

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、脂肪消化吸收能力偏低、碳水化合物消化吸收能力低；15 种主要代谢物中谷胱甘肽代谢、牛磺酸代谢、脂肪酸代谢等指标优于参考人群；脂肪总量、甘油三酯代谢、鞘脂代谢等指标存在异常。
 炎症和免疫	您的肠道净化功能正常；肠道排毒功能正常；肠道免疫功能较差。
 肠道菌群	您的肠道菌群以拟杆菌属为主。肠道菌群多样性水平较差，菌群失调的风险较高。有 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 5 种可能导致疾病的致病菌，值得注意的是，金黄色葡萄球菌、脆弱拟杆菌含量偏高，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维生素 B1、维生素 B5 代谢异常。

GIhealth 提示您

- 1、 您的肠道菌群多样性较差，仅高于 0.14% 的参考人群。肠道有益菌含量较低，仅高于 8.32% 的参考人群，有害菌含量较高，高于 98.33% 的参考人群。检出 5 种致病菌，2 种含量超标，需引起注意。
- 2、 通过对您的肠道菌群分析，您的肠道菌群可能增加患 2 型糖尿病、结直肠癌、炎症性肠病的风险。
- 3、 您肠道内参与维生素 B1、维生素 B5 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、 您肠道内参与脂肪总量、甘油三酯代谢、鞘脂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。