A1C và bệnh tiểu đường tuýp 2

A1C là một xét nghiệm máu đơn giản, được thực hiện bằng cách chích ngón tay dễ dàng, đo mức đường huyết trung bình (đường huyết) của một người trong hai hoặc ba tháng qua. Những người mắc bệnh tiểu đường tuýp 2 nên làm xét nghiệm A1C ít nhất hai lần một năm, thường xuyên hơn nếu thuốc của quý vị thay đổi hoặc nếu quý vị mắc các tình trạng sức khỏe khác. Hỏi nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị về tần suất xét nghiệm phù hợp với quý vị.

THEO THỜI GIAN, MỨC ĐƯỜNG HUYẾT CAO (TĂNG ĐƯỜNG HUYẾT) CÓ THỂ KHIẾN NHỮNG NGƯỜI MẮC BỆNH TIỂU ĐƯỜNG TUÝP 2 CÓ NGUY CƠ GẶP CÁC VẤN ĐỀ SỨC KHỎE NGHIÊM TRỌNG, CHẲNG HẠN NHƯ:

Bệnh tim

Đột quỵ

Bệnh thận

Mù

Vấn đề về thần kinh

PHẠM VI

Tiền tiểu đường: 5,7%–6,4%

Mức đường huyết trung bình ước tính (eAG): 117–137 mg/dl

Tiểu đường: 6,5% trở lên

Mức đường huyết trung bình ước tính (eAG): 140 mg/dl trở lên

HÃY GHI NHỚ

A1C là chỉ số mục tiêu cá nhân. Nhóm chăm sóc sức khỏe có thể yêu cầu quý vị đặt mục tiêu A1C cao hơn hoặc thấp hơn. Dưới đây là một số lưu ý:

Nếu quý vị thường xuyên bị hạ đường huyết (mức đường huyết thấp) hoặc không có triệu chứng hạ đường huyết.

Nếu quý vị mắc các biến chứng như bệnh tim.

Nếu quý vị là người lớn tuổi.

HÃY PHỐI HỢP VỚI NHÓM CHĂM SÓC SỨC KHỎE ĐỂ LẬP MỘT KẾ HOẠCH ĐẠT ĐƯỢC MỤC TIÊU A1C PHÙ HỢP VỚI QUÝ VỊ.

Những việc làm sẽ giúp quý vị đạt được mục tiêu của mình:

- ✓ Hoạt động thể chất thường xuyên.
- ✓ Kiểm soát mức đường huyết.
- ✓ Một kế hoạch ăn uống lành mạnh.
- ✓ Uống thuốc theo chỉ định.

© Bản quyền 2025 American Heart Association, Inc., một tổ chức phi lợi nhuận theo mục 501(c)(3). Bảo lưu mọi quyền. Cấm sử dụng trái phép. WF498836 4/24