

糖尿病だより

糖尿病の検査値

～血糖とHbA1cについて～

糖尿病が疑われる場合に行う代表的な検査項目として、
血糖と**HbA1c**があります。

血糖

血液中のブドウ糖の濃度。



HbA1c

過去1～3ヶ月の平均血糖値を反映。

血糖、HbA1cの検査値により「正常型」、「糖尿病型」、「境界型（糖尿病予備群）」の3つに分類されます。

糖尿病型

血糖（空腹時）126mg/dL以上
OGTT2時間値 200mg/dL以上
血糖（随時） 200mg/dL以上
HbA1c 6.5%以上（NGSP値）

境界型
（糖尿病
予備群）

血糖（空腹時）110mg/dL以上
OGTT2時間値 140mg/dL以上
HbA1c 6.1%以上（NGSP値）

- ✓ 健康診断などで「糖尿病型」に当てはまった場合は糖尿病が強く疑われるので、すぐに医療機関を受診しましょう。
- ✓ 「境界型」に当てはまった場合も早めの受診をおすすめします。
- ✓ 食事の改善、運動、禁煙などは血糖値の改善に繋がります。小さなことでも、できることから取り組んでみましょう。