

# Augsts holesterīna skaitlis ģimenē

Ģimenes hiperholesterinēmiju var pārmantot no paaudzes paaudzē

REGĪNA OLŠEVSKA

Dažreiz ar veseligu uzturu, aktīvu dzīvesveidu un citemi ģimenes ārsta ieteikumiem vien nepietiek, lai pazeminātu pārāk augsto holesterīna līmeni asinīs. Ja par to sūdzas arī citi ģimenes locekļi un jo īpaši tad, ja kāds no radiniekiem jau 30 – 40 gadu vecumā piedzīvojis miokarda infarktu, iespējams, iemesls ir ģenētiska slimība.

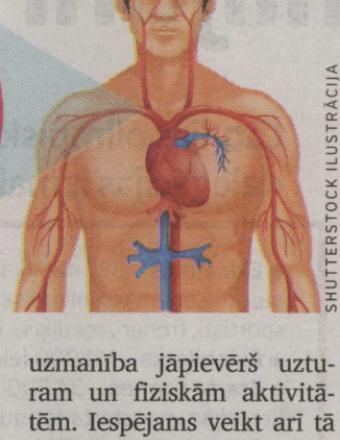
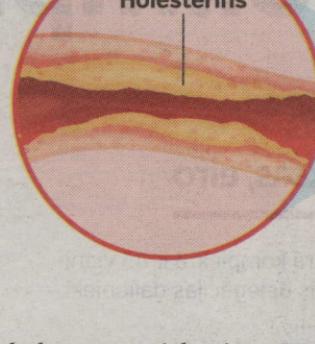
## Izgulsnējas sirds asinsvados

"Ja holesterīna līmenis asinīs pieaugašajam pārsniedz 7 mmol/l, pastāv aizdomas, ka viņam varētu būt ģimenes hiperholesterinēmija. Par to var liecināt arī tas, ka vairākiem ģimenes locekļiem – tēvam, mātei, brāļiem vai māsām – agrīni diagnosticēts miokarda infarkts, ģimenē bijuši pēkšņas nāves gadījumi un kādam no radiem bijis paaugstināts holesterīna līmenis," stāsta P. Stradiņa kliniskās universitātes slimnīcas kardiologs, Latvijas Ģimenes hiperholesterinēmijas reģistra vadītājs, Latvijas Universitātes profesors Gustavs Latkovskis.

Reizēm uz šo slimību norāda blāvs loks ap radzeni jeb radzenes aplis, kurš parādījies līdz 45 gadu vecumam. Retāka un grūtāk pamanāma pazīme ir mazi, blīvi mezgliņi jeb tā saucamās cīplu ksantomas, kuras izveidojušās holesterīna izgulsnēšanās dēļ. Visbiežāk tās ir uz plaukstu ārējām virsmām, vīrs elkoņa, ceļiem, kā arī Ahilleja cīplslās.

Ģimenes hiperholesterinēmija ir biežākā ģenētiskā slimība, kas izraisa pieauguša cilvēka pāragru nāvi. 50% gadījumu to pārmano pirmās, bet 25% – arī otrs pakāpes asinsradinieki. Slimības pamatā ir ģenētiskās mutācijas gēnos, kas regulē zema blīvuma lipoproteīnu nonākšanu aknās, kas savukārt regulē

## Holesterīna izgulsnējumi aizsprosto asinsvadus



holesterīna vielmaiņu. Tādēļ tas uzkrājas asinīs un nogulsnējas asinsvadu siepiņās, izraisot agrīnas sirds asinsvadu slimības, piemēram, miokarda infarktu, stenokardiju, insultu, pat pēkšņu nāvi. Par relatīvi normālu kopējā holesterīna līmeni var uzskatīt tādu, kas nepārsniedz 5 mmol/l, bet neārstētiem pacientiem ar ģimenes hiperholesterinēmiju tas var svārstīties 7 līdz 14 mmol/l robežas vai būt pat augstāks.

Kādēļ slimība ir tik bīstama? Ievērojami paaugstinātais holesterīna līmenis

veicina koronārās sirds slimības attīstību – holesterīna izgulsnēšanos asinsvados, kas apasio sirdi. Turklāt tas var notikt jau 30 – 40 gadu vecumā, īpaši tad, ja pacients smēķē, viņam ir lielais svars, paaugstināts asinsspiediens vai cukura diabēts. Tomēr ģimenes hiperholesterinēmijas gadījumā sirds artēriju aizsērēšana ar holesterīnu var notikt, pat ievērojot perfektu dzīvesveidu.

## Jāpārbaudās jau bērnībā

"Daudzās pasaules valstis, arī Latvijā, seko ieteikumam, ka pirmo reizi holesterīna līmenis jānosaka bērniem vecumā no 5 līdz 10 gadiem, kad vielmaiņu vēl nav nelabvēligi ietekmējis dzīvesveids un iespējams savlaicīgi atpazīt ģimenes hiperholesterinēmiju. Tas nenozīmē, ka bērnam noteikti būs jālieto zāles, taču lielāka

"Daudzās pasaules valstis, arī Latvijā, seko ieteikumam, ka pirmo reizi holesterīna līmenis jānosaka bērniem vecumā no 5 līdz 10 gadiem, kad vielmaiņu vēl nav nelabvēligi ietekmējis dzīvesveids un iespējams savlaicīgi atpazīt ģimenes hiperholesterinēmiju. Tas nenozīmē, ka bērnam noteikti būs jālieto zāles, taču lielāka

uzmanība jāpievērš uzturam un fiziskām aktivitātēm. Iespējams veikt arī tā saucamo reverso skrīningu, lai diagnosticētu šo slimību bērnu vecākiem," norāda kardiologs. Ja kādam no vecākiem diagnosticēta šī slimība, vēlams ātrāk. Neatkarīgi no tā, vai ģimenē kādam jau ir paaugstināts holesterīna līmenis, bijis miokarda infarkts vai citas sirds asinsvadu slimības, sākot no 18 – 20 gadu vecuma, ikvienam jāzina sava holesterīna skaitlis. Turklat, jo cilvēks vecāks, jo tam ir lielāka nozīme.

Ja radušās aizdoma par ģimenes hiperholesterinēmiju, vispirms jādodas pie savā ģimenes ārsta, kurš izvērtē visas pazīmes, kas varētu norādit uz šo ģenētiski pārmanoto slimību. Ja aizdomas ir pamatojas, pacientam jāsazinās ar Latvijas Ģimenes hiperholesterinēmijas reģistra speciālistiem, lai vienotos par ambulatoru vizīti Latvijas Kardioloģijas centrā, kuras laikā tiek analizēta ne tikai pacienta slimības vēsture, piemēram, analīžu un iepriekš veikto sirds un asinsvadu izmeklējumu rezultāti, bet arī noteikta diagnoze, izmantojot starpautiski pieņemtu skalu. Jatas nepieciešams, sadarbībā ar Latvijas Biomedicīnas pētījumu un studiju centru tiek veiktas arī ģenētiskās analīzes. Latvijā uzsākta arī pacientu kaskādes skrīnings, kura mērķis ir pārbaudit un apzināt vīsus pirmās un otrs pakāpes radiniekus, kuriem varētu būt šī slimība. Tas vajadzīgs, lai laikus novērstu komplikāciju, piemēram, miokarda infarkta un citu sirds asinsvadu slimību rāšanos, kā arī lai pārbaudītu un pasargātu pārējos ģimenes locekļus.

Ja slimību apstiprina, ar dzīvesveida izmaiņām vien vēlamo zema blīvuma holesterīna līmeni sasniegta nevar. Pieaugušajiem pacientiem jāuzsāk terapija ar statīnu grupas medikamentiem jau no 18 – 20 gadu vecuma, bet bieži vien nepieciešama vairāku zāļu kombinācija un regulāras vizites pie kardiologa.

## Kad jāvēršas Latvijas Ģimenes hiperholesterinēmijas reģistrā

- Ja šī slimība diagnosticēta pirmās pakāpes radiniekam – vecākiem, brāļiem, māsām, bērniem,
- asinsanalīzēs konstatēts augsts holesterīna līmenis – vīrs 8 mmol/l,
- ne tikai pašam, bet vēl kādam ģimenes loceklim holesterīna līmenis ir vīrs 7 mmol/l,
- holesterīna līmenis vīrs 7 mmol/l un ģimenē bijuši pēkšņas nāves vai agrīnas sirds slimības gadījumi,
- zema blīvuma holesterīna (ZBLH) līmenis ir lielāks par 5 mmol/l,
- ārsts atklājis cīplu ksantomas,
- pašam vai pirmās pakāpes radiniekam agrīnā vecumā (vīriešiem pirms 55 un sievietēm pirms 60 gadiem) diagnosticēta sirds artēriju slimība ar holesterīna izgulsnēšanos, piemēram, miokarda infarkts, implantēti stenti u. c.