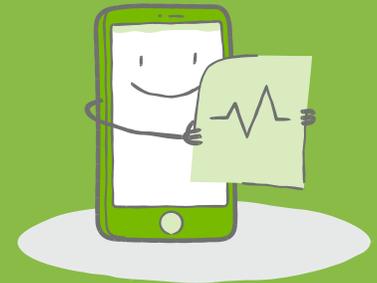


# Tout sur l'HbA1c et l'HbA1c estimée

## • Qu'est-ce que l'HbA1c ?

L'acronyme HbA1c désigne l'hémoglobine glyquée. Sa valeur correspond au pourcentage de molécules d'hémoglobine sur lesquelles des molécules de glucose (sucre) se sont fixées. On l'appelle parfois aussi hémoglobine A1c ou simplement A1c\*.



## • Sur quoi repose la mesure du taux d'HbA1c ?

Dans le sang, une certaine quantité de sucre se fixe de façon permanente aux globules rouges. Il y reste accroché pour toute la durée de vie de ces cellules, qui est en moyenne de 8 à 12 semaines. Les globules rouges du corps se renouvellent constamment. En faisant contrôler votre HbA1c toutes les 8 à 12 semaines\*\*, on obtient les résultats de générations de cellules différentes. Plus la glycémie reste élevée longtemps, plus la quantité de sucre se fixant aux globules est importante, et plus le taux d'HbA1c est haut.†



## • Pourquoi est-il important de connaître son taux d'HbA1c ?

Surveiller son taux d'HbA1c peut être très bénéfique : il a d'ailleurs été montré que même une amélioration mineure réduit grandement le risque de complications.\*

## • Comment estimer son taux d'HbA1c ?

Aucun calcul n'est nécessaire! L'application mySugr estime le taux d'HbA1c automatiquement, et calcule même le taux moyen et l'écart-type moyens!



Votre HbA1c estimée sera maintenant affichée dans le coin supérieur droit du graphique, à condition que suffisamment de valeurs glycémiques aient été entrées. Combien de valeurs sont nécessaires? Il en faut en moyenne trois par jour, pendant sept jours.

Si l'application n'a pas enregistré suffisamment de valeurs, elle n'affichera pas l'HbA1c estimée. Les barres de progression autour du cercle se remplissent au fur et à mesure que des valeurs sont entrées. Continuez d'entrer vos valeurs glycémiques dans mySugr, et vous aurez bientôt votre première estimation. Et n'oubliez pas : plus les valeurs sont nombreuses, plus l'estimation est précise.



Nous espérons que l'estimation de l'HbA1c facilitera votre suivi et vous aidera à atteindre vos buts.

À votre santé!

Téléchargez  
l'application mySugr maintenant!



\*<https://www.accu-check.ca/fr/quand-pourquoi-et-comment-surveiller-son-taux-de-glycemie/quest-ce-que-le-a1c>  
\*\*Goldstein, DE et al., Tests of Glycemia in Diabetes, American Diabetes Association, Diabetes Care 2004 Jan; 27(suppl 1): s91-s93.  
†<https://diabetes.org/diabetes/a1c/a1c-and-eag>  
\*Nathan DM et al, Diabetes Control and Complications Trial/Epidemiology of Diabetes Interventions and Complications Study at 30 Years: Advances and Contributions. Diabetes, 2013 Dec;62(12):3976-86.

