

# 一、肠道菌群概况

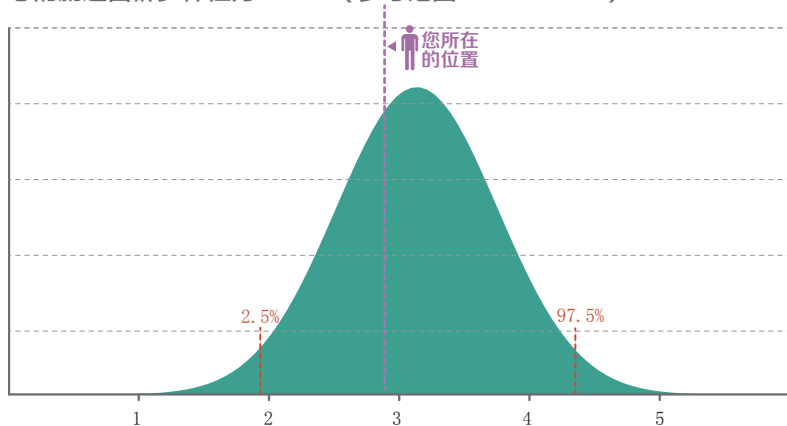
## 1.1 肠道菌群多样性



检测说明：

肠道菌群是一个复杂而精巧的生态系统，不同菌群之间相互竞争，共同维持着肠道生态系统的稳定。肠道菌群多样性反映的是肠道内细菌的种类和数量。多样性越高，各个菌种之间就越容易维持动态平衡，菌群生态系统就越稳定，越不容易被外界的因素（如不规律的饮食、药物滥用等）所破坏。

您的肠道菌群多样性为：2.90（参考范围：1.50-4.41）



您的数值高于 33.70% 的参考人群。



肠道菌群多样性分布图（紫色虚线标示了您的位置，红色虚线之间是参考区域）

## 结果分析



您的肠道菌群多样性偏高，说明您的肠道菌群组成十分丰富，菌群失调风险低。您的肠道菌群不易受到外界因素的干扰，但仍需减少不良作息、刺激性食物、药物滥用等的影响，这样有助于保持良好的肠道菌群多样性，增强机体新陈代谢和免疫能力。