

# 检测结果

## 一、肠道菌群概况

检测内容	检测结果	检测值	参考范围
肠道菌群多样性 (diversity)	异常	3.20	$\geq 2.54$
有益菌 (Beneficial bacteria)	异常	175.10	$\geq 39.81$
有害菌 (Harmful bacteria)	正常	0.39	$\leq 144.04$

您的肠道菌群组成较为单一，菌群失调风险较高。您肠道内的有益菌含量较低，抑制有害菌增殖的能力较低。尽管您的有害菌含量也较低，但一旦有害菌异常大量增殖，可能引起感染、腹泻、肠炎、便秘等。有害菌数量过高还可能影响您的心情和食欲，扰乱内分泌，降低机体免疫力，增加疾病风险。请您改善饮食结构、规律作息，可适当补充益生菌，并持续监测肠道健康。