



## PHIẾU THÔNG TIN ĐIỀU TRỊ RỐI LOẠN CHUYỂN HÓA LIPID MÁU

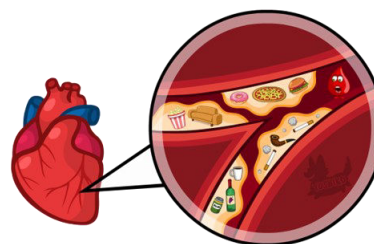
Phone: 028.5411.0036

E-mail: [hospital@tamduchearthospital.com](mailto:hospital@tamduchearthospital.com)

Website: [www.tamduchearthospital.com](http://www.tamduchearthospital.com)

### RỐI LOẠN CHUYỂN HÓA LIPID MÁU LÀ GÌ?

- ◇ Hàm lượng lipid (chất béo) cao trong máu, bao gồm cholesterol và triglyceride, còn được gọi là "tăng lipid máu." Tăng lipid máu có thể làm tăng đáng kể nguy cơ đau tim, đột quỵ và các vấn đề nghiêm trọng khác do hẹp thành mạch hoặc tắc nghẽn. Để giảm những rủi ro này, ông/bà được khuyến khích cố gắng giảm mức cholesterol của mình thông qua sự kết hợp của thay đổi chế độ ăn uống, tập thể dục và thuốc. Hầu hết các liệu pháp giảm cholesterol nhằm mục đích giảm lipoprotein mật độ thấp (LDL) hoặc cholesterol "xấu".
- ◇ Mức LDL cao có thể gây xơ vữa động mạch (tích tụ các chất béo tích tụ trong mạch máu), là nguyên nhân chính gây ra các biến cố tim mạch (đau tim, đột quỵ và chi dưới hoặc bệnh động mạch ngoại biên).



### TĂNG LIPID MÁU VÀ BỆNH TIM MẠCH

- ◇ Tăng lipid máu có thể làm tăng đáng kể nguy cơ phát triển bệnh tim mạch của một người, bao gồm bệnh mạch máu cung cấp cho tim (bệnh động mạch vành), não (bệnh mạch máu não) và chân tay (bệnh động mạch ngoại biên). Những biến cố này được dẫn đến khi các mạch máu bị tắc nghẽn với các chất béo lắng đọng, hạn chế lưu lượng máu. Khi điều này xảy ra, nó có thể dẫn đến các cơn đau tim, đột quỵ và các vấn đề nghiêm trọng khác như thu hẹp các động mạch cung cấp máu cho hầu hết các cơ quan.
- ◇ Các yếu tố nguy cơ khác đối với bệnh tim mạch ngoài tăng lipid máu:
  - Đái tháo đường.
  - Tăng huyết áp.
  - Bệnh thận mạn.
  - Hút thuốc lá.
  - Có cha, mẹ, hoặc anh chị em ruột mắc bệnh tim mạch khi còn trẻ (<55 tuổi đối với nam hoặc <65 tuổi đối với nữ).
  - Tuổi.
  - Giới tính nam.



## ĐIỀU TRỊ

- ◇ Có thể giảm mức lipid của ông/bà với thay đổi lối sống, thuốc, hoặc kết hợp cả hai. Trong một số trường hợp, bác sĩ sẽ đề nghị thử thay đổi lối sống trước khi dùng thuốc.
- ◇ Thay đổi lối sống:
  - Giảm lượng mỡ bão hòa.
  - Giảm cân.
  - Tập thể dục.
  - Ăn nhiều trái cây và rau củ.
- ◇ Thuốc:
  - Statins.
  - Ezetimibe.
  - Thuốc khác theo kê toa của bác sĩ.
- ◇ Việc điều trị cholesterol cao và/hoặc triglyceride là một quá trình suốt đời. Mặc dù thuốc có thể nhanh chóng làm giảm mức độ của ông/bà (trong vòng một tuần), nhưng thường mất 6 đến 12 tháng trước để ghi nhận lợi ích của việc thay đổi lối sống. Ngừng điều trị thường cho phép nồng độ lipid tăng trở lại và làm tăng nguy cơ đau tim, đột quỵ hoặc các vấn đề tim mạch khác. Ngay cả khi dùng thuốc, duy trì lối sống lành mạnh là rất quan trọng để có được lợi ích nhất từ các liệu pháp này.