

HbA1C の目標とは？



こんにちは。たかベクリニックです。今回は、HbA1c（ヘモグロビン・エイワンシー）の目標についてのお話しです。

赤血球の中のHb（ヘモグロビン）という色素のうち、ブドウ糖と結合している割合を示すのがHbA1cと呼ばれるもので、赤血球の糖化度を利用し過去1～2ヵ月の血糖コントロール状態を示しています。血糖値が高いほどHbA1c値も大きくなり、合併症の進行と深く関係しています。

何%を目標にして治療を継続していくかは、年齢や罹病期間などその方その方の背景に考慮ながら、以下のように設定しています。

- **血糖正常化を目指す際の目標⇒ 6.0%未満**

食事療法や運動療法だけで達成可能なときの目標

お薬で治療中の場合でも、低血糖などの副作用がなく達成可能な場合の目標

- **合併症予防のための目標⇒ 7.0%未満**

血管を守るため、神経障害・網膜症・腎臓症の3大合併症を予防するために、お薬を使用してでも目指したい値

- **治療強化が困難な際の目標⇒ 8.0%未満**

外科的な手術が延期なく受けられるギリギリの値

低血糖などにより積極的に治療を行えない場合の目標

血糖コントロール目標 NGSP値に統一

治療目標は年齢、罹病期間、臓器障害、低血糖の危険性、サポート体制などを考慮して個別に設定します。



※1 適切な食事療法や運動療法だけで達成可能な場合、または薬物療法中でも低血糖などの副作用なく達成可能な場合の目標とします。

※2 合併症予防の観点からHbA1cの目標値を7%未満とします。対応する血糖値としては、空腹時血糖値130mg/dL未満、食後2時間血糖値180mg/dL未満をおおよその目安とします。

※3 低血糖などの副作用、その他の理由で治療の強化が難しい場合の目標とします。

※4 いずれも成人に対する目標値であり、また妊娠例は除くものとします。

日本糖尿病学会編 糖尿病治療ガイド2014-2015 P20, P.22, 文光堂 2014より改変

HbA1c は血糖と違い、食事の影響を受けないため食前・食後を問わずいつでも検査ができます。HbA1c の目標を定めてコントロールを続けていくことで、糖尿病による合併症を防ぐことにつながります。

文責 看護師 成田 糖尿病専門医 高部