

Vivere con *l'Lp(a)*

GUIDA RAGIONATA PER PAZIENTI E FAMIGLIE

CHE COS'È L'LP(A)?

La lipoproteina(a), nota anche come "lipoproteina associata all'apolipoproteina(a)" o "colesterolo Lp(a)", è una sostanza simile al colesterolo, prodotta nel fegato e presente nel sangue, e costituita dall'unione di due lipoproteine più piccole.

Ognuno di noi ha una certa quantità di Lp(a) nel corpo, ed è del tutto normale, ma quando i livelli sono troppo alti, possono diventare dannosi. Un elevato tasso di Lp(a) può irritare e infiammare le pareti interne delle arterie, portando all'accumulo di depositi di grasso, chiamati placca (composta da grasso, colesterolo, calcio e altre sostanze). La placca può restringere le arterie e ridurre il flusso sanguigno. La Lp(a) rende anche più probabile la rottura della placca, che può innescare la formazione di un coagulo di sangue e bloccare completamente l'arteria. Inoltre la Lp(a) può interferire con la naturale capacità dell'organismo di dissolvere i coaguli di sangue, rendendoli più difficili da sciogliere. Tutto ciò aumenta il rischio di problemi gravi, come infarto, ictus ischemico o malattia arteriosa periferica.

I livelli di Lp(a) vengono **ereditati** da uno o da entrambi i genitori e possono variare notevolmente da persona a persona e in popolazioni diverse.

Sebbene molti sappiano che un elevato livello di LDL-C (il colesterolo "cattivo") può aumentare il rischio di malattie cardiache, pochi conoscono la Lp(a).
Conoscere il livello di Lp(a) è importante per capire il rischio complessivo di malattie cardiovascolari.



LA LP(A) ALTA È PIÙ
comune
DI QUANTO SI PENSI:
COLPISCE CIRCA
*1 persona su
5 nel mondo*



LIVELLI ELEVATI DI LP(A) POSSONO
raddoppiare o triplicare
IL RISCHIO DI
*malattie
cardiovascolari*
IL RISCHIO È ANCORA PIÙ
ELEVATO NELLE PERSONE
AFFETTE DA *diabete*



È NECESSARIO CONTROLLARE
LA LP(A) SOLO
*una
volta nella vita*

CONOSCERE IL PROPRIO LIVELLO DI LP(A)

I livelli elevati di Lp(a) sono determinati principalmente da fattori **genetici** e di solito **rimangono stabili per tutta la vita**, quindi basta controllarli **una sola volta**.

L'analisi della Lp(a) non rientra nei controlli di routine del colesterolo, ma per misurarla basta un semplice esame del sangue. È particolarmente importante tenerne sotto controllo il livello se si soffre di alcune malattie cardiovascolari, come l'aterosclerosi precoce o il colesterolo alto su base ereditaria.

Rischio di malattie cardiovascolari, in base ai livelli di Lp(a):

RISCHIO BASSO	RISCHIO INTERMEDIO	RISCHIO ELEVATO
<30 mg/dL (o <75 nmol/L)	30-50 mg/dL (o 75-125 nmol/L)	>50 mg/dL (o >125 nmol/L)

Se i livelli di Lp(a) presentano un rischio intermedio o alto, è importante parlarne con il proprio medico, che potrà valutare il rischio cardiovascolare complessivo e aiutare a trovare le strategie più adatte per tenerlo sotto controllo.

LP(A) ELEVATA E MALATTIA CARDIOVASCOLARE

Livelli elevati di Lp(a) aumentano il rischio di sviluppare una serie di problemi cardiovascolari, anche quando gli altri valori del colesterolo sono normali. Tra questi ci possono essere:

- ♥ **MALATTIA CARDIOVASCOLARE ATEROSCLEROTICA (ASCVD)** - accumulo di depositi di grasso nelle pareti delle arterie
- ♥ **INFARTO** - causato dall'ostruzione delle arterie coronarie
- ♥ **DANNO O RESTRINGIMENTO DELLA VALVOLA AORTICA (STENOSI AORTICA)**
- ♥ **ICTUS** - spesso causato da ostruzioni nelle arterie del collo che portano sangue al cervello
- ♥ **ARTERIOPATIA PERIFERICA** - riduzione del flusso sanguigno nelle estremità, più spesso nelle gambe, a causa dell'ostruzione delle arterie
- ♥ **TROMBOSI (COAGULI DI SANGUE)** - la Lp(a) può interferire con la capacità dell'organismo di sciogliere i coaguli

LP(A) E ALTRE CONDIZIONI

Sebbene i **geni** siano il fattore principale che determina il livello di Lp(a), alcune condizioni di salute sono state associate a livelli di Lp(a) più elevati in alcune persone. Tra queste ci sono:

- ♥ CAMBIAMENTI ORMONALI, COME AD ESEMPIO UN BASSO LIVELLO DI ESTROGENI
- ♥ MALATTIE RENALI E SINDROME NEFROSICA
- ♥ CONDIZIONI INFIAMMATORIE COME L'ARTRITE REUMATOIDE O LE INFEZIONI
- ♥ IPOTIROIDISMO (TIROIDE POCO ATTIVA)
- ♥ DIABETE FUORI CONTROLLO

COME TRATTARE E GESTIRE LIVELLI ELEVATI DI LP(A)



STILE DI VITA SANO: anche se i cambiamenti nello stile di vita non possono ridurre in modo significativo i livelli di Lp(a), fare scelte salutari per il cuore può contribuire a ridurre il rischio complessivo di malattie cardiovascolari e migliorare il benessere e la longevità. Per esempio: fare **regolarmente attività fisica**, seguire **un'alimentazione sana**, **non fumare**, **limitare l'uso di alcol**, **ridurre lo stress**, mantenere un **peso adeguato** e **gestire altri fattori di rischio** (in particolare il colesterolo LDL, quello "cattivo").



INDICAZIONI PER LA SALUTE: consultare il proprio medico per valutare il rischio cardiovascolare complessivo e predisporre un piano personalizzato, soprattutto se in presenza di livelli elevati di Lp(a) o di una storia familiare di malattie cardiache.



GUARDARE AL FUTURO: attualmente non esiste un trattamento approvato specificamente per ridurre i livelli elevati di Lp(a), tuttavia si tratta di un campo di ricerca in rapido sviluppo. Sono in arrivo nuove terapie e studi clinici, per questo si consiglia di consultare il proprio medico per essere aggiornati sulle opzioni di trattamento emergenti e sulla loro eventuale idoneità in futuro.

QUANDO CHIEDERE AL MEDICO DI FARE L'ANALISI PER L'LP(A)

Molte persone con livelli elevati di Lp(a) non manifestano sintomi, proprio per questo le analisi possono essere un passaggio importante per conoscere meglio la salute del cuore. Può essere opportuno fare un'analisi della Lp(a) in presenza di problemi di salute come:

- ✓ **antecedenti familiari di Lp(a) elevata**
- ✓ **antecedenti personali o familiari di malattia cardiovascolare precoce** (in alcuni paesi, prima dei 45 anni per gli uomini o dei 55 anni per le donne)
- ✓ **ipercolesterolemia familiare (FH)** - condizione genetica che causa un elevato livello di colesterolo LDL fin dalla nascita
- ✓ **livelli elevati di colesterolo LDL** nelle analisi recenti del profilo lipidico
- ✓ diagnosi di **stenosi della valvola aortica**
- ✓ **malattia arteriosa periferica (PAD)** - una condizione che provoca la riduzione del flusso sanguigno agli arti, spesso descritta come una cattiva circolazione alle gambe e ai piedi

CIRCA

un terzo

PERSONE AFFETTE DA ipercolesterolemia su base familiare (FH)

PRESENTA ANCHE LIVELLI ELEVATI DI LP(A),



CHE AUMENTA ULTERIORMENTE IL RISCHIO DI

malattie cardiovascolari



Mended Hearts
Europe

WWW.MENDEDHEARTSEUROPE.ORG

✉ MEUROPE@MENDEDHEARTS.ORG

CON IL SOSTEGNO DI

NOVARTIS