

Čo je hladina HbA1c?

PAMÄŤ HLADINY GLUKÓZY V KRVI

Priemerná hladina glukózy v krvi za posledné týždne

Dôležitou laboratórnou hodnotou na diagnostiku a liečbu **diabetu** je hladina **HbA1c** v krvi. Indikuje, ako sa za posledné týždne upravila hladina glukózy v krvi, a preto sa tiež označuje ako „dlhodobá hladina glukózy v krvi“ alebo „**pamäť hladiny glukózy v krvi**“.

Hladina glukózy v krvi sa cez deň rýchlo mení, a to u ľudí trpiacich diabetom aj u tých, ktorí diabetom netrpia. Tieto výkyvy sú dôsledkom množstva a štruktúry cukrov/sacharidov v strave a tiež dĺžky a intenzity športovania alebo stresu. Nameraná hladina glukózy v krvi je teda vždy iba **momentálnou vzorkou**.

Hladina **HbA1c** je dlhodobá hodnota, a preto na ňu momentálne výkyvy nemajú takmer žiadny vplyv. Je odrazom **dlhodobej krivky glukózy** za posledné týždne, a teda pomáha individuálne nastaviť hladinu glukózy v krvi. **Zdravý životný štýl môže znížiť** hladinu HbA1c v krvi, čo je znakom dobrého stavu metabolizmu.

Normálne rozpätie je 4 – 6 % a priamo závisí od hladiny glukózy v krvi. Hladina HbA1c v krvi podáva informácie o hladine glukózy v krvi za posledných 8 až 12 týždňov. **Optimálna liečba** by mala znížiť hladinu HbA1c v krvi na menej ako 7 %, a tým **predísť neskorším komplikáciám**.

Aj ak máte dobrú hladinu HbA1c v krvi, mali by ste si pravidelne kontrolovať všetky zdravotné parametre. Hladina HbA1c je totiž priemernou hladinou glukózy v krvi za obdobie viacerých týždňov. To tiež znamená, že aj pri dobrej hodnote HbA1c môžu **časté krátkodobé výkyvy hladiny glukózy v krvi spôsobiť dlhodobé poškodenie krvného riečiska a nervov**. Okrem dobrej hodnoty HbA1c sa teda uistite, že v čo najväčšej možnej miere predchádzate **výrazným výkyvom hladiny glukózy v krvi**.

Rovnica HbA1c:

Od 1. apríla 2008 sa hladina HbA1c v krvi udáva (aj) v mmol/mol. Vzorec na prevod je: $\text{HbA1c [mmol/mol]} = (\text{HbA1c [\%]} - 2,15) \times 10,929$

Odhadovaná priemerná hladina glukózy v krvi

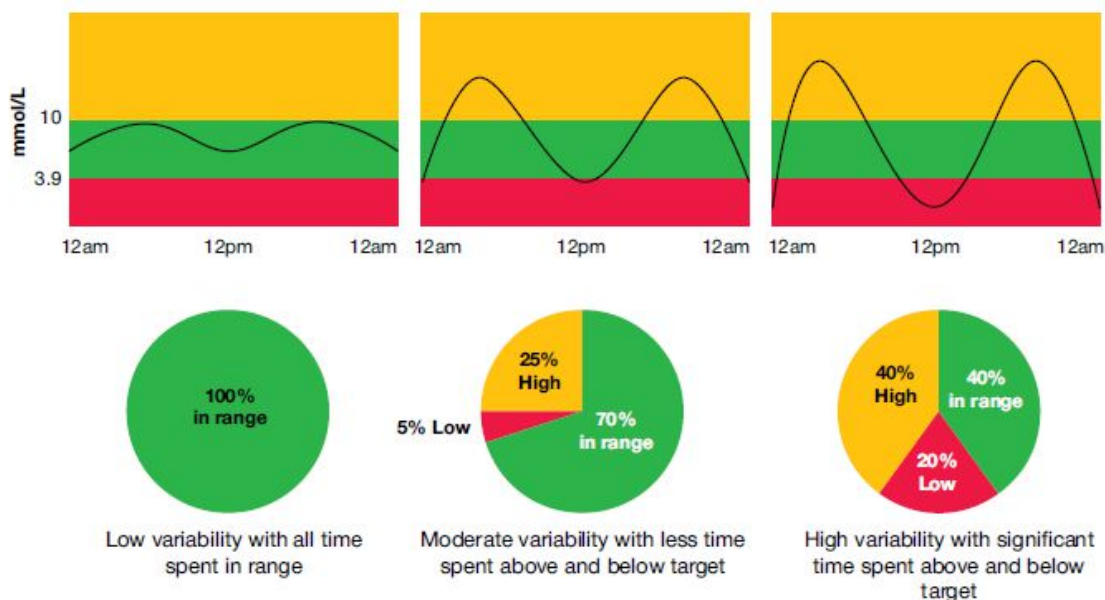
	mg/dl [*]	mmol/l [†]
A1C (%)		
5	97 (76 – 120)	5,4 (4,2 – 6,7)
6	126 (100 – 152)	7,0 (5,5 – 8,5)
7	154 (123 – 185)	8,6 (6,8 – 10,3)
8	183 (147 – 217)	10,2 (8,1 – 12,1)
9	212 (170 – 249)	11,8 (9,4–13,9)
10	240 (193 – 282)	13,4 (10,7 – 15,7)
11	269 (217 – 314)	14,9 (12,0 – 17,5)
12	298 (240 – 347)	16,5 (13,3 – 19,3)

Údaje v zátvorkách predstavujú 95 % interval spoľahlivosti.

*Lineárna regresia eAG (mg/dl)=28,7 × A1C – 46,7.

†Lineárna regresia eAG (mmol/l)=1,5944 × A1C – 2,594.

Figure 2: The many faces of a 7% HbA1c



Prevodová tabuľka 2

HbA1c [mmol/mol]	HbA1c [%]	Priemerná hladina glukózy v krvi [mmol/l]	HbA1c [mmol/mol]	HbA1c [%]	Priemerná hladina glukózy v krvi [mmol/l]
37	5,54	5,5	55	7,18	8,5
38	5,63	5,6	56	7,27	8,7
39	5,72	5,8	57	7,37	8,8
40	5,81	6,0	58	7,46	9,0
41	5,90	6,1	59	7,55	9,2
42	5,99	6,3	60	7,64	9,3
43	6,08	6,5	61	7,73	9,5
44	6,18	6,6	62	7,82	9,7
45	6,37	6,8	63	7,91	9,9
46	6,36	7,0	64	8,01	10,0
47	6,45	7,1	65	8,19	10,2
48	6,54	7,3	66	8,19	10,4
49	6,63	7,5	67	8,28	10,5
50	6,72	7,7	68	8,37	10,7
51	6,82	7,8	69	8,46	10,9
52	6,91	8,0	70	8,55	11,0
53	7,00	8,2	71	8,65	11,2
54	7,09	8,3	72	8,74	11,4