

Hemoglobina glikowana (HbA1c). Dlaczego ten parametr to najważniejszy dowód na kontrolę cukrzycy.

Hemoglobina glikowana, oznaczana jako HbA1c, to jedno z najważniejszych badań w monitorowaniu cukrzycy. W przeciwieństwie do jednorazowego pomiaru glukometrem, pokazuje ona średni poziom cukru we krwi z ostatnich około trzech miesięcy.

Co to jest hemoglobina glikowana

Hemoglobina to białko znajdujące się w czerwonych krwinkach, odpowiedzialne za transport tlenu. Glukoza krążąca we krwi w sposób trwały łączy się z częścią cząsteczek hemoglobiny, tworząc hemoglobinę glikowaną – im wyższy był średni poziom cukru we krwi w ostatnich tygodniach, tym większy odsetek hemoglobiny ulega glikacji. Ponieważ czerwone krwinki żyją średnio około 120 dni, wynik HbA1c odzwierciedla uśredniony poziom glukozy z ostatnich 2–3 miesięcy.

Dlaczego to badanie jest tak ważne

W odróżnieniu od codziennych pomiarów glukometrem, które pokazują wartość cukru tylko w danym momencie, HbA1c daje szerszy, bardziej wiarygodny obraz długoterminowej kontroli cukrzycy, niezależny od pojedynczych wahań związanych na przykład z ostatnim posiłkiem czy stresem. Liczne badania naukowe wykazały, że im niższy poziom HbA1c utrzymywany długoterminowo, tym mniejsze ryzyko rozwoju powikłań cukrzycy, takich jak choroby oczu, nerek, nerwów czy serca.

Docelowe wartości i częstota badania

Docelowy poziom HbA1c jest ustalany indywidualnie przez lekarza, w zależności od wieku pacjenta, czasu trwania cukrzycy, obecności powikłań i chorób współistniejących – dla wielu dorosłych osób z cukrzycą typu 2 celem jest wartość poniżej 7%, jednak w niektórych sytuacjach (np. u osób starszych, z licznymi chorobami) akceptowalne są nieco wyższe wartości, aby uniknąć ryzyka hipoglikemii. Badanie HbA1c wykonuje się zwykle co 3 miesiące przy niestabilnej cukrzycy lub zmianie leczenia, a co 6 miesięcy przy dobrze kontrolowanej, stabilnej chorobie.

Podsumowanie

HbA1c to kluczowy wskaźnik pozwalający ocenić skuteczność leczenia cukrzycy w dłuższej perspektywie czasowej. Regularne wykonywanie tego badania i omawianie wyników z lekarzem pomaga na bieżąco dostosowywać terapię i minimalizować ryzyko powikłań.

Ten materiał ma charakter edukacyjny i nie zastępuje konsultacji z lekarzem. W razie wątpliwości dotyczących Twojego stanu zdrowia skontaktuj się z lekarzem prowadzącym.