

あなたの血糖値（ ） ヘモグロビン A1c [HbA1c]（ ）

● 血糖コントロール状態の指標と評価

指標	優	良	可		不可
			不十分	不良	
HbA1c (%)	5.8 未満	5.8～6.4	6.5～6.9	7.0～7.9	8.0 以上
空腹時血糖値(mg/dl)	80～110 未満	110～130 未満	130～160 未満	160 以上	
食後 2 時間血糖値(mg/dl)	80～140 未満	140～180 未満	180～220 未満	220 以上	

*空腹時血糖値が160 (mg/dl) 以上、食後血糖が220 (mg/dl) 以上、HbA1c が8%以上に維持されると、合併症発症および進展の可能性が非常に高くなるということです。

Q. HbA1c ってなんですか？

A. 血糖をコントロールする指標に使われる検査の1つです。過去1～2ヶ月の血糖コントロールの状態を反映しています。検査日の血糖値が良好でも HbA1c が高ければ、その人の過去1～2ヶ月血糖コントロールをトータルで見ると悪かったということがわかります。6.5%未満であればコントロールは良好といえるでしょう。



ワンポイントアドバイス

検査直前にあわてないように毎日の食事・運動に気をつけて指示通りの服薬を心がけましょう。

D3 年 月 日 本日の担当薬剤師