

## 2. Xét nghiệm để biết tình trạng đường huyết

### 血糖の状態を知る検査



### ★ Đường huyết: đường huyết, glucose, Glu

血糖：けっとう、グルコース、Glu

[Mức tham khảo] Lúc đói 70-110mg/dL

Ngẫu nhiên  $\leq 200$ mg/dL

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

- Thể hiện nồng độ glucose trong máu.  
血液中のブドウ糖濃度を表しています。
- 100 ~ 110 mg/dL được coi là mức cao thông thường và nhiều khả năng mắc bệnh tiểu đường.  
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。
- Lúc đói là khoảng 10 tiếng sau bữa ăn gần nhất.  
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。
- Đường huyết bất kỳ là chỉ số đường huyết được đo tại thời điểm bất kỳ không liên quan đến thời gian ăn uống.  
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。

### ★ HbA1c: Hemoglobin A1c

HbA1c：ヘモグロビンエーワンシー

[Mức tham khảo] 4,6 ~ 6,2% (NGSP)

[基準値] 4.6~6.2%(NGSP)

- Hemoglobin trong máu có chức năng vận chuyển oxy đi khắp cơ thể.  
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。
- HbA1c là huyết sắc tố gắn kết glucose, và đây là xét nghiệm cho biết tình trạng đường huyết từ 1 ~ 2 tháng trước.  
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。
- Hãy biết mục tiêu của bạn.  
自分の目標を知っておきましょう。

## ★ Đường niệu:

尿糖：にょうとう

### [Mức tham khảo] Âm tính (-)

[基準値] 陰性 (-)

- Glucose xuất hiện trong nước tiểu, khi mức đường huyết cao, glucose trong máu sẽ có trong nước tiểu.  
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。
- Nếu mức đường huyết vượt quá khoảng 170 mg/dL, đường niệu có kết quả dương tính (+).  
血糖値が約170mg/dLを超えると尿糖が陽性 (+) になります。

## ★ Xét nghiệm dung nạp glucose đường uống: 75g OGTT

経口 (けいこう) ブドウ糖負荷試験：75g OGTT



- Là xét nghiệm để chẩn đoán bệnh tiểu đường.  
糖尿病を診断するための検査です。
- Sau 10 tiếng trở lên không ăn gì, uống 75g đường glucose hòa tan trong nước và xem sự thay đổi mức đường huyết sau đó.  
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。
- 2 tiếng sau khi uống glucose, dưới 140 mg/dL là ở mức bình thường, 140 ~ dưới 200 mg/dL là ở mức ranh giới (tiền tiểu đường) và 200 mg/dL trở lên là ở mức bệnh tiểu đường.  
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。
- Ngay cả khi mức đường huyết lúc đói nằm trong phạm vi của mức tham khảo, nhưng nếu mức đường huyết sau khi ăn cao, nhiều khả năng mắc bệnh tiểu đường trong tương lai.  
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