

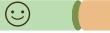


检测者姓名	Jessica
性别	女
年龄	50
样品编号	KYCD0001
送检单位	e 源基因
收样日期	2017-03-28
报告日期	2017-07-25

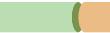
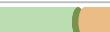
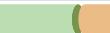
- 本报告内容仅供参考，无法代替医学诊断，也无法作为用药参考，实际情况请咨询拥有相应资质的临床医生或执业药师。
- 本项检测是基于当前微生物学的研究成果和国际公认的检测方法，但由于研究和检测方法的不断更新，本检测存在一定局限。
- 本项检测仅为您进一步全面健康管理提供参考，实际的健康管理、干预应由相应专家制定。
- 本人承诺提供的资料真实完整，若信息有误，后果由本人承担。
- 本检测报告的最终解释权归本公司所有。

检测结果

1、肠道菌群概况

检测项目	健康状态提示	检测结果评价
肠道菌群多样性 用于衡量肠道菌群物种丰富度及稳定性的重要指标	  	高 肠道菌群组成十分丰富，菌群失调风险低。
有益菌 产生有益物质，抑制病原菌的生长，帮助预防疾病	  	高 产生充足有益物质，帮助抑制致病菌及肠道炎症，维持肠道健康
有害菌 产生多种毒素，危害肠道健康	  	高 有害菌含量高，可能破坏肠道环境，危害健康

2、常见肠道菌含量

检测项目	健康状态提示	检测结果评价
拟杆菌属 常见肠道菌，多数与人体互利共生，少数菌种可能会导致菌血症等	  	高 不利于肠道菌群平衡
多尔氏菌属 肠道的主要产气菌之一，与肠易激综合征等疾病相关	  	高 可能增加肠易激综合征风险
链球菌属 多数为共生菌，少数在免疫力弱时可能引起化脓性炎症、肺炎等	  	高 可能增加化脓性炎症、肺炎等的风险
普雷沃氏菌属 肠道共生菌，偏素食人群菌群中含量高，少数菌种与感染、牙周疾病有关	  	高 不利于肠道菌群平衡
萨特氏菌属 可能与胃肠道感染相关	  	高 可能增加胃肠道感染风险

梭菌属 多数为致病菌，可能引起腹泻、肠炎等疾病		高 可能增加腹泻、肠道炎症等风险
嗜血杆菌属 共生菌，某些菌种在一定条件下可引起化脓性感染、败血症等		高 可能增加化脓性感染、败血症的风险
假单胞菌属 分布广泛，部分菌种为条件致病菌，引起医院内获得性感染		高 可能增加感染风险
韦荣氏球菌属 分解乳酸为乙酸和丙酸，调节肠道pH，极少数菌种可能引起炎症		高 可能增加肠道炎症的风险
肠球菌属 多数为共生菌，产生乳酸。少数菌种可能导致多种感染症状		高 可能增加感染的风险
嗜胆菌属 共生菌，可能与长期高脂高蛋白饮食有关		高 可能与长期高脂高蛋白饮食有关
沙雷氏菌属 多数为致病菌，导致尿路感染、腹膜炎等多种医院内感染		高 可能增加尿路感染、腹膜炎等的风险
放线菌属 多数为共生菌，少数在免疫力弱时可引起内源性感染、龋齿等		高 可能增加内源性感染、龋齿的风险
芽孢杆菌属 多数为共生菌，降解复杂碳水化合物。少数可引起感染、食物中毒等		高 可能增加感染、食物中毒等的风险
克雷伯氏菌属 多为致病菌，可能导致肺炎、尿路感染、软组织感染、菌血症等		高 可能增加肺炎、尿路感染、软组织感染、菌血症等风险
脱硫弧菌属 产生硫化氢，刺激肠道产生炎症反应，不利于肠道健康		高 可能增加肠道炎症风险

爱格士氏菌属 多为致病菌，与溃疡性结肠炎、肛门脓肿、菌血症等疾病有关		高 可能增加溃疡性结肠炎、肛门脓肿、菌血症等的风险
真杆菌属 产生短链脂肪酸等有益物质，少数可能与炎症、菌血症等相关		高 可能增加肠道炎症、菌血症等的风险
埃希氏菌属 多数为共生菌，产生维生素 K，少数与腹泻、尿道感染、败血症等相关		高 可能增加腹泻、尿道感染、败血症等的风险
别样杆菌属 共生菌，降解多糖产生琥珀酸和乙酸，可能与长期高脂饮食相关		高 可能与长期高脂饮食有关
弯曲杆菌属 多数菌种为致病菌，可引起弯曲菌病，表现为严重腹泻或痢疾综合征		高 可能增加腹泻或痢疾风险
布劳特氏菌属 发酵多种植物多糖产生乙酸盐，促进肠道健康		高 有利于产生有益物质及肠道健康
栖粪杆菌属 发酵纤维素产生丁酸等有益物质，抑制肠道炎症，促进肠道健康		高 有利于产生有益物质及抑制肠道炎症
粪球菌属 发酵多糖，能够产生丁酸、乙酸等有益物质，调节肠道环境		高 有利于产生有益物质及调节肠道环境
瘤胃球菌属 帮助降解纤维素等人体不能消化的多糖，在肠道中广泛分布		高 有利于降解纤维素等多糖
颤螺菌属 帮助抗性淀粉和脂肪消化，保持正常体重，抑制肠道炎症		高 有利于保持正常体重及抑制肠道炎症
副拟杆菌属 帮助消化纤维素、抗性淀粉，保护肠道，抑制肠道炎症		高 有利于抑制肠道炎症及保护肠道

毛螺菌属 发酵多种糖类产生乙酸、甲酸等物质，能保护肠黏膜，抑制肠道炎症		高 有利于产生有益物质及抑制肠道炎症
罗斯拜瑞氏菌属 产生丁酸等有益物质，抑制肠道炎症，有利于肠道及人体健康		高 有利于产生有益物质及抑制肠道炎症
双歧杆菌属 有益菌，降解人体不能消化的多糖，产乳酸，调节免疫及肠道环境		高 有利于调节免疫及肠道环境
阿克曼氏菌属 降解粘蛋白、调节免疫，有利于肠黏膜完整性，保持正常体重		高 有利于调节免疫及保持正常体重
柯林斯氏菌属 发酵多种糖类产生氢气、乙醇等		高 有利于发酵糖类
乳杆菌属 肠道益生菌，能够生成乳酸，抑制有害菌及炎症，调节肠道环境		高 有利于抑制肠道炎症及调节肠道环境
毛杆菌属 肠道共生菌，发酵葡萄糖产生乳酸及少量乙酸和丁酸		高 有利于互利共生及产生有益物质
阿德勒氏菌属 帮助分解食物中的异黄酮产生雌马酚，有利于肠道及人体健康		高 有利于肠道及人体健康
乳球菌属 发酵葡萄糖产生乳酸，调节肠道 pH，抑制有害菌的生长		高 有利于调节肠道 pH 及抑制有害菌生长
丁酸弧菌属 降解多种碳水化合物，产生丁酸，参与蛋白质和脂类代谢		高 有利于产生有益物质及物质代谢

3、肠道致病菌

检测项目	健康状态提示	检测结果评价
------	--------	--------

脆弱拟杆菌 可能导致菌血症、腹内感染、腹膜炎		高 可能增加菌血症、腹内感染、腹膜炎的风险
胶胨罗斯氏菌 可能导致败血症、脑膜炎、肺炎、菌血症等		高 可能增加败血症、脑膜炎、肺炎、菌血症等的风险
产气荚膜梭菌 可导致气性坏疽，食物中毒		高 可能增加气性坏疽、食物中毒的风险
病原性大肠埃希氏菌 可能导致肠胃炎、尿路感染、新生儿脑膜炎、腹膜炎等		高 可能增加肠胃炎、尿路感染、新生儿脑膜炎、腹膜炎等的风险
副流感嗜血杆菌 可导致脑膜炎、咽炎、心内膜炎、肺炎、败血症等		高 可能增加脑膜炎、咽炎、心内膜炎、肺炎、败血症等的风险
微黄奈瑟球菌 可能导致泌尿生殖系统化脓性感染、术后脑膜炎		高 可能增加泌尿生殖系统化脓性感染、术后脑膜炎的风险
龋齿罗斯氏菌 可能引起口腔疾病和其他部位的感染		高 可能增加口腔疾病、感染的风险

4、肠道菌营养功能

检测项目	健康状态提示	检测结果评价
胆碱 肠道细菌降解胆碱会生成 TMAO，TMAO 会增加心血管疾病风险		高 可能导致 TMAO 含量增多，增加心脑血管疾病风险
维生素 B1 参与糖代谢，维持神经系统功能正常		高 帮助保护神经系统
维生素 B2 促进代谢，维护皮肤和细胞膜的完整性，抗氧化		高 有利于减少口腔与生殖器官炎症风险

维生素 B3 参与体内脂质代谢, 降脂, 扩张血管				高 帮助降脂, 有利于黏膜健康
维生素 B5 参与能量代谢及抗体合成, 维持皮肤及头发健康				高 有利于皮肤健康
维生素 B6 抗感染, 参与脂类、糖及蛋白质的代谢, 参与血红蛋白合成				高 帮助预防脂溢性皮炎
维生素 B7 维持皮肤及头发健康, 增强免疫, 与暗视力有关				高 有利于头发健康
维生素 B9 参与氨基酸代谢, 参与血红蛋白及核酸的合成, 促进生长发育				高 帮助预防巨幼红细胞性贫血、高同型半胱氨酸血症等疾病
类固醇 参与机体物质代谢, 调节免疫功能				高 有助于维持机体正常代谢水平, 增强抵御疾病的能力
辅酶 Q 激活细胞呼吸代谢, 抗氧化, 增强免疫力				高 帮助增强免疫力, 预防衰老
胆汁酸 促进食物中脂类和脂溶性维生素的吸收				高 促进食物中的脂类与脂溶性维生素吸收

● 绿色表示健康 ○ 橙色表示需要关注 ● 红色表示有风险

健康建议

膳食方案

* 综合您肠道菌群检测结果，为您定制以下膳食方案：

建议选择高膳食纤维的饮食模式。主食宜选用富含膳食纤维的全谷物，如糙米饭、燕麦饭、全麦面等。蛋白质宜选用鸡蛋、瘦肉、鱼虾、豆制品等优质蛋白。多食用富含膳食纤维的新鲜果蔬，如芦笋、茄子、苹果等。多食用黄豆、酸奶等富含益生元和益生菌的食物。避免高脂食物的摄入，如肥猪肉、肥牛、猪脑、鱼籽等。忌烟酒。如患痛风、溃疡性结肠炎、慢性腹泻、食物不耐受等有饮食禁忌的疾病，请优先遵循疾病的饮食原则。

* 以上膳食方案仅供参考，您的实际饮食还需结合自身具体情况。



肠道调节方案



* 综合您肠道菌群、营养功能检测结果，为您定制以下肠道调节方案：
益生元和益生菌

- 每天服用适量益生菌产品（如乳双歧杆菌活菌制剂等），增加肠道内益生菌的数量，抑制有害菌的生长。
- 每天可服用适量低聚糖类产品，如低聚果糖、低聚半乳糖、低聚异麦芽糖、低聚甘露糖，促进体内双歧杆菌、乳杆菌等益生菌的生长。
- 如患炎症性肠病、慢性腹泻，不宜服用菊粉及低聚果糖，建议选择低聚半乳糖。

运动方案

* 适量运动可以帮助改善肠道菌群

建议您：

养成每天运动的好习惯。尽量减少静坐时间，每小时起来活动 2~3 分钟。可根据自己的喜好选择运动方式，如快步走、跑步、球类、爬山、游泳等。也可利用零碎的时间做耐力运动，如哑铃、深蹲、俯卧撑、跳绳、有氧操等。每天运动 30 分钟以上，每周 3-5 次。



健康，是家人最大的幸福！





www.e-yuangene.com



证券代码 : 002584



广州西陇生物技术有限公司
广州高新技术产业开发区新瑞路6号
全国健康咨询热线 : 400-6161-320