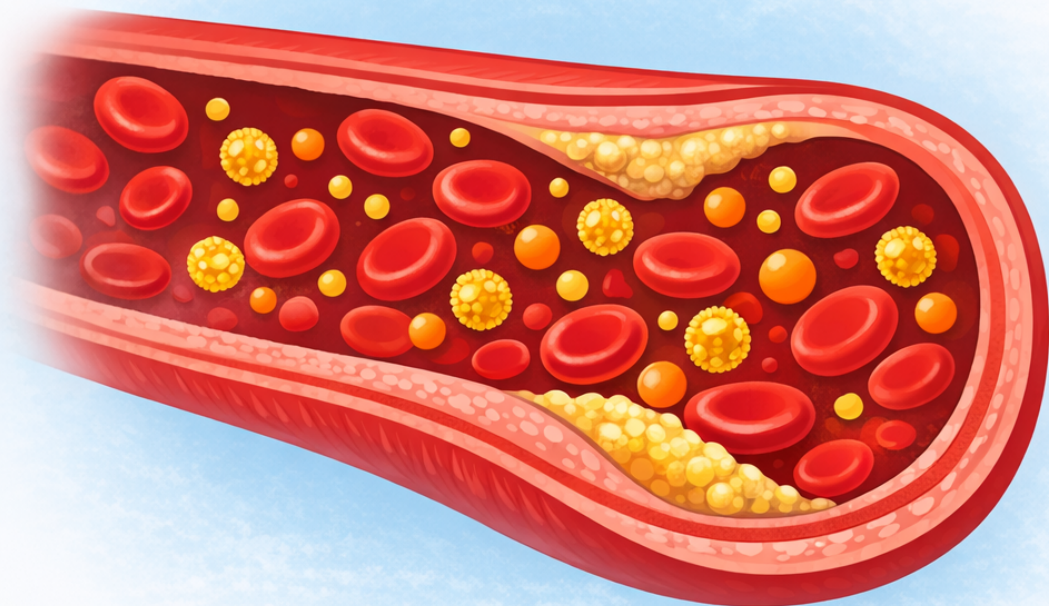


Når dit Lp(a) er forhøjet

Information til dig om lipoprotein(a) og hjerte-kar-sygdom



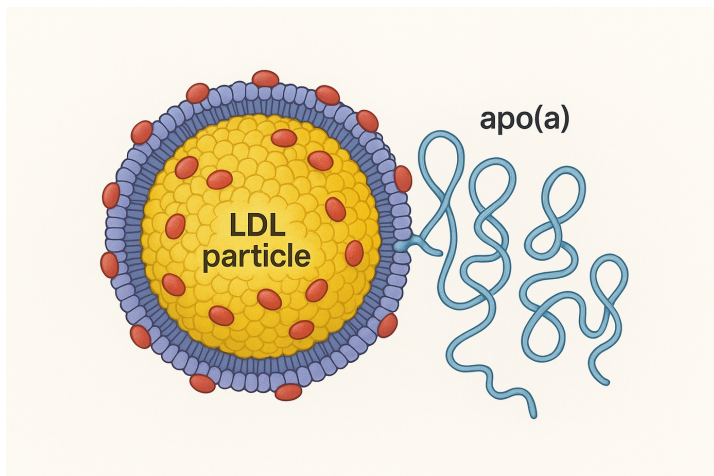
Personer med forhøjet lipoprotein (a), forkortet Lp(a), har ofte spørgsmål om betydningen af dette. Her besvarer vi nogle af de mest almindelige spørgsmål.



Hvad er lipoprotein(a) ?

Lipoprotein(a) forkortes Lp(a) og kaldes også lipoprotein "lille a". Lp(a) er et fedtstof (lipid), der findes i blodet, og som indeholder kolesterol.

Lp(a) består af en LDL-lignende partikel (ofte kaldet, "det dårlige" kolesterol) kombineret med et ekstra protein kaldet apo(a). Forhøjet Lp(a) kan øge risikoen for hjerte-kar-sygdom.



Hvad sker der når jeg har forhøjet lipoprotein(a)?

Lp(a) er ligesom LDL kolesterol forbundet med en øget risiko for udvikling af åreforkalkning, Åreforkalkning kan medføre indsnævring af blodkar og nedsat blodtilførelse til f.eks. hjertet og hjernen.

Derfor kan forhøjet Lp(a) øge risikoen for blandt andet blodpropper i hjertet og hjernen. Det kan også øge risikoen for perifer karsygdom (f.eks. smerter i benene ved gang) og forsnævring i hjerteklappen (aortastenose).



Lp(a) som risikofactor

Forhøjet Lp(a) er ikke en sygdom i sig selv men en risikofaktor for hjerte-kar-sygdom.

Hvor meget din Lp(a)-værdi påvirker din risiko, bestemmes i høj grad af, om du også har andre risikofaktorer for hjerte-kar-sygdomme.

Det betyder, at en Lp (a) værdi der har ført til behandling hos en person, ikke nødvendigvis fører til behandling hos en anden person.



Måling af Lp(a) hos børn

Måling af Lp(a) anbefales ikke rutinemæssigt hos børn, men kan overvejes, hvis der er mistanke om arveligt højt kolesterol.

Måles Lp(a) i barndommen, anbefales det at gentage målingen i voksenalderen.



Hvorfor har jeg forhøjet Lp(a)?

Lp(a) niveauer er 80-90 % arveligt betinget, arvet fra en eller begge forældre. Lp(a)-niveauet forbliver nogenlunde stabilt livet igennem, og det er derfor nok at måle Lp(a) en gang i løbet af voksenlivet. Det påvirkes meget lidt af kost, motion eller andre livsstilsvalg.

- Både mænd og kvinder kan have forhøjet Lp(a)
- Hvis en af dine forældre har højt Lp(a), er risikoen større for, at du også har det
- Omkring 25% af befolkningen har forhøjet Lp(a), i et niveau hvor det anses for at være en betydende risikofaktor.



Hvornår og hvordan måles Lp(a)?

En blodprøve er nok til at måle Lp(a), og det kræver ingen faste eller forberedelse. Det anbefales, at der måles Lp(a) én gang i livet. Man mærker ikke at man har forhøjet lp(a).

Det er især vigtigt at vide om Lp(a) er forhøjet, hvis der er arveligt forhøjet kolesterol i familien (familiær hyperkolesterolæmi), hvis man selv eller nære slægtninge har haft hjertekarsygdom i tidlig alder, eller har haft gentagne tilfælde med hjerte-kar-sygdom trods behandling.



Tolkning af Lp(a)-niveauer

Lp(a) måles i nmol/L

Niveau	nmol/L
Diskret forhøjet	85 - 105
Let/moderat forhøjet	105 - 200
Moderat forhøjet	200 - 300
Betydeligt forhøjet	300 - 400
Svært forhøjet	> 400



Behandling og livsstil

Der findes endnu ikke godkendt medicin specifikt mod Lp(a), men flere præparater er under udvikling. Indtil da er det vigtigt at reducere den samlede risiko for hjerte-kar-sygdom ved at tage vare på de faktorer, man kan påvirke.

Livstilsråd:

- **Stop rygning** og undgå snus
- **Spis hjertevenligt** – med mange grøntsager, frugt, fisk, nødder, fuldkorn og sunde fedtstoffer
- **Vær fysisk aktiv** – minimum 30 minutter dagligt, gerne mere
- **Bevar en sund vægt**
- **Begræns alkoholforbruget**

Medicinsk behandling:

- Din læge kan anbefale **statiner** eller anden kolesterolsænkende medicin for at reducere LDL-kolesterol, hvis der er tilstrækkelig høj risiko
- Behandling af **højt blodtryk** eller **diabetes** er vigtigt

Opfølgning

Opfølgning sker i samarbejde med din læge, og kontrolhyppighed afhænger af din samlede risiko.



Egne Noter:

Egne Noter:



Lipidklinikken,
Aarhus Universitetshospital



AARHUS
UNIVERSITETS
HOSPITAL