

けんさのおはなし

臨床検査技術部





糖尿病のけんさ

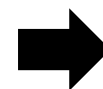
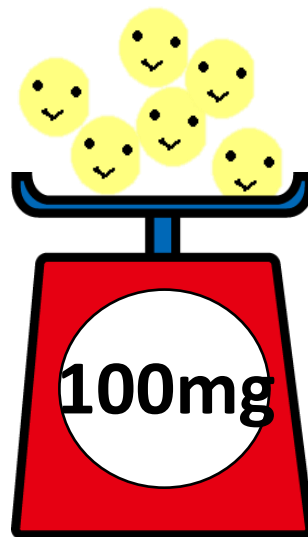
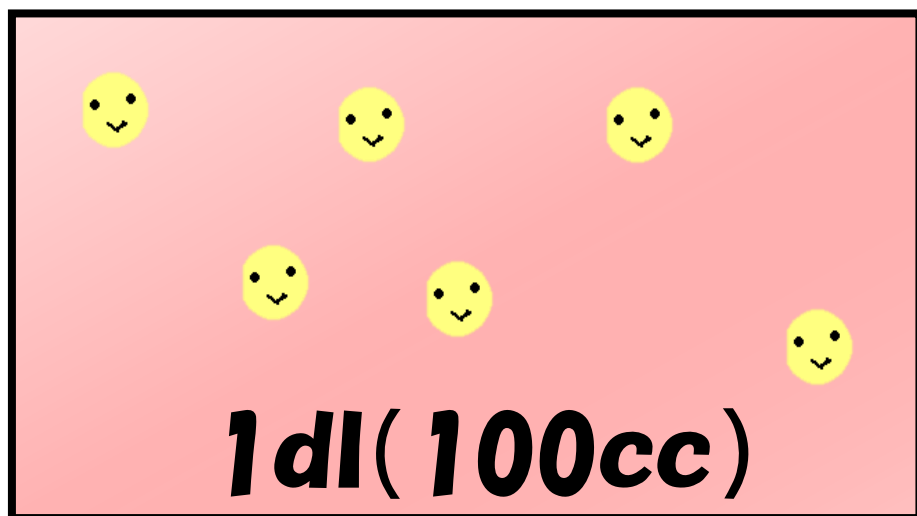
～**血糖値・HbA1c**～

血糖値ってなに？

😊 ブドウ糖

血液中のブドウ糖（グルコース）の量の事です。

血液1dlあたりに含まれるブドウ糖の量を血糖値としてあらわしています。



血糖値

100mg/dl

(基準値 70-109mg/dl)

これは血液1dl中にブドウ糖😊が
100mg含まれるから...

血糖値は100mg/dlになるんだね！



HbA1cってなに？

赤血球内にあるヘモグロビンと血液中のブドウ糖がくっついたもので、過去4ヶ月の血糖値の平均を表します。

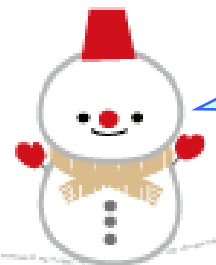
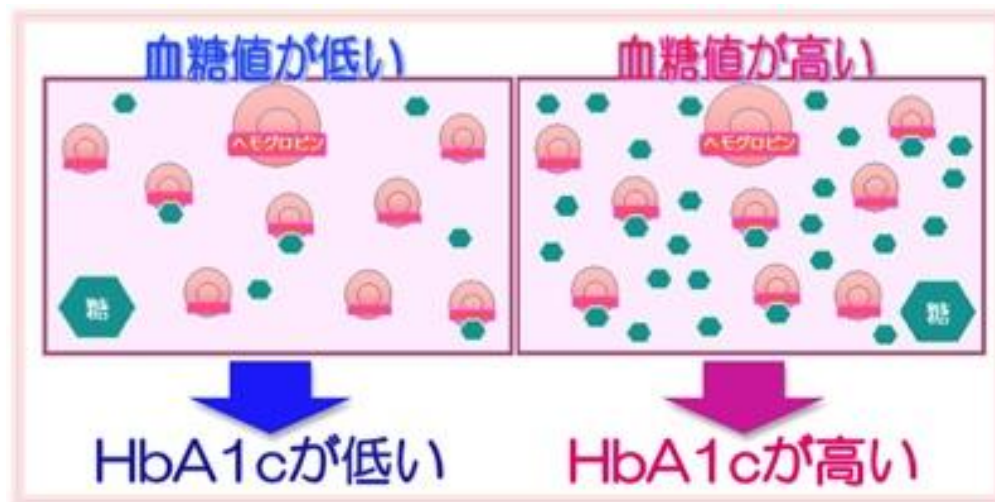
診察の直前に指導通りの生活をして血糖値が下がってもHbA1cは下がらないから、**血糖値の通知表**とも呼ばれているんだ！



基準値：4.6～6.2%

合併症予防：7%未満

基準値は決まっているけど、**目標値は人それぞれ！**





HbA1cでなにがわかるの？

- **血糖値が高いほど、HbA1cは高くなる**
- **HbA1cが高いと、血糖値が高い状態が続いている**

HbA1cをみれば、血糖値がどんな状態だったのかわかるんだね！

でも数字をみてもよくわからないなあ…



**大丈夫！
HbA1cの考え方について学ぼう！**



基準値：4.6～6.2%

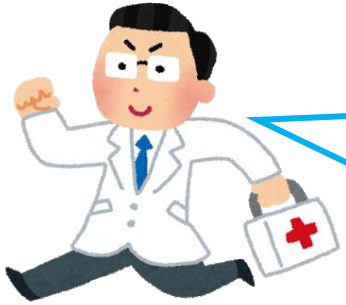
HbA1cが6%の人が7%になると
先生は

「もう少しさげましょう」

と言います。

1%しかあがっていないのに
どうして下げる必要があるのでしょうか？

HbA1cの考え方



ここに3人の患者さんがいます。
それぞれのHbA1cは・・・

Aさん
6%



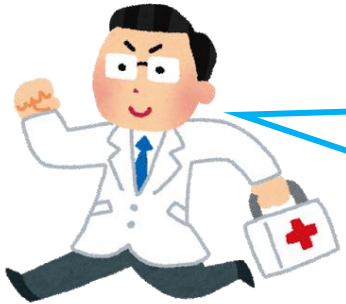
Bさん
7%



Cさん
8%



HbA1cの考え方



どうしてBさんやCさんはしんどそうなのかな？
HbA1cの値に30を足して考えてみよう！！

Aさん

$$6+30=36$$



Bさん

$$7+30=37$$

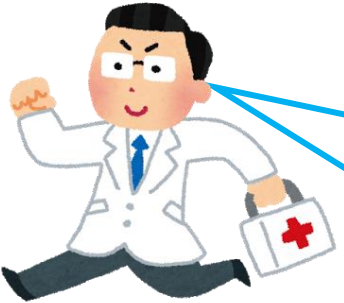


Cさん

$$8+30=38$$



HbA1cの考え方



この数字は体温だね！体温が37度を超えるとしんどい
ですよ。お熱を下げなくては！

Aさん
36度



Bさん
37度



Cさん
38度



HbA1cの考え方



HbA1cも同じように、7%を超えると高くなっているのです。

Aさん

36度

HbA1c 6%



Bさん

37度

HbA1c 7%



Cさん

38度

HbA1c 8%



HbA1cの考え方

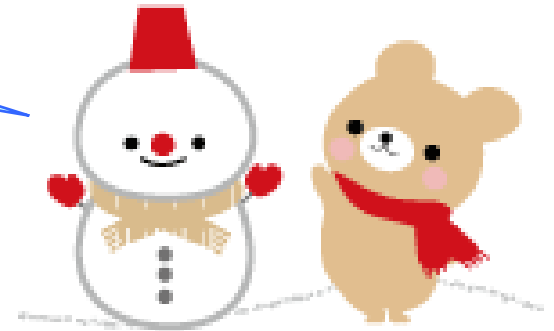


みなさんのHbA1cはどうですか？

$$\text{HbA1c} + 30 = \text{体温}$$

症状がなくても体の気持ちは分かりますよ。

検査について少し詳しくなったね！
自分の血糖値やHbA1cも
みかえしてみてください！



ありがとうございました。