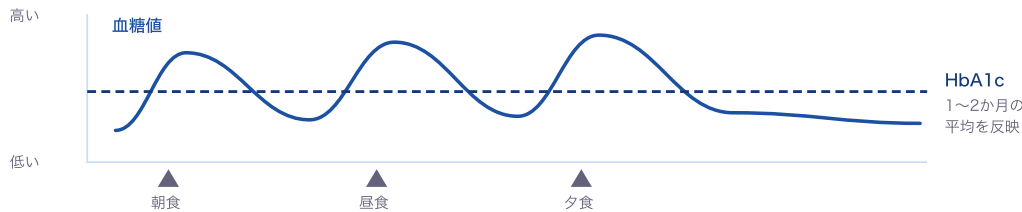


血糖値はその瞬間の値、HbA1cは1～2か月の平均です。
2つが食い違って見えることもありますが、どちらも必要な情報です。

Q 2つは何が違うのですか



血糖値は上下しますが、HbA1cはその平均を反映する指標です。

血糖値は、採血したその瞬間の値です。食事や運動ですぐに上下します。

HbA1c(ヘモグロビン・エー・ワン・シー)は、**ブドウ糖とくっついたヘモグロビンの割合**です。

ヘモグロビンは、赤血球の中にある酸素を運ぶ色素です。

過去1～2か月の**血糖の平均**を反映するので、**採血の直前だけ気をつけても変わりません**。

Q どちらを見ればよいのですか

両方見ます。HbA1cだけでは、**低血糖を起こしていても平均が下がって「よい値」に見える**ことがあります。

血糖値だけでは、**測った日がたまたまよかったのか**が分かりません。

Q 目標はどのくらいですか

項目	目標	補足
HbA1c	7.0%未満	合併症を防ぐための目安
空腹時の血糖	130mg/dL未満	HbA1c 7%に対応する値
食後2時間の血糖	180mg/dL未満	同上

年齢や体の状態によって、**目標値は個別に設定**します。

低血糖を起こしやすい方はゆるめに、若くて合併症のない方は厳しめにします。

Q HbA1cは必ず正確ですか

貧血・肝臓の病気・透析を受けている場合などでは、HbA1cが実際の血糖と食い違うことがあります。

これらの病気では、赤血球の寿命が変わることでHbA1cの値が影響を受けてしまいます。

(高く出ることも低く出ることもあります)

その場合は**グリコアルブミン**など、別の検査項目を使います。