

1.3 常见肠道菌含量



正常人体肠道内寄居着数量庞大、种类繁多的微生物，其中以细菌为主，包括有益菌和有害菌。一般情况下，这些细菌的种类和数量都是相对固定的，它们在肠道内各司其职，共同维持肠道的正常运转。另外，食物中含有不常驻肠道的外源性致病菌，若不慎摄入，则有可能在肠道内大量繁殖，导致相关疾病。

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
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
柔嫩梭菌属 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

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

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

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

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

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

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

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

乳酸杆菌属
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

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

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

葡萄球菌属
多数为共生菌，分解葡萄糖等产酸。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

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

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

嗜蛋白胨菌属
利用蛋白胨作为主要能源，产生丁酸，与多组织及血液感染有关



高
可能增加组织与血液感染的风险

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
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
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
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
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

● 绿色表示健康 ● 橙色表示需要关注 ● 红色表示有风险

结果分析



综合您的肠道菌群检测结果，您肠道内的拟杆菌属、多尔氏菌属、链球菌属、普雷沃氏菌属、萨特氏菌属等指标异常，可能增加肠易激综合征、化脓性炎症、肺炎等的风险，不利于肠道菌群平衡。您体内的布劳特氏菌属、柔嫩梭菌属、粪球菌属、瘤胃球菌属、颤螺菌属等指标优于参考人群，有利于产生有益物质、肠道健康、抑制肠道炎症等。肠道菌群含量维持动态平衡，少数菌种数量的改变并非致病的直接原因，整体肠道菌群失衡，才可能引起疾病的发生。