

肠道益生菌检测结果

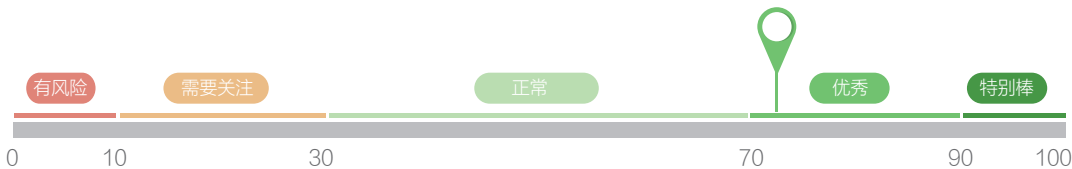
姓名：Jack

年龄：1

样本编码：tptest003

送检机构：湘雅附三体检中心

您本次肠道益生菌总评分如下



综合您本次肠道益生菌检测，您本次益生菌检测总评分为**72分**，优秀

肠道保护力优秀，请您继续保持。肠道益生菌评分越高，说明您的肠道越健康；反之，肠道益生菌评分越低，则说明您的肠道微生态环境越值得关注。

本次检测结果

综合健康建议

饮食

- 饮食以奶为主，可根据月龄和宝宝发育情况酌情添加辅食，辅食的添加建议由少到多、由稀到稠，逐步增加辅食的种类，如米粉、蛋羹、胡萝卜汁等。辅食加工宜清淡无盐、软烂易消化。
- 控制食用糖、含糖饮料等高糖食物。

益生菌

- 您平时可适量多喝酸奶。酸奶营养丰富易吸收，含有大量活性益生菌的酸奶（如保加利亚乳杆菌、BB-12），能帮助调节肠道酸碱值，抑制有害菌的生长，增强人体免疫力。

益生元

- 您可选择性补充益生元，如 0.8g / 100mL 的低聚半乳糖、0.2g / 100mL 的低聚果糖、儿童合生元等，能帮助益生菌在肠道内增殖，增加有益物质的产生，有利于增强肠道屏障功能，促进肠道健康。
- 不适合摄入膳食纤维制剂。