

健康診断で「血糖値が高い」と言われたら？

**健診で高値 = すぐ糖尿病、ではありません。
大切なのは「放置せず、再検査で確認すること」です。**

糖尿病型の目安

次のいずれかに当てはまる場合

空腹時血糖	126 mg/dL以上
随時血糖	200 mg/dL以上
HbA1c	6.5%以上
75gOGTT 2時間値	200 mg/dL以上

75gOGTTを強く検討する目安 「少し高い」段階でも要チェック

空腹時血糖	110～125 mg/dL
随時血糖	140～199 mg/dL
HbA1c	6.0～6.4%

75gOGTT：ブドウ糖液を飲み、2時間後までの血糖値を調べる検査