

## Health Risks for Asians

### Mga Panganib sa Kalusugan para sa Mga Asian

Matuto pa tungkol sa mga panganib na posibleng kinakaharap mo

Pinapabuti ang kalusugan ng mga Asian at Asian-American mula sa iba't ibang lugar

Stanford Medicine: Center for Asian Health Research and Education

- 1. Diyabetis**  
Ang Panganib: Mataas ang panganib ng pagkakaroon ng diyabetis sa mga Asian na may BMI na mas mataas sa 23.  
Ang Susunod na Hakbang: Bantayan ang iyong BMI at magpa-screen.
- 2. Depresyon**  
Ang Panganib: Higit na mas madalang itong iniulat sa mga populasyon ng mga Asian.  
Ang Susunod na Hakbang: Maaaring iba ang mga sintomas ng depresyon na nararanasan ng mga Asian kumpara sa ibang mga grupo. Makipag-usap sa iyong doktor.
- 3. Gout**  
Ang Panganib: Maaaring magkaroon ng malubhang reaksyon sa balat ang mga taong may lahing Chinese kapag gumagamit sila ng gamot na Allopurinol.  
Ang Susunod na Hakbang: Magpasuri para sa HLA-B\*5801 o uminom ng Uloric (febuxostat).
- 4. Gastric Cancer**  
Ang Panganib: Partikular na mas mataas nang ilang beses ang panganib ng pagkakaroon ng gastric cancer para sa mga Korean, Japanese, at Chinese.  
Ang Susunod na Hakbang: Pag-isipang sumailalim sa endoscopic screening.
- 5. Mataas na Cholesterol**  
Ang Panganib: Kayang doblehin ng gamot para sa kolesterol na Crestor, na kilala rin bilang rosuvastatin, ang mga antas ng gamot sa mga Asian kumpara sa mga Caucasian.  
Ang Susunod na Hakbang: Magsimula sa pinakamababang dosis na 5 mg at bantayang maigi ang mga epekto nito.
- 6. Sakit sa Puso**  
Ang Panganib: Mas malaki ang panganib na maatake sa puso ang mga South Asian sa batang edad, 25% ng mga kalalakihan ang nakakaranas ng unang atake sa puso sa edad na 40.  
Ang Susunod na Hakbang: Magpa-screen para sa diyabetis, antas ng kolesterol, at altapresyon. Pag-isipan ding sumailalim sa coronary calcium scan.
- 7. Alcohol Flush Syndrome**  
Ang Panganib: Karaniwang namumula ang mga East Asian pagkatapos nilang uminom ng alak na pumapangalawa sa variant ng ALDH2, na kilala bilang ALDH2\*2.

Ang Susunod na Hakbang: Hindi mabuti sa kalusugan ang pamumula at ang pag-inom ng alak para sa mga taong nakakaranas nito ay nauugnay sa mas mataas na panganib ng pagkakaroon ng esophageal cancer.

8. Hepatitis B

Ang Panganib: Karaniwang nakikita ang Hepatitis B sa mga Asian.

Ang Susunod na Hakbang: Magpasuri para sa Hepatitis B.

9. Nasopharyngeal Cancer

Ang Panganib: Karaniwang nakikita ang sakit na ito sa maraming sub-group ng mga Asian.

Ang Susunod na Hakbang: Matuto pa sa [care.stanford.edu](http://care.stanford.edu)

May lahi ka bang Asian? Kung gayon, maaaring mataas ang panganib mong magkaroon ng ilang partikular na problema sa kalusugan na hindi mo nalalaman. Narito ang CARE, ang Center for Asian Health Research and Education, sa Stanford University para pagbutihin ang kalusugan ng mga Asian mula sa iba't ibang lugar. Magpatuloy sa pagbabasa para matuto pa tungkol sa iyong kalusugan at sa mga karaniwang isyung kinakaharap ng mga Asian ngayon.

Makipag-ugnayan sa amin sa [stanfordcare@stanford.edu](mailto:stanfordcare@stanford.edu). Maaari kang matuto pa tungkol sa CARE at sa kung paano kami masusuportahan sa <https://med.stanford.edu/care.html>.