

Bayer HealthCare - Ascensia - feiten over gezondheid

Bayer Healthcare Division Diagnostics, Louizalaan 143, 1050 Brussel

HbA_{1c} - bepaling (Hemoglobine A_{1c})



Bepalen van hemoglobine A_{1c},

Zoals u weet, is het onder controle houden van uw diabetes de sleutel tot gezond blijven. U controleert uw bloedglucosespiegel op verschillende momenten van de dag om er zeker van te zijn dat uw diabetesplan voldoet (zie de folder Controleren van de bloedglucosespiegel). Deze testen vertellen u hoe hoog uw bloedglucosespiegel op dat moment is, wat erg nuttig is. In de loop van de dag veranderen uw bloedglucosespiegels echter aanzienlijk. Hoewel het frequent uitvoeren van zelfcontroles een goede manier is om uw diabetes onder controle te houden, geeft dit ALLEEN geen volledig beeld.

Er is een andere test die u kan informeren over uw gemiddelde bloedglucosewaarde in de afgelopen 2 tot 3 maanden. Deze test wordt een hemoglobine A_{1c} bepaling genoemd. Er zijn verschillende namen in omloop voor deze test, waaronder:

HbA_{1c}

Glycohemoglobine

A_{1c}

Uw suikerprocent

Een HbA1c -bepaling vertelt u hoe hoog uw gemiddelde bloedglucosegehalte in de afgelopen 2 tot 3 maanden is geweest.



Wat is hemoglobine?

Hemoglobine is een eiwit in de rode bloedcellen. Het is het onderdeel van de rode bloedcel dat zuurstof vanuit de longen naar de rest van het lichaam vervoert.

Hemoglobine vervoert ook glucose, omdat glucose aan alle soorten eiwitten in het lichaam kan blijven plakken. Als glucose eenmaal aan hemoglobine vastkleeft, blijft dat zo gedurende het hele leven van de rode bloedcel, ongeveer 3 tot 4 maanden. Hoe meer glucose in het bloed aanwezig is, hoe meer er aan het hemoglobine blijft vastzitten.

Wat wordt er gemeten bij de HbA1c-bepaling?

HbA1c is een maat voor de hoeveelheid glucose die aan het hemoglobine vastgekleefd zit. Uw HbA1cwaarde vertelt u en uw diabetesteam hoe hoog uw gemiddelde bloedglucosespiegel in de afgelopen 2 tot 3 maanden is geweest. Als er veel glucose in uw bloed aanwezig is en uw gemiddelde bloedglucosegehalte de laatste paar maanden hoog is geweest, dan is uw HbA1c hoog. Met de HbA1c-bepaling kunt u zien hoe goed de regulering van uw bloedglucose in werkelijkheid is geweest. Spreek met uw diabetesteam over uw dagelijkse bloedglucosecontroles en de bepaling van uw HbA1c.

Hoe verhoudt de HbA1c-waarde zich tot de dagelijksebloedglucosespiegels?

HbA1c - waarde	Gemiddelde bloedglucose spiegel	Uw bloedglucose regulering
14%	362 mg/dl	Zeer slecht. Onderneem onmiddellijk actie om de spiegel te verlagen.
10%	251 mg/dl	Slechte regeling Onderneem actie om de spiegel te verlagen.
9%	210 mg/dl	Slechte regeling Onderneem actie om de spiegel te verlagen.
8%	181 mg/dl	Matige regeling. Onderneem actie om de spiegel te verlagen.
7%	150 mg/dl	Matige regeling. Onderneem actie om de spiegel te verlagen.
6.5%	135 mg/dl	Goede regeling - streefwaarde .
6%	121 mg/dl	Zeer goede regeling.

*HbA1c-streefwaarde voor glycemische regulering volgens de ACE/AACE (Amerikaanse organisaties van endocrinologen)



Deze tabel geeft aan hoe uw bloedglucosespiegel zich verhoudt tot de HbA1c. De getallen in deze tabel gelden voor volwassen mannen en volwassen, niet-zwangere vrouwen. "Onderneem actie" is afhankelijk van uw eigen plan en u dient deze actie met uw diabetesteam te bespreken. Sommige laboratoria hanteren andere testmethoden en hebben een ander normaal bereik.

Praat met uw diabetesteam over uw resultaten.

Uw HbA1c-waarde vertelt u meer over uw bloedglucoseregulering dan u alleen door het uitvoeren van zelfcontroles te weten kunt komen

Hoe kan het bepalen van HbA1c mij helpen?

Een HbA1c die hoger is dan 6,5% is een waarschuwingssignaal dat uw diabetes niet meer onder controle is. Als uw hemoglobine HbA1c hoog is, past uw diabetesteam mogelijk uw diabetesplan aan om u te helpen uw bloedglucose beter te reguleren. Veranderingen in uw plan zijn zo nu en dan te verwachten. Deze helpen u uw HbA1c-waarde dichterbij normaal te brengen. Als uw HbA1c-waarde nagenoeg normaal is, weet u dat u al het mogelijke doet om gezond te blijven.



Uit onderzoek is gebleken dat een goede bloedglucoseregulering het risico kan verkleinen op ernstige gezondheidsproblemen tengevolge van diabetes, zoals hartziekte, beroerte, nieraandoeningen, oogaandoeningen, zenuwbeschadiging, amputaties en problemen met de bloedsomloop. Door uw bloedglucosegehalte nagenoeg normaal te houden, stopt of vertraagt u de schade die een hoog bloedglucosegehalte kan veroorzaken aan bloedvaten en zenuwen. U kunt de complicaties van diabetes voorkomen (zie de brochure Actief beheer).

Waar moet ik een HbA1c-bepaling laten uitvoeren?

Sommige artsen kunnen in hun praktijk een HbA1c-bepaling uitvoeren door een druppel bloed af te nemen via een prik in uw vinger. U kunt op de resultaten wachten en ze direct bespreken. U kunt ook naar het laboratorium gaan voor deze test, maar u moet dan later terugkomen om het resultaat met uw arts te bespreken.

Hoe vaak moet ik een HbA1c-bepaling laten uitvoeren?

De ACE en AACE bevelen aan dat iedereen met diabetes die voor HbA1c op of onder de streefwaarde van 6,5% zit elke 6 maanden een HbA1c-bepaling laat uitvoeren en dat degenen met een waarde hoger dan 6,5% of mensen die van therapie zijn veranderd dit elke 3 maanden laten doen. Als u insuline injecteert, moet u deze bepaling elke drie maanden laten uitvoeren. Twee omvangrijke onderzoeken hebben het belang van een goede bloedglucoseregulering en het verband met de HbA1c-waarde aangetoond voor complicaties van diabetes.

De eerste was de Diabetes Control and Complications Trial (DCCT)

In dit onderzoek werd bij patiënten met type 1 diabetes elke maand een HbA1c-bepaling uitgevoerd. Dit gaf het diabetesteam nuttige informatie voor het wijzigen van behandelplannen. In dit onderzoek verkeerden de patiënten die een nagenoeg normale HbA1c hadden in een betere gezondheid en waren er binnen deze groep minder gevallen van oogaandoeningen, nieraandoeningen en zenuwbeschadiging.

Het andere onderzoek werd de United Kingdom Prospective Diabetes Study (UKPDS) genoemd. Dit was een onderzoek onder patiënten met type 2 diabetes. Ook in dit onderzoek bleken de mensen met een goede bloedglucoseregulering in een betere gezondheid te verkeren.

Beide onderzoeken tonen aan dat de inzet die nodig is voor het onder controle houden van uw bloedglucose de moeite waard is. Uw diabetesteam zal u helpen goed op uw bloedglucosegehalte te letten. Uw zorgverleners zullen u meedelen hoe vaak u een HbA1c-bepaling moet laten uitvoeren.

Hoe het bepalen van HbA1c Maria hielp



Maria heeft type 2 diabetes. Ze controleerde haar bloed elke ochtend vóór het ontbijt. Haar bloedglucosegehalte was meestal normaal, lager dan 99 mg/dl. Ze was geschokt toen ze vernam dat haar HbA1c-waarde hoog was (9%). Maria ontdekte dat haar glucosespiegel in de ochtend normaal was, maar dat deze op andere momenten van de dag hoog ¹ was. Zij moest haar glucosespiegel 's ochtends EN na de maaltijd en rond bedtijd gaan controleren. Met hulp van haar diabetesteam voerde Maria veranderingen door in haar diabeteszorgplan om haar te helpen haar bloedglucose onder controle te krijgen. Maria was blij om bij haar volgende bezoek te vernemen dat haar HbA1c-waarde tot 7,5% was gedaald, wat aantoonde dat haar nieuwe plan echt werkte, de hele dag door.

¹ ACE heeft onlangs aanbevolen om het bloedglucosegehalte na de maaltijd onder 144 mg/dl te houden en het bloedglucosegehalte vóór de maaltijd onder 108 mg/dl

Mijn streefwaarde voor HbA1c is: _____ %

Door het controleren van uw bloedglucosegehalte kunt u uw diabetes beheren. Daarom moet u uw bloedglucosegehalte regelmatig controleren. Hoe beter u dit onder controle houdt, hoe beter uw gezondheid zal zijn. De HbA1c-bepaling is een ander hulpmiddel dat u kunt gebruiken om ervoor te zorgen dat uw diabetesplan werkt. Deze geeft aan dat u uw plan moet veranderen of dat uw plan goed werkt. Zorg ervoor dat u gebruik maakt van dit nuttige hulpmiddel. Denk eraan dat u het onder controle houden van uw diabetes zelf in de hand hebt.

Neem voor meer informatie over ons assortiment Ascensia-diabetesproducten contact op met Ascensia-Diabetes Support op het groen nummer: 0800 97 212. U kunt ook onze website bezoeken op: www.ascensia.com

