

糖尿病だより

糖尿病の検査値

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

- ・ 血液に含まれるブドウ糖の濃度。

HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）

- ・ 過去1～3ヶ月の平均血糖値を反映。

血糖値、HbA1c値の高さで「正常型」「糖尿病型」「境界型」に分類されます。

糖尿病型

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

境界型

血糖（空腹時） 110 mg/dL以上
OGTT2時間値 140 mg/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。
- ✓ 食生活の改善、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。