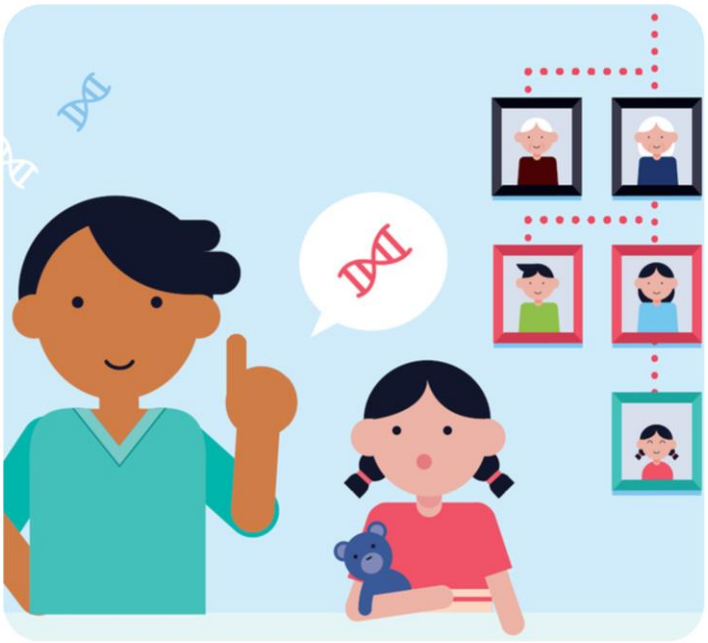
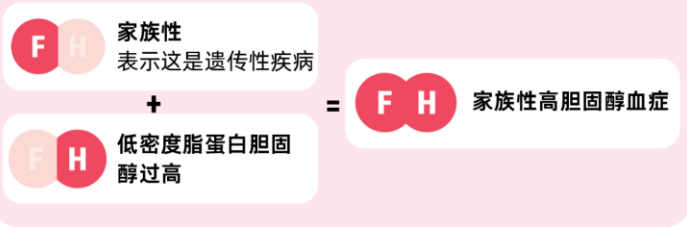


家族性高胆固醇血症

什么是家族性高胆固醇血症 (FH)？

- FH 是一种遗传性疾病（基因遗传病），因人体处理低密度脂蛋白胆固醇（坏胆固醇）的方式存在缺陷所致。
- FH 患者的低密度脂蛋白胆固醇水平通常很高，如果不及时治疗，会增加他们在年轻时罹患心脏病的风险，其发病率可比无此疾病的人**高出 20 倍**。
- 大约**每 140 个新加坡人中就有 1 人患有 FH**，但许多人并不知道自己患有此病。



FH 与其他类型的高胆固醇有何不同？

高胆固醇是心脏病的隐性风险因素。

如果您患有 FH，那么您的胆固醇水平**在年轻时就很高**。

FH	其他类型的高胆固醇
基因 - 与生俱来	胆固醇的堆积始于成年期/儿童期
由儿童期开始	通常从成年开始
年轻时（如 30 或 40 岁）就存在罹患心脏病的风险	罹患心脏病的风险逐渐增加

FH 患者通常需要设定**更低的低密度脂蛋白目标值**，而且往往需要更积极的治疗计划。

FH 可以治疗吗？

可以！FH 可以治疗，而且尽早治疗可以降低罹患心脏病的风险。

- 他汀类药物（降低胆固醇的药物）是最主要的治疗药物，其他药物还包括 ezetimibe 和注射类药物。有些 FH 患者需要结合用药。

他汀类药物是否有副作用？

- 胆固醇药物通常非常安全。有些人可能会出现副作用，但这种情况很少见。
- 如果您出现任何副作用，请咨询医生。

了解一位年轻的 FH 患者如何与医生合作，应对胆固醇药物的副作用

扫描 QR 码，观看视频

如果我的父亲或母亲患有 FH，我是否也一定会患病？

不一定，但如果父母一方患有 FH，有 50% 的几率会遗传给您。您的兄弟姐妹或子女也有 50% 的患病几率。

如何知道自己是否患有 FH？



早期筛查是关键！

如果出现以下情况，您可能患有 FH：

- 您的**低密度脂蛋白胆固醇（坏胆固醇）很高**（尤其是自年轻时就如此）
- 您在**年轻时患过心脏病或中风**（男性 55 岁以下，女性 60 岁以下）
- 您的**父母、兄弟姐妹或子女**患有高胆固醇或早期心脏疾病
- 已知您有**家人患有 FH**

检测可以为您和家人的健康带来巨大的改变。

基因检测可帮助确认您是否患有 FH。

听听 Z 先生的故事：他在发现自己患有 FH 时非常痛苦，并对自己的未来感到担忧

扫描 QR 码，观看视频

FH 筛查包括哪些内容？

- 进行**简单的血液测试**，以测量低密度脂蛋白胆固醇水平。
- 如果您的低密度脂蛋白胆固醇偏高，或者您的家庭成员确诊患有 FH，医生可能会建议您接受基因检测。
- 如果您认为自己或家人可能患有 FH，**请立即咨询医生！**



1. 血液测试，以测量您的低密度脂蛋白胆固醇水平。由医生执行。
2. 转介至 GAC（基因诊断与咨询中心）。
3. GAC 的基因咨询师将收集您和您家庭成员的健康资料，并在适当的情况下提供针对 FH 的基因检测。检测结果将透过 GAC 提供给您。
4. 医生会为您启动治疗。

如果我患上 FH，会发生什么？

如果我患有 FH，该怎么办？



FH 存在于您的基因中，但是您可以采取多种措施来防止疾病恶化，让自己和家人享有健康长寿的人生。

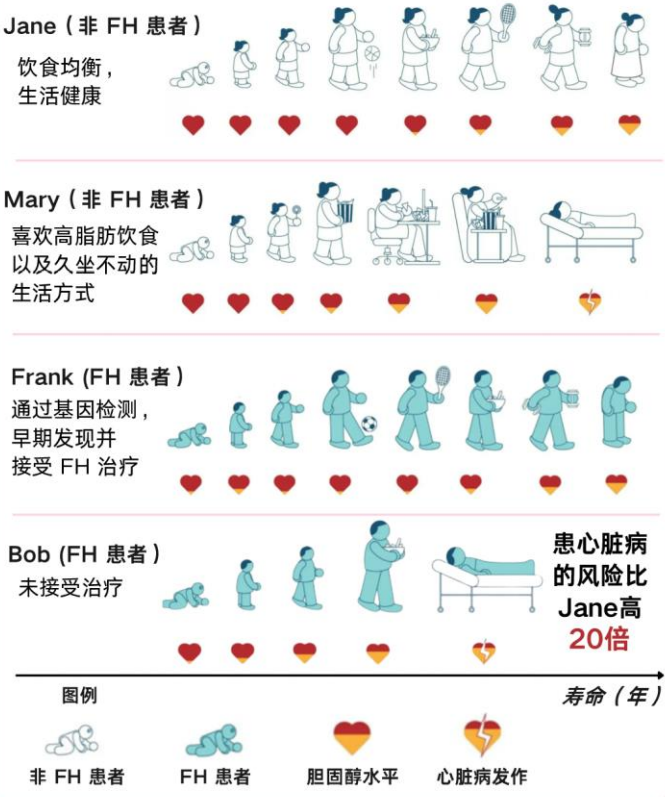
1 尽早开始治疗

越早治疗 FH，效果越好!

在儿童期就开始接受治疗的 FH 患者，其平均寿命与非 FH 患者相当。

因此，请尽早开始治疗，并定期寻求医生跟进。

高胆固醇和FH会如何影响您的健康



2 调整生活方式

均衡饮食，多运动，保持健康！

- 选择有益心脏健康的食物
- 保持身体活跃

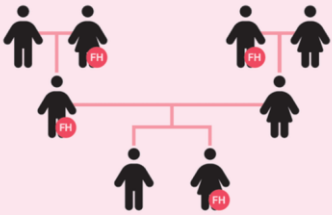
请浏览 www.myheart.org.sg 和 www.hpb.gov.sg，了解更多关于健康饮食和生活方式的详情。



3 让家庭成员接受筛查

FH 患者有 50% 的几率，会把导致 FH 的基因遗传给子女。

您的兄弟姐妹或子女也有 50% 患上 FH 的几率。



了解早期筛查如何帮助一位患有 FH 的母亲及其两个年幼子女的故事

扫描 QR 码，观看视频

请鼓励您的家人接受筛查，**即使他们还年轻，身体无恙。**

通过筛查，如果他们患有 FH，就能够及早得到治疗，从而享有健康长寿的人生。

本资讯由以下单位联合编制

MINISTRY OF HEALTH SINGAPORE

NHG Health

NUHS National University Health System

SingHealth Defining Tomorrow's Medicine