

# 認識糖化血色素

## 一、什麼是糖化血色素

1. 血色素是紅血球中的一種蛋白質，它主要的功能是将氧氣帶到組織並將二氧化碳帶離組織，而葡萄糖可以附在血色素上，一直等到紅血球細胞衰老破壞為止，被葡萄糖附著的血色素稱為糖化血色素；一般紅血球平均壽命為 120 天，因此測定血中糖化血色素的百分比，可以反映最近 3 個月血糖的控制狀況。
2. 糖化血色素是糖尿病患重要的血糖控制指標，不過糖化血色素並非反應單純平均值，而是反映近 3~4 個月的平均值。

## 二、糖化血色素與血糖的關聯

糖化血色素值每上升 1%，平均血糖值上升約 28-29mg/dL

糖化血色素和平均血糖值對照表

糖化血色素(%)	平均血糖值(mg/dL)	控制狀況
6	126	控制良好
7	154	尚可
8	183	控制不佳
9	212	控制不佳
10	240	控制不佳
11	269	控制不佳
12	298	控制不佳

資料來源：美國糖尿病學會

## 三、血糖值和糖化血色素值不符合的原因

1. 糖化血色素值高，而血糖值偏低時，可能原因是餐前血糖值已達控制目標，但餐後血糖過高；或是缺鐵性貧血。
2. 糖化血色素值低，而血糖值偏高時，常見的狀況為曾發生血糖過低、G6PD 缺乏症和其他的血色素疾病。

## 四、結論

1. 依據衛生署最新公布標準，糖尿病病人最好能將空腹血糖控制在 70~110mg/dl，飯後血糖控制在 80~140mg/dl，及糖化血色素值控制在 6.5% 以下。
2. 研究指出，每降低 1% 的糖化血色素，就可以降低約 20~30% 的微血管(如眼底病變、腎臟病變)或 10~16% 大血管併發症(如心肌梗塞、中風)的發生或惡化。
3. 糖尿病病人每年應檢查糖化血色素兩至四次，達到 6.5% 或穩定者每年兩次，不穩定者三個月一次。

諮詢電話：07-7511131 分機 2593、2246

民生醫院全體醫護人員 祝您早日康復