

COMMENT INTERPRETER SON TAUX D'HbA1c ?

L'hémoglobine (Hb) est véhiculée dans le sang par les globules rouges dont la durée de vie est de 3 mois environ. Durant ces 3 mois, l'hémoglobine fixe de façon irréversible du sucre en fonction des variations du taux de sucre dans le sang (ou glycémie). L'HbA1c (ou hémoglobine glyquée, c'est à dire sucrée encore appelée glycosylée) représente la fraction d'hémoglobine qui est sucrée. Le résultat de son dosage s'exprime en pourcentage du taux d'Hb totale.

Beaucoup mieux qu'une simple mesure instantanée de la glycémie qui ne traduit que **le taux de sucre du moment, un taux d'HbA1c reflète donc l'équilibre glycémique d'un diabétique et ce pour une période de 3 mois environ.** Le taux d'HbA1c n'est pas influencé par un repas et il n'est pas nécessaire d'être à jeun pour le prélèvement. **Les valeurs normales se situent entre 5 et 6 %** pour les méthodes conseillées de dosage.

Afin de pouvoir bien suivre l'équilibre de son diabète il est recommandé de faire **pratiquer ce dosage tous les 3 mois** dans le même laboratoire, pour pouvoir comparer les résultats et faire sa courbe.

Il existe deux types principaux de diabète sucré. Le plus fréquent est le diabète de la maturité ou le diabète gras ou le diabète non insulino-dépendant (dit de type 2). L'objectif idéal à atteindre dans ce cas est strict, c'est à dire une valeur normale d'HbA1c inférieure à 6,5 %, une valeur inférieure à 7% est encore « acceptable ». En revanche le diabète de type 1 insulino-dépendant dont les glycémies sont beaucoup plus variables a un objectif moins ambitieux, en raison du risque d'accidents hypoglycémiques, autour de 7 %, une valeur inférieure à 7.5 % restant acceptable. Enfin pour les diabétiques âgés, par prudence l'objectif est plus souple. De toute façon l'objectif en terme d'équilibre et donc **d'HbA1c doit être défini par chaque diabétique avec son médecin.**

	Objectif idéal	Valeur acceptable
Diabète de type 2	Inférieur à 6,5 %	Inférieur à 7 %
Diabète de type 1	Inférieur à 7 %	Inférieur à 7,5 %
Diabète âgé	Inférieur à 7,5 %	Inférieur à 8,5 %

POURQUOI EST-IL IMPORTANT D'AVOIR UN TAUX D'HbA1c SATISFAISANT

De **nombreuses études** portant sur des populations de plusieurs milliers de diabétiques de type 1 et de type 2, suivies plus de 7 ans, **ont démontré l'importance d'un équilibre glycémique satisfaisant au long cours pour prévenir les complications chroniques** oculaires, nerveuses, rénales et cardiovasculaires.

Quand l'HbA1c reste au long cours dans la zone normale le diabète n'entraîne pratiquement plus de risque supplémentaire de complications. Mais, même quand cet objectif idéal est difficile ou impossible à atteindre, il est également démontré que toute baisse durable du taux d'HbA1c, par exemple de un point, de 8.5 à 7.5, réduit de manière très significative le risque de complications.

HbA1c dans la zone verte → pas de complications

Faire baisser son taux d'HbA1c de 1 % réduit de 20 % le risque de complications graves (retinopathies, arterite et amputation)

Vous êtes diabétique

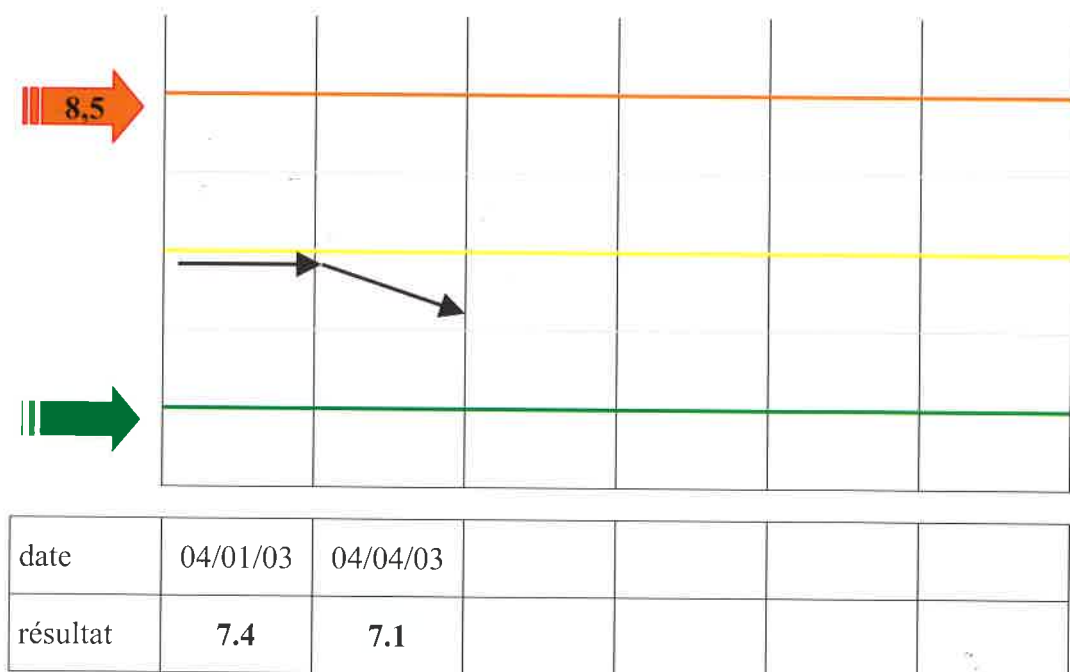
Suivez d'un seul coup d'œil
l'amélioration de votre HbA1C



HbA1C trop élevé
Parlez-en à votre médecin

Diabète à contrôler

Diabète bien équilibré



Rappelez-vous que l'hémoglobine HbA1c évalue l'équilibre de votre diabète pendant les 3 mois précédant le dosage. Trois à quatre dosages par an vous permettront de savoir si vous êtes dans le vert (bon équilibre) ou dans le rouge (trop élevé)