



DCT 通信 vol. 6

～糖尿病の検査ってどんなことするの？～

糖尿病の状態を知るために色々な検査をします。その中でも代表的な検査をご紹介します。

血液検査

✓ 血糖値

血液の中にブドウ糖がどのくらいあるかを調べる検査です。

空腹時血糖値の基準値は **70～109mg/dl** が目安です。

食後 2 時間血糖値は、**140mg/dl** 未満が理想とされています。
エーワンシー

✓ HbA1c(ヘモグロビン A 1 c)

HbA1c は、赤血球に含まれるヘモグロビン（血の中のたんぱく質）にブドウ糖がくっついたものです。赤血球は毎日作られ約 4 ヶ月活動しますが、古い赤血球は新しい赤血球に比べて割合が低く、ブドウ糖がつくヘモグロビンのほとんどが過去 1～2 ヶ月に作られたものです。

つまり HbA1c は過去 1～2 ヶ月の血糖の平均を教えてくれる“通知表”のような存在です。

基準値は **4.6～6.2%** です。



尿検査

✓ 尿糖

おしっこの中にブドウ糖が出ているかどうか見る検査です。

通常健康な人では尿にブドウ糖は出ません。「尿に糖が出ている＝血糖が高すぎる」というサインです。血糖値が約 170 mg/dl を超えると、尿にブドウ糖が出るようになります。

✓ 尿蛋白

糖尿病性腎症になると腎臓の糸球体が障害され、尿中に蛋白が出てきます。健康な人でも激しい運動や発熱などで出てきますが、通常は出てきません。

✓ 尿中アルブミン

上記の尿蛋白より早い段階で腎症を発見できる検査ですが、通常の尿一般定性検査では検査できません。基準値は **30mg/g・cre** 未満です。



検査は今の体の様子を覗いてみる窓のようなものです。

不安なことがあれば、医師、看護師、検査技師、糖尿病療養指導士に気軽にご相談ください。

(2025/8 月作成)