

【門諾醫院 健康管理中心】

空腹血糖與糖化血色素(HbA1c) 檢查說明

一、標準與分級

(一) 空腹血糖 (FPG)

健康分類	空腹血糖標準 (mg/dL)
正常範圍	70 - 99
糖尿病前期 (空腹血糖受損)	100 - 125
糖尿病	≥ 126 (需至少兩次檢測結果皆達到此標準)

(二) 糖化血色素 (HbA1c)

健康分類	糖化血色素標準 (%)
正常範圍	< 5.7%
糖尿病前期 (高風險)	5.7% - 6.4%
糖尿病	≥ 6.5%

◆ 門諾醫院健康管理中心 團隊關心您 ◆

如果您對報告數值有任何疑問，歡迎撥打諮詢電話，我們的服務時間週一至週五 8:00~17:00

一般健檢：(03) 824-1224 | 機關團體健檢：(03) 824-1213 | 高額、其他專案健檢：(03) 824-1211

* 註：各實驗室的常見參考值可能略有差異，請以您個人檢驗報告上的標示為主。

二、檢查說明

- **空腹血糖 (Fasting Plasma Glucose, FPG)：**

指的是在空腹至少八小時後（期間除了少量飲水外，不應攝取任何食物或含糖飲料）所測量的血糖濃度。

- **糖化血色素 (Hemoglobin A1c, HbA1c)：**

測量的是紅血球中的血紅素與葡萄糖結合的比例。由於紅血球的平均壽命約為 120 天，因此 HbA1c 反映的是過去 2-3 個月的平均血糖濃度，不會受到短期飲食波動的影響。

三、執行與參考價值

【空腹血糖的臨床意義】

- **反映即時血糖狀況：**主要反映身體在沒有食物攝取影響下的基礎血糖水平，可評估胰島素在空腹時調節血糖的能力。
- **篩檢糖尿病前期：**若數值介於正常與診斷標準之間，可能表示處於空腹血糖受損的糖尿病前期階段。

【糖化血色素的臨床意義】

- **反映長期血糖控制狀況：**提供一段時間內的整體血糖控制圖像，更能代表慢性高血糖的程度。
- **糖尿病診斷與風險評估：**數值介於 5.7%-6.4% 表示有較高風險發展為糖尿病；若 $\geq 6.5\%$ 則可作為診斷糖尿病的輔助標準之一。
- **評估併發症風險：**研究顯示，數值越高，發生慢性併發症（如視網膜、腎臟、神經病變或心血管疾病）的風險也越高，是評估長期風險的重要指標。
- **監測治療效果：**定期檢測可以幫助醫師和患者了解治療計畫的成效，並及時調整。

◆ 門諾醫院健康管理中心 團隊關心您 ◆

如果您對報告數值有任何疑問，歡迎撥打諮詢電話，我們的服務時間週一至週五 8:00~17:00

一般健檢：(03) 824-1224 | 機關團體健檢：(03) 824-1213 | 高額、其他專案健檢：(03) 824-1211

四、💡 醫師的提醒 (影響數值的因素)

【影響空腹血糖的因素】

- **飲食與藥物**：前一天的飲食內容和時間會直接影響數值；降血糖藥物的使用則會降低空腹血糖。
- **生理機制**：肝臟功能異常、壓力荷爾蒙、生長激素，甚至不佳的睡眠品質都可能導致數值升高。
- **黎明現象**：清晨時由於身體自然分泌某些荷爾蒙，血糖可能會略為升高。

【影響糖化血色素的因素】

- **紅血球與血紅素狀態**：任何影響紅血球壽命的因素（如溶血性貧血、慢性腎衰竭等）或血紅素變異，都可能導致檢測數值不準確。
- **藥物與懷孕**：某些藥物可能干擾數值；懷孕期間的目標值也可能與一般標準有所不同。

五、評估與總結

空腹血糖和糖化血色素在糖尿病的診斷、監測和風險評估方面扮演著不同的角色。醫師在評估您的代謝健康時，通常會將這兩項指標合併觀察，並配合您的生活型態、飲食習慣及整體病史進行綜合評估，為您制定最精確合適的健康管理計畫。

◆ 門諾醫院健康管理中心 團隊關心您 ◆

如果您對報告數值有任何疑問，歡迎撥打諮詢電話，我們的服務時間週一至週五 8:00~17:00

一般健檢：(03) 824-1224 | 機關團體健檢：(03) 824-1213 | 高額、其他專案健檢：(03) 824-1211