



CONTACT NEMS

CONTÁCTENOS:

1-888-500-1886

WWW.NEMS.ORG

A1c: Glycosylated Hemoglobin

A1c Goal: **Under 7**



The glycosylated hemoglobin (also known as Hemoglobin A1c, HbA1c) blood test shows an average blood sugar level over two to three months. The Fasting Blood Glucose (FBG) test measures the level of glucose in the blood after an 8-12 hour fast.

Blood Test	Glycemic Goals
Hemoglobin A1c	Less than 7%
Fasting Blood Glucose (FBG)	Less than 126 mg/dL

SELF-MONITOR USING GLUCOMETER

Self-monitoring blood glucose level is important. It allows people with diabetes to note daily changes in their levels of blood glucose, so they can adjust their lifestyles based on the readings. The ideal blood glucose levels for a person with diabetes are:

Normal Blood Glucose Before Meal	80-130 mg/dL
Normal Blood Glucose 2 Hours After Meal	Less than 180 mg/dL



Blood Pressure

Systolic and diastolic pressure represents how strongly blood pushes against the walls of the arteries as the heart pumps out blood.

Blood Pressure

Goal:

130/80
or below



Cholesterol

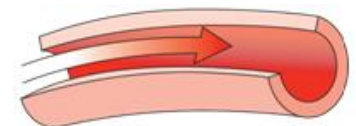
Lipid Panel, Lipoprotein (blood test)

American Diabetes Association recommended cholesterol levels for a person with diabetes:

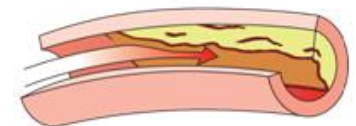
Total Cholesterol	Less than 200 mg/dL
HDL	More than 40 mg/dL
LDL	Less than 100 mg/dL
Triglycerides	Less than 150 mg/dL

The LDL goal for people with diabetes is:

Under 100



Blood flow in normal vessel



Blood flow in blocked vessel

Sources:

- Centers for Disease Control and Prevention
- American Diabetes Association

Tenga en cuenta que esta información no tiene la intención de diagnosticar problemas de salud ni sustituye el consejo de un profesional médico. North East Medical Services se exime de cualquier responsabilidad por las decisiones que usted tome basadas en esta información. Please note that this information is not intended to diagnose health problems or to replace the advice of a health care professional. North East Medical Services disclaims any liability for the decisions you make based on this information.



CONTACT NEMS

CONTÁCTENOS:

1-888-500-1886

WWW.NEMS.ORG

A1c: Hemoglobina Glicosilada

A1c Goal: Menor a 7



El análisis de sangre de hemoglobina glicosilada (también conocida como hemoglobina A1c, HbA1c) muestra un nivel promedio de azúcar en la sangre durante dos o tres meses. La prueba de glucosa en sangre en ayunas (FBG) mide el nivel de glucosa en la sangre después de un ayuno de 8-12 horas.

Análisis de sangre	Objetivos glucémicos
Hemoglobina A1c	Menor a 7%
Glucosa en sangre en ayunas (FBG)	Menor a 126 mg/dL

AUTOCONTROL CON GLUCÓMETRO

El autocontrol del nivel de glucosa en la sangre es importante. Permite a las personas con diabetes notar cambios diarios en sus niveles de glucosa en la sangre, para que puedan ajustar sus estilos de vida en función de las lecturas. Los niveles ideales de glucosa en la sangre para una persona con diabetes son:

Glucosa en la sangre normal Antes de la comida	80-130 mg/dL
Glucosa en la sangre normal 2 horas después de la comida	Menor a 180 mg/dL



Presión Sanguínea

La presión sistólica y diastólica representa la fuerza con la que la sangre empuja contra las paredes de las arterias a medida que el corazón bombea sangre.

Objetivo de presión arterial:

80/130
o menor



Colesterol

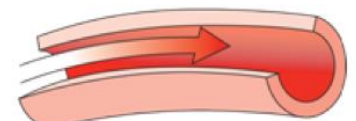
Panel de lípidos, lipoproteína (análisis de sangre)

Los niveles de colesterol recomendados por la Asociación Americana de la Diabetes para una persona con diabetes:

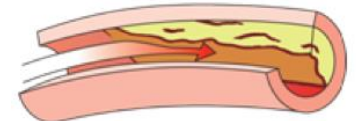
Colesterol total	Menos que 200 mg/dL
HDL	Más que 40 mg/dL
LDL	Menos que 100 mg/dL
Triglicéridos	Menos que 150 mg/dL

El objetivo de LDL para las personas con diabetes es:

Menor a 100



Flujo sanguíneo en los vasos normales



Flujo sanguíneo en vasos bloqueados

Fuentes:

- Centers for Disease Control and Prevention
- American Diabetes Association

Tenga en cuenta que esta información no tiene la intención de diagnosticar problemas de salud ni sustituye el consejo de un profesional médico. North East Medical Services se exime de cualquier responsabilidad por las decisiones que usted tome basadas en esta información. Please note that this information is not intended to diagnose health problems or to replace the advice of a health care professional. North East Medical Services disclaims any liability for the decisions you make based on this information.