

# 健康建议

## 肠道健康总说明

 <div>消化和吸收</div>	通过菌群测得您的蛋白质消化吸收能力低、脂肪消化吸收能力低、碳水化合物消化吸收能力低；15 种主要代谢物中蛋白质总量、谷胱甘肽代谢、牛磺酸代谢等指标存在异常。
 <div>炎症和免疫</div>	您的肠道屏障功能、维持肠道屏障功能的能力、机体免疫力均较差。
 <div>肠道菌群</div>	您的肠道菌群以普雷沃氏菌属为主。肠道菌群多样性水平较差，菌群失调的风险较高。有 28 类细菌指标与参考人群相比存在异常。
 <div>致病菌</div>	您的肠道中检测到 2 种可能导致疾病的致病菌，含量未超标，但在您免疫能力低下时仍可能会损害您的肠道健康。
 <div>代谢平衡</div>	您的代谢失衡风险高，11 种重要有机小分子代谢中维生素 B1、维生素 B2、维生素 B3 等代谢异常。

## GIhealth 提示您

- 1、 您的肠道菌群多样性较差，仅高于 52.47% 的参考人群。肠道有益菌含量较低，仅高于 77.98% 的参考人群，有害菌含量较低，高于 26.56% 的参考人群。检出 2 种致病菌，含量在正常范围内。
- 2、 通过对您的肠道菌群分析，您患 2 型糖尿病、结直肠癌、炎症性肠病的风险与参考人群一致。
- 3、 您肠道内参与维生素 B1、维生素 B2、维生素 B3 等代谢的菌群指标与参考人群相比存在异常。代谢失衡风险较高，需引起注意，建议您持续监测肠道健康。
- 4、 您肠道内参与蛋白质总量、谷胱甘肽代谢、牛磺酸代谢等的菌群指标与参考人群相比存在异常，需引起注意，建议您持续监测肠道健康。