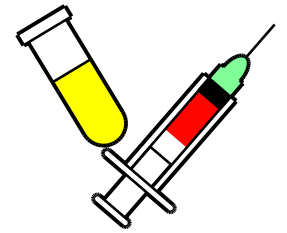


## 2. 血糖の状態を知る検査 2. 了解血糖状况的检查

★血糖：けっとう、グルコース、Glu  
血糖：葡萄糖（Glucose）、Glu

[基準値] 空腹時70~110mg/dL 随時 $\leq$ 200mg/dL

[参考値] 空腹70-110mg/dL 随机 $\leq$ 200mg/dL



- 血液中のブドウ糖濃度を表しています。  
血糖是指血液中的葡萄糖浓度。
- 100~110mg/dLは正常高値といい、糖尿病になる可能性が高くなります。  
空腹血糖値处于100-110mg/dL称为正常高值，罹患糖尿病的可能性会增高。
- 空腹時とは、最後に食事をしてから約10時間経った時のことです。  
空腹是指从最后一次进餐之后经过大约10个小时以上的状态。
- 随時血糖とは、食事のタイミングにかかわらず測定した血糖値です。  
随机血糖是指空腹以外,在不管有否进食的情况下所测量的血糖值。

★HbA1c：ヘモグロビンエーワンシー  
HbA1c：糖化血红蛋白(糖化血红素)

[基準値] 4.6~6.2%(NGSP)

[参考値] 4.6-6.2% (NGSP)

- 血液中のヘモグロビンは、全身に酸素を運ぶ働きをしています。  
血液中的血红蛋白具有负责将氧气输送到全身的功能。
- ヘモグロビンにブドウ糖がくっついたものがHbA1cであり、1~2ヶ月前の血糖の状態がわかる検査です。  
HbA1c是指与葡萄糖相结合的血红蛋白，可以查出1至2个月前的血糖状况。
- 自分の目標を知っておきましょう。  
对自己的病情及治疗目标要有所瞭解。

## ★尿糖：にょうとう 尿糖

[基準値] 陰性 (-)

[参考値] 阴性 (-)

- 尿にでるブドウ糖のことで、血糖値が高い時には血液中のブドウ糖が尿の中にでます。  
指尿液中出现的葡萄糖。在血糖值偏高时，血液中的葡萄糖会出现于尿液中。
- 血糖値が約170mg/dLを超えると尿糖が陽性 (+) になります。  
血糖值在大约超过170mg/dL以上，尿糖会呈现阳性 (+)。



## ★経口（けいこう）ブドウ糖負荷試験：75g OGTT 口服葡萄糖耐量试验：75g OGTT

- 糖尿病を診断するための検査です。  
要诊断糖尿病时所使用的检查。
- 何も食べないで10時間以上たった後に、75gのブドウ糖を溶かした水を飲んで、その後の血糖値の変化を見ます。  
在10小时以上都不吃任何食物和饮料(不含糖份的茶.水除外)，  
喝下溶有75克葡萄糖的水，观察随后血糖值的变化。
- ブドウ糖を飲んだ2時間後が140 mg/dL未満だと正常型、140~200未満 mg/dLが境界型、200 mg/dL以上は糖尿病型です。  
喝下葡萄糖2小时后的血糖值,若是低于140mg/dL为正常型，  
140-200mg/dL为临界型(边缘型)，200mg/dL或以上为糖尿病型。
- 空腹時の血糖値が基準値の範囲でも、食後の血糖値が高い場合は、将来、糖尿病になる可能性が高くなります。  
即使空腹血糖值在参考值范围内，但如果餐后血糖值偏高，  
那么将来罹患糖尿病的可能性就会增高。