



American
Heart
Association.

लिपोप्रोटीन (a) फ़ैक्ट चेक

लिपोप्रोटीन (a) फ़ैक्ट चेक गेम में आपका स्वागत है! Lp(a) और हृदय के स्वास्थ्य के बारे में अपनी जानकारी परखें। अगर कथन **सही** है, तो उसे ✓ चिह्नित करें या अगर **गलत** है, तो उसे खाली छोड़ दें।

सही या गलत कथन

- अगर मुझे अपना LDL नंबर पता है, तो मुझे लिपोप्रोटीन (a), जिसे Lp(a) भी कहा जाता है, के लिए जाँच करवाना ज़रूरी नहीं है।
- अधिक Lp(a) स्तर से प्लाक का निर्माण हो सकता है और हृदय रोग का खतरा बढ़ सकता है।
- अगर माता-पिता, भाई-बहन या बच्चों में Lp(a) का स्तर बढ़ा हुआ है, तो परिवार के अन्य करीबी सदस्यों को भी जाँच करवानी चाहिए।
- केवल वयस्क ही Lp(a) की जाँच करवा सकते हैं।
- लाइफ़स्टाइल में बदलाव से Lp(a) स्तर कम हो सकते हैं।
- जातीयता और लैंगिक पहचान Lp(a) स्तर को प्रभावित नहीं करते हैं।
- डॉक्टर हमेशा नियमित कोलेस्ट्रॉल परीक्षण में Lp(a) की जाँच करते हैं।

मुख्य बिंदु सारांश

Lp(a) ओवरव्यू: Lp(a) का मतलब लिपोप्रोटीन (a) से है और यह हृदय रोग के लिए आनुवंशिक जोखिम कारक है।

परीक्षण: नियमित कोलेस्ट्रॉल परीक्षण में Lp(a) की जाँच नहीं होती है।

प्रभाव: Lp(a) का बढ़ा हुआ स्तर दिल के दौरे और स्ट्रोक के जोखिम को बढ़ाता है।

वंशानुक्रम: अगर परिवार के करीबी सदस्य में Lp(a) स्तर अधिक है, तो माता-पिता, भाई-बहन और बच्चों को भी जाँच करवानी चाहिए।

मैनेजमेंट: आहार और व्यायाम से Lp(a) स्तर कम नहीं होते हैं लेकिन इससे पूरा हृदय स्वास्थ्य बेहतर होता है।



इस दस्तावेज़ के पीछे अपने उत्तर देखें।



उत्तर

कथन

उत्तर

<input type="checkbox"/> अगर मुझे मेरा LDL नंबर पता है, तो मुझे Lp(a) परीक्षण करवाने की आवश्यकता नहीं है।	गलत: LDL और Lp(a) अलग हैं। नियमित कोलेस्ट्रॉल परीक्षण में Lp(a) की जाँच नहीं होती है।
<input checked="" type="checkbox"/> अधिक Lp(a) स्तर से प्लाक का निर्माण हो सकता है और हृदय रोग का खतरा बढ़ सकता है।	सही: Lp(a) का बढ़ा हुआ स्तर दिल के दौरे और स्ट्रोक के जोखिम को बढ़ा सकता है।
<input checked="" type="checkbox"/> अगर माता-पिता, भाई-बहन या बच्चों में Lp(a) का स्तर बढ़ा हुआ है, तो परिवार के अन्य करीबी सदस्यों को भी जाँच करवानी चाहिए।	सही: Lp(a) वंशानुगत होता है, इसलिए अगर परिवार के किसी करीबी सदस्य में Lp(a) का स्तर अधिक है, तो जाँच करवाना और परिवार के अन्य सदस्यों को भी जाँच के लिए बढ़ावा देना ज़रूरी है।
<input type="checkbox"/> केवल वयस्क ही Lp(a) की जाँच करवा सकते हैं।	गलत: बच्चों की भी जाँच हो सकती है। Lp(a) स्तर 5 वर्ष की आयु तक निर्धारित हो जाते हैं और उसके बाद से आम तौर पर समान बने रहते हैं।
<input type="checkbox"/> लाइफ़स्टाइल में बदलाव से Lp(a) स्तर कम हो सकते हैं।	गलत: आहार और व्यायाम हृदय के स्वास्थ्य को बेहतर बना सकते हैं और दिल के दौरे व स्ट्रोक के आपके जोखिम को कम कर सकते हैं, लेकिन वे Lp(a) को कम नहीं करते हैं।
<input type="checkbox"/> जातीयता और लैंगिक पहचान Lp(a) स्तर को प्रभावित नहीं करते हैं।	गलत: Lp(a) का स्तर सभी जाति के लोगों में पाया जाता है लेकिन अफ्रीकी मूल के अश्वेत लोगों और दक्षिण एशियाई आबादी में Lp(a) का स्तर अक्सर सबसे अधिक होता है। 50 वर्ष से अधिक उम्र की महिलाओं में भी Lp(a) का स्तर पुरुषों के मुकाबले अधिक होता है।
<input type="checkbox"/> डॉक्टर हमेशा कोलेस्ट्रॉल परीक्षण में Lp(a) की जाँच करते हैं।	गलत: Lp(a) परीक्षण के लिए आपके लिपिड पैनेल (कोलेस्ट्रॉल परीक्षण) के अलावा एक अलग खून की जाँच की आवश्यकता होती है।



अपने डॉक्टर से पूछें कि क्या Lp(a) परीक्षण आपके लिए सही है!