

# 我的 A1C 數字是什麼？

A1C 是醫生辦公室或健康診所進行的血液檢測，結果能顯示：

- 最近 3 個月的平均血糖水準
- 因糖尿病而面臨其他健康問題的風險（機會）

## 為什麼需要做？

A1C 檢測結果是瞭解血糖是否長期得到良好控制的最佳方法。

## 什麼 A1C 數字是好的？

7 以下。您和醫生或糖尿病教育者將決定最適合您的 A1C 數字（目標）。

要想身體好，  
快去做檢測！

