

さんの糖尿病の危険度

平成 年 月 日

☆ 下の表の○で囲まれたところが、今回のあなたの糖尿病の状態です。

【指標は、検査結果（HbA1c または空腹時血糖）の高い方が選択されます。】

| 検査結果 | | 指 標 | 今後の方針 |
|------------------------|-------------------|-----------|---|
| HbA1c (%) (下段はJDS値) | 空腹時血糖値 (mg/dl) | | |
| 5.5以下 (5.1以下) | 99以下 | 正 常 | <p>来年も健診を受けてください。</p> <p>今の状態が続くよう、適度な運動とバランスの良い食事を心がけましょう！</p> |
| 5.6～5.9 (5.2～5.5) | 100～ 109 | 正常高値 | <p><u>要生活改善</u></p> <p>生活習慣を見直しましょう！</p> |
| 6.0～6.4 (5.6～6.0) | 110～ 125 | 糖尿病 疑い | <p><u>要 受 診</u></p> <p>このまま放置するのは危険です。必ず病院を受診して再検査をうけましょう。</p> |
| 6.5以上 (6.1以上) | 126以上 | 糖尿病 | <p><u>要 医 療</u></p> <p>すぐに医療機関を受診してください。</p> |

| | |
|----------------------|--|
| <p>糖尿病 治 療 中</p> | <p>治 療 継 続</p> <p>自己判断で治療を中止せず、定期的に医療機関を受診しましょう。</p> |
|----------------------|--|

※HbA1c が上昇するほど心筋梗塞や脳梗塞などの合併症発症率が上がります。（裏面参照）