

常道康™-肠道益生菌检测结果

样本编码: 25IE3JBLUNIA 年龄: 32 送检机构: 太平人寿保险有限公司

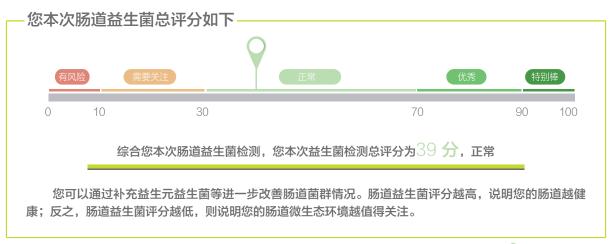
致: 张丽 女士

您好!

感谢您选择常道康[™] 肠道益生菌检测服务,在此我们对您的信任表示衷心感谢! 现将您 2017-11-21 送检结果呈上,请您详阅:

肠道益生菌检测结果

肠道菌群伴影响人体对营养物质的消化吸收、机体免疫力等,肠道菌群失调可引发便秘、腹泻、腹胀、腹痛、消化不良、食欲不振等病症。肠道健康是人体健康的重要指征,通过检测肠道有益菌的含量,可直观反映肠道菌群 对肠道健康的保护能力,可以知晓人体肠道健康状况,为健康保驾护航。



▼ 本次检测结果



检测结果

1、主要益生菌检测结果

主要益生菌属	本次检测值	参考范围
乳酸杆菌属 (Lactobacillus)	0 \	≥ 0.04
双歧杆菌属 (Bifidobacterium)	0.24	≥ 0.21
阿克曼氏菌属 (Akkermansia)	0.01	≥ 0.01
柔嫩梭菌属 (Faecalibacterium)	116.97	≥ 27.24

结果说明: ↓ 检测值相比参考人群偏低

2、检测结果分析

您本次检测的 4 种主要益生菌中乳酸杆菌属(Lactobacillus)含量相比参考人群偏低。乳酸杆菌作为最知名的益生菌,是调节肠道环境的重要细菌,同时增强免疫力、抵抗病原菌、促进营养吸收等都有它的功劳。这些菌属含量偏低,有可能导致免疫调节力下降、肠道环境差、抵抗病原菌能力降低,

需要注意的是,肠道菌群处于动态平衡,单一菌种数量的短期改变并非致病的直接原因,益生菌的长期 异常,整体肠道菌群失衡,才可能引起疾病的发生。

以上为您本次检测结果,如有任何疑问,请咨询专业医生!

再次感谢您的信任和支持!

人和未来生物科技(长沙)有限公司



扫码关注"常道康"

健康建议

■ 综合您本次检测结果,肠道益生菌总得分为 39 分,处于正常范围,但其中乳酸杆菌属检测指数偏低,可重点调理。建议您:

膳食



- ■建议您在日常饮食中选择补充全麦、红薯等食物或者相关的加工提取食品,为肠道菌群提供 更多营养,促进有益共生菌的生长,增加肠道菌群的丰富度及多样性。
- ■控制油炸类、西式快餐、含糖饮料等高脂高糖高热量食物。忌暴饮暴食。减少外出就餐的次数。戒烟限酒。



益生菌

- ■建议您选择补充含保加利亚乳杆菌的酸奶、含干酪乳杆菌的活菌饮料等益生菌产品,以增加 您肠道内益生菌的含量,并能抑制有害菌的异常增殖,调节肠道菌群平衡。
- ■选酸奶有窍门,2型糖尿病、动脉粥样硬化、胆囊炎、胰腺炎等患者,宜选用无糖酸奶。

益生元

- ■建议您选择补充低聚果糖、低聚半乳糖、菊粉等益生元,能帮助乳酸杆菌属在肠道内增殖,增加有益物质的产生,有利于增强肠道屏障功能,促进肠道健康。
- ■如患炎症性肠病、腹泻,避免菊粉和膳食纤维制剂的摄入。

^{*}温馨提示:以上健康建议仅供参考,您的实际膳食、运动及营养补充需根据您的自身具体情况进行调整。

附录