糖尿病だより

2018年5月
No.56

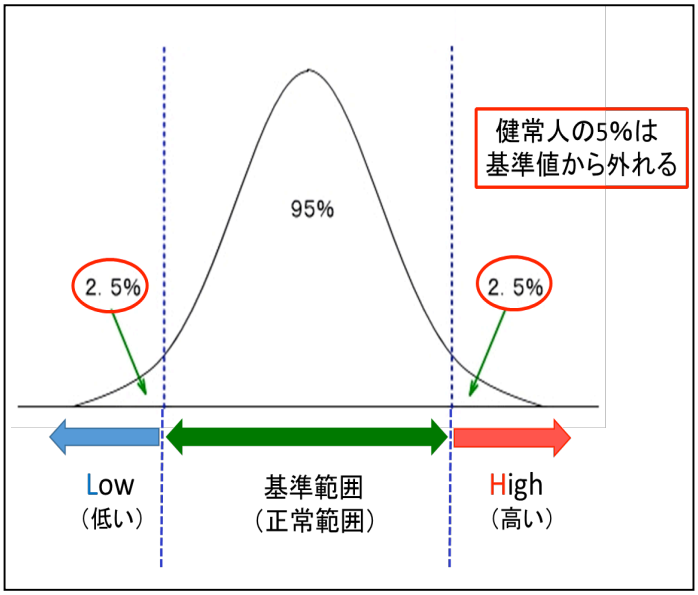
～臨床検査科より～　検査データの見方について

～基準値（正常値）とは～

健康とみなされた多くの人の検査データをもとに、統計学的に求められた全体の95%の人が含まれる値です。このため、健康であっても20人に1人は基準値から外れます。

一方、各個人の基準範囲は、集団の基準範囲より狭いので、検査結果を保管して自分なりの基準範囲を知っておくと、体の小さな変化を発見するのに役立ちます。

少しの変化で一喜一憂する必要はありません。気になるときは主治医に相談しましょう。



**糖尿病関連の検査は基準値ではなく、合併症予防のための目標値が重要です。
目標値を目指し、食事・運動療法を実践しましょう！**

～血糖コントロールの目標～

目標	血糖正常化を目指す際の目標	合併症予防のための目標	治療強化が困難な際の目標
HbA1c	6.0% 未満	7.0% 未満	8.0% 未満

合併症予防のために可能であればHbA1c 7.0%未満を目指します。

糖尿病のコントロールには食事・運動などの生活習慣を変えることと、その継続が欠かせません。皆様の糖尿病療養に役立つ情報をこの「糖尿病だより」で発信していきます。

糖尿病療養指導スタッフ一同　　国立病院機構 姫路医療センター