

## 主要有益菌检测结果

### ■ 阿克曼氏菌属（Akkermansia）

阿克曼氏菌是能够帮助控制体重的“瘦菌”，能促进脂肪代谢，消耗多余能量，维持代谢平衡，有助于控制体重。同时阿克曼氏菌帮助维持肠壁粘膜健康完整，完整的肠壁屏障能够防止有害菌穿过肠壁进入血液和组织，调节免疫力，对抑制炎症、预防糖尿病、肥胖大有帮助。除此之外，阿克曼氏菌也和其它某些疾病存在一定的关联：研究发现在肠易激综合征、阑尾炎等患者体内，阿克曼氏菌通常含量很低。当肠道内阿克曼氏菌含量较高时，有利于保持正常体重，维持正常免疫，抵御有害菌，维持身体健康。当肠道内阿克曼氏菌含量较低时，可能喝水也长胖，免疫发生紊乱或患胃肠道疾病哦。

#### ■ 健康状态提示



#### ■ 菌数检测指数 8.62（高）

有利于调节免疫及保持正常体重

### ■ 栖粪杆菌属（Faecalibacterium）

栖粪杆菌是健康人肠道中含量比较高的常见细菌，它能产生大量丁酸。丁酸是一种对人体非常有益的物质，它能够调节人体免疫系统、抑制炎症、调节肠道激素分泌、调节人体的代谢平衡。丁酸主要靠肠道内有益菌发酵产生，其中最重要的产丁酸有益菌就是栖粪杆菌了。当肠道内栖粪杆菌含量较高时，能产生丁酸，保护肠道黏膜，帮助维持人体代谢平衡，调节免疫，抑制肠道炎症的发生。当肠道内栖粪杆菌含量较低时，不利于丁酸的产生，易发生肠道炎症，甚至影响机体功能。此外，栖粪杆菌含量低还可能和某些疾病密切相关：如克罗恩病、糖尿病等。

#### ■ 健康状态提示



#### ■ 菌数检测指数 2.11（高）

有利于产生有益物质及抑制肠道炎症

● 绿色表示健康 ● 橙色表示需要关注 ● 红色表示为有风险