

# 健康建议

## 肠道健康总说明

 消化和吸收	通过菌群测得您的蛋白质消化吸收能力正常、脂肪消化吸收能力正常、碳水化合物消化吸收能力低；15 种主要代谢物中花生四烯酸代谢指标优于参考人群，甘油三酯代谢、鞘脂代谢、亚油酸代谢等指标存在异常。
 炎症和免疫	您的肠道屏障功能、维持肠道屏障功能的能力、机体免疫力均正常。
 肠道菌群	您的肠道菌群以普雷沃氏菌属为主。肠道菌群多样性水平正常，菌群失调的风险较低。有 2 类细菌指标与参考人群相比存在异常。
 致病菌	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。
 代谢平衡	您的代谢基本平衡，11 种重要有机小分子代谢中胆汁酸代谢异常。

## GIhealth 提示您

- 1、 您的肠道菌群多样性正常，高于 52.47% 的参考人群。肠道有益菌含量正常，高于 77.98% 的参考人群，有害菌含量正常，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，您患炎症性肠病的风险低于参考人群，患 2 型糖尿病、结直肠癌的风险与参考人群一致。
- 3、 您肠道内参与胆汁酸代谢的菌群指标与参考人群相比存在异常。代谢基本平衡，请关注您的异常指标，定期监测肠道健康。
- 4、 您肠道内参与甘油三酯代谢、鞘脂代谢、亚油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。