

注意！



あなたの体は大丈夫？

～この数値に注目しよう～

①血糖【HbA1c(ヘモグロビン・エー・ワン・シー)】

1～2ヵ月間の平均的な血液中の血糖の状態を表します。

あなたの結果

%

要注意

境界型

糖尿病

5.6～5.9%

(空腹時血糖110～125mg/dl)

6.0～6.4%

6.5%以上

(空腹時血糖126mg/dl) 以上

②腎機能【eGFR(推算糸球体ろ過量)】

腎臓が老廃物を尿へ排出する力を示します。

あなたの結果

要注意

危険(機能低下)

90～60

自覚症状ほとんどなし

59～30

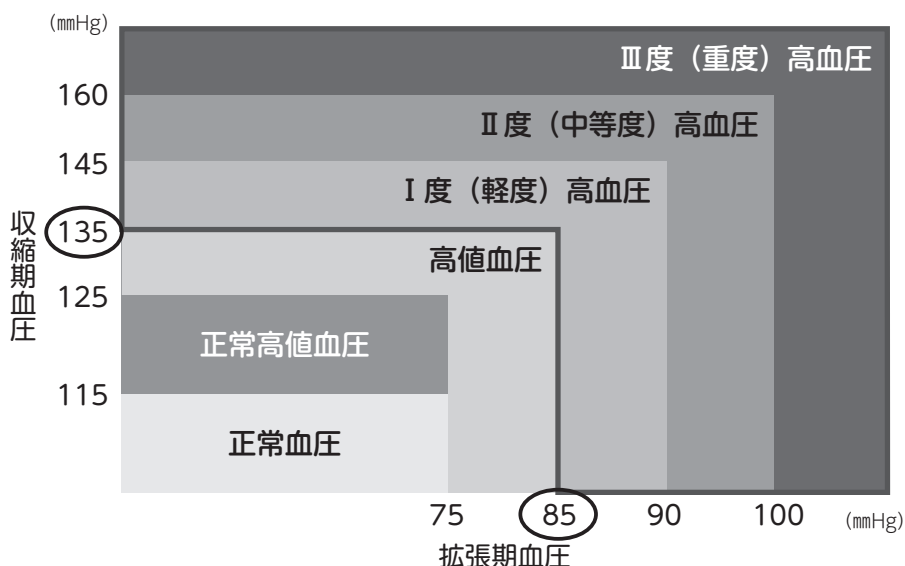
29以下

むくみが出る・透析

③血圧【収縮期血圧／拡張期血圧】

あなたの結果

mmHg



家庭血圧の場合は、
収縮期血圧135mmHg以上、
拡張期血圧85mmHg以上で
高血圧