

# 検査値を記録してみましょう

遠DM1

※HbA1c値は国際標準化に伴いNGSP値で表

年													
月日													
糖尿病診療ガイドライン2013	 	9.4%											 <p>昏睡 <b>死</b> とても危険</p> <p>8.0%以上が続く場合、治療の変更を考慮する</p> <p><b>合併症の危険がさらに大きくなる！！</b></p> <p>HbA1c 8.0%を超えると網膜症、腎症、神経症の発症率がさらに高くなる</p> <p><b>細小血管症の危険！</b></p> <p>糖尿病性網膜症 糖尿病性腎症 糖尿病性神経障害 糖尿病の3大合併症の危険</p> <p><b>大血管症の危険！</b></p> <p>軽度の高血糖状態から心筋梗塞や脳梗塞の発症率が高くなる</p> <p>将来の糖尿病発症や動脈硬化発症リスクが高い</p> <p><b>HbA1c</b> 赤血球の成分(血色素)である蛋白質と糖がくっついた状態。過去1~2ヶ月の血糖値を、平均した値で現します。 ※ただし、貧血や腎臓、肝臓の病気がある方は要注意！赤血球の数が少ない場合、HbA1cは通常よりも低値になりやすいです。</p>
		9.2											
		9.0											
		8.8											
		8.6											
		8.4											
		8.2											
		8.0%											
		7.8											
		7.6											
		7.4											
		7.2											
		7.0%											
糖尿病領域 (医療機関受診)	6.8												
	6.6												
	6.4												
境界領域	6.2												
	6.0%												
正常高値	5.8												
	5.6												
	5.4												
正常域	5.2												
	5.0												
糖代謝検査	HbA1c	NGSP値											
	血糖値 (mg/dl)	空腹時											
		食後 食後時間											
その他の検査など													

(科学的根拠に基づく糖尿病診療ガイドライン2013)

## 検査項目の意味

血中脂肪	LDLコレステロール	動脈硬化を促進！ LDLは悪玉コレステロール。血液中にたくさんあると、酸化して血管の内側を硬くします。また、中性脂肪が高いと血液はドロドロし、LDLは増加、お掃除役のHDLを下げてしまいます。内臓にも脂肪がたまって脂肪肝となり、血圧や血糖もあがります。
	HDLコレステロール	
	中性脂肪	
腎臓	尿糖	血糖値が170mg/dlを超えると、尿に糖が出ます。
	尿蛋白	腎臓の機能低下が進むと、現れることがあります。
	尿潜血	尿蛋白と一緒に現れるときは、腎臓の機能低下を疑います。
	尿酸	尿検査ではありません。血液中にある物質で、プリン体を代謝した際に生じる老廃物(燃えカス)をいいます。通常は尿中に排泄されますが、プリン体を含む食品を多く摂りすぎたり、アルコールで排泄が抑制されたり、腎機能が悪くなる等が原因で増えます。7.0を超えると「高尿酸血症(一般的に痛風)」といい、血液中の尿酸は結晶化し(トゲトゲしてくる)、痛風関節炎や腎障害(痛風腎)、尿路結石の原因となります。
血液一般	白血球数	外部から体内に入った細菌やウイルスなどの異物や、役割を終えた細胞を排除します。
	赤血球数	酸素を運ぶ働きをします。少ないと、酸素の運搬能力が低下し、貧血となります。
	ヘモグロビン濃度	赤血球の中にある成分で、酸素を運びます。ヘモは鉄で、グロビン(グロブリン)は蛋白質です。
	ヘマトクリット値	血球の容積を現します。高いと、血液がドロドロしてつまりやすい(血栓がでやすい)状態になります。
	血小板数	血液をかためる働きがあります。

自由に記録し、検査結果を管理しましょう。