

2020/11/17

糖尿病は体全体の病気です。  
自覚症状がなくても通院し、定期的に検査を受けて、自分の糖尿病がどのような状態にあるのかチェックしましょう！



## 血糖コントロール、合併症予防に

## 下記検査に注目しましょう！

検査の種類		基準値* /目標値	結果からわかること
血糖 コントロール	HbA1c (ヘモグロビン エーワンシー)	4.6~6.2 (%)	過去1~2か月間の血糖の状態がわかります。 合併症予防は <b>7%未満</b> を目標に！
	血糖 (mg/dL)	空腹時 70~110 食後2時間 140未満	採血時の 血糖値  <b>空腹時：130mg未満 食後2時間：180mg未満</b>
脂質代謝	HDL-C (善玉コレステロール)	≥40** (mg/dL)	脂質代謝検査異常では、 脳卒中や心筋梗塞などの動脈硬化性疾患の 危険性が高くなります。  **：目標値（糖尿病ガイドより）
	LDL-C (悪玉コレステロール)	<120** (mg/dL)	
	TG (中性脂肪)	空腹時 <150** (mg/dL)	
腎機能	Cr (血中クレアチニン)	男性 0.6~1.2 (mg/dL)	Crは腎機能が低下すると上昇します。 筋肉量の影響を受け、高齢者や小柄な人は 低くなる傾向にあり、腎機能を正しく評価 できないことがあります。 その為、年齢と性別から推定するeGFRが 作られました。
		女性 0.4~0.9 (mg/dL)	
	eGFR (推定糸球体ろ過量)	≥60 (mL/min/ 1.73m <sup>2</sup> )	腎臓が1分間にどのくらいの血液をろ過し、 尿を作れるかを示す指標です。 クレアチニンと年齢、性別から推定します。

