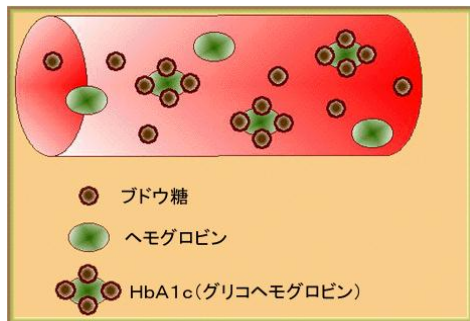


健康新聞 Ver・20



についてお話ししたいと思います。
る方はご準備を☆

HbA_{1c}(ヘモグロビンエーワンシー)とは？

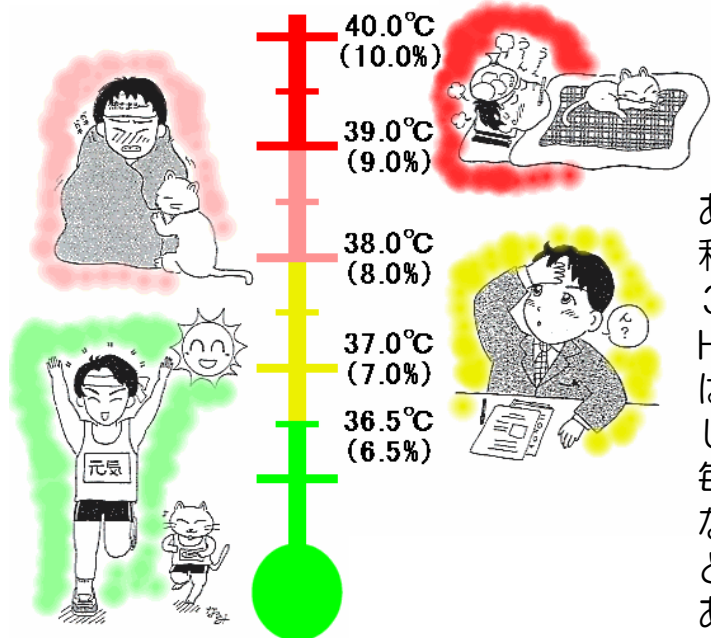


糖尿病の治療経過を評価する**重要な検査**です。
赤血球中のヘモグロビン (Hb) にブドウ糖が結合したものをいいます。
高血糖すなわち余っている糖が多ければ多いほど結びつきが増えHbA_{1c}も多くなります。

赤血球には120日と寿命があり、HbA_{1c}は採血したその日から**過去1~2ヶ月の平均血糖値**を示すものです。
病院に行く2.3日前にちょっと食事を節制しても、
誤魔化せない、**毎日の生活の通知表**のような検査なのです。



正常値：4.3~5.8%
コントロール目標値：<6.5%



あなたのHbA_{1c}はいくつですか？
私たちに最もなじみのある体温と比較してみましょう。
30を足すとちょうど体温に近くなるので体温に例えて覚えましょう
HbA_{1c}が6.5%の時は平熱で元気。7%の時は体温が37度、8%の時は38度、9%の時は39度、10%の時は40度に相当するとイメージしてください。
毎日38度台の熱があると誰でもおかしいと思うでしょうし、40度台なら寝込んでしまうでしょう。HbA_{1c}が高いということは、体にとってはこの例え話くらいの負担があるのです。
あくまでも正常値は**4.3~5.8%**です。

お知らせ

2012年4月からNGSP値へ

6.0% $+0.4\%$ **6.5%**

国際標準化に伴い、2012年4月から、新しいHbA1c（NGSP）が使われることになりました。これまでのものから、およそ0.4%高くなります。※以前のHbA1cの数値（JDSと記載されているもの）と比較するときは、0.4%引いてください。

高くなります。

以前のHbA1cの数値と比較するときは、0.4%引いて考えてください。

新しいHbA1c(NGSP)値が6.5%以上の場合は、糖尿病が強く疑われます。



尿糖とは？

正常値：（－）[マイナス]

『尿に糖が下りている』と耳にしたことはありませんか？その状態が尿糖が（＋）[プラス]の状態なのです。血液中の糖は多過ぎると尿に排泄されます。尿を検査することで血糖の状態を間接的に知ることができます。健康な人の場合、尿に糖が現れることはありません。しかし、糖尿病だと血液中に使われずにいるブドウ糖が多くなり、その分が尿糖として排泄されてくるのです。



タンパク尿とは？

正常値：（－）[マイナス]

『尿にタンパクが下りている』と耳にしたことはありませんか？その状態がタンパク尿が（＋）[プラス]の状態なのです。糖尿病の腎臓の合併症が進み腎臓の機能低下が見られると尿中に蛋白が排泄されてきます。タンパク尿の程度はまちまちで、プラス1(+-)のものからプラス4(++++)のものまであります。プラスが多いほどタンパクが多く出ており重症です。



試験紙に尿を直接かけて尿糖・蛋白検査を手軽にできる検査薬も販売しています。日頃の健康チェックに！
10枚入り1箱893円（税込）

文責：瀬川 美樹

有限会社 **せがわ薬局**

石川県七尾市鍛冶町50番地

TEL 53-0810 FAX 53-3557

<http://www.segawa-pharmacy.com/>