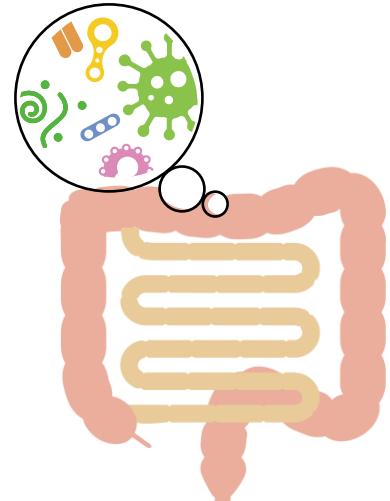


【腸内フローラ検査とは】

私達、人間の腸内には多種多様な細菌が生息しています。たくさんの細菌が住んでいる様子が「お花畠（[英]flora）」に見えることから「腸内フローラ」と呼ばれています。細菌たちには「エネルギー産生」、短鎖脂肪酸・ビタミン類・セロトニンなどの「物質代謝」や「免疫調整」「感染症予防」「肥満予防」など様々な働きがあります。



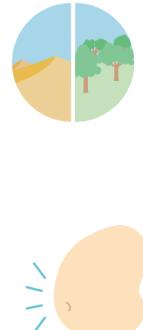
【検査を行うことのメリット】

国内外の研究によって腸に関わる疾患（大腸がん、潰瘍性大腸炎など）の他に肝臓がん、糖尿病、アレルギー、鬱、リウマチ、認知症などの様々な疾患と腸内フローラの関連も分かってきています。

腸内フローラ検査を実施する、自身の腸内フローラを可視化し、自分の腸内フローラに合った腸活をすることで、より一層、腸活の効果を得られるようになります。

■腸内フローラ検査でわかること

- ・腸内フローラ判定（多様性、短鎖脂肪酸、腸管免疫、口腔常在菌）
- ・大腸画像検査おすすめ度
- ・健康長寿菌判定
- ・腸内フローラの構成
- ・ダイエットや美容に関する（太りやすさ、やせ菌、エクオール産生菌）
- ・生活習慣の改善ポイント
- ・管理栄養士からのアドバイスコメント



サイキン タコウ 様

キットID: 採取日: 2019年02月17日

1963年5月10日

あなたの腸内フローラ判定

腸内フローラ（細菌叢）を構成する各種細菌の割合より割定づけられた4つの指標（多様性、短鎖脂肪酸、腸管免疫、口腔常在菌）から、腸内細菌を構成する菌のバランスを算出し、腸内環境の良し悪しを総合的に判定するもので、結果はA,B,C,D,Iの5段階評価です。D判定はディスバイオーム予測標準、E判定は腸内細菌叢のバランス異常が起きているディスバイオーム状態と判定されます。

D 判定 ややバランスが悪い

多様性は平均的ですが、一部の有用菌が減少しているため、細菌叢が改善の余地があると判断と考えられます。

大腸画像検査おすすめ度 5.78 **腸内細菌の多様性** **健康長寿菌判定**

追加検査をおすすめします（おすすめ度：高）

追加検査をおすすめします（おすすめ度：高）

5.78

多様性は平均的です

B

長寿菌は平均的です

腸内細菌の多様性

腸管免疫

多様性指標: B
短鎖脂肪酸指標: A
腸管免疫指標: C
口腔常在菌指標: E
腸内細菌指標: D

腸内細菌叢の組成（門レベル）

人間の腸内細菌叢は非常に多様な菌種から構成される複雑な生態系です。一方で、存在する菌の分布には大きな偏りがあり、主としてバクテリオイデース門、アクテノバクテリア門、ファミキュークス門、プロテオバクテリア門の4つの門に属する菌で構成されています。

	平時	今回	前回	前々回
バクテリオイデース門	40.25%	41.37%	-	-
ファミキュークス門	46.44%	37.71%	-	-
アクテノバクテリア門	5.69%	4.45%	-	-
プロテオバクテリア門	6.54%	5.5%	-	-
フバクテリオ門	0.72%	10.94%	-	-
シルビルギズス門	0.36%	0.03%	-	-

前回からの組成の変化

前回: -
今回: +

平時 今回 前回 前々回 (%)

2019/02/17

あなたの生活習慣評価

検査時にMykinso用診断をご回答いただいた内容を反映しています。

食事 A B C タバコ 運動 睡眠時間 飲酒頻度

今日 前回 前々回

	今日	前回	前々回
食事	C 比較的良好	-	-
運動	E 要改善	-	-
睡眠時間	C 比較的充足	-	-
飲酒頻度	D 高め	-	-
タバコ	E 禁煙推奨	-	-

菌のなまえの学知識 一生物分類学入門一

全ての生物は、「界・門・綱・目・科・属・種」という7段階の階層（階級）に分類される。各階級は、生物の特徴等ごとに複数のカブリオ（分類群）に分かれられる。また、「界」の階級ではさらに原核生物門、真核生物門に分かれられる。また、「門」の階級ではさらに原生動物門、植物門、菌類門などに分けられるよう。上位の階級での分類群から種が分かれられるよう。下位の階級での分類群が存在し、下位の階級にならばより細かい分類によって分類される。

詳しいは https://en.wikipedia.org/wiki/Biological_classification

[例] ヒビズス菌	[例] ヒト
界 真核生物界	動物界
門 放線菌門	脊椎動物門
綱 放線菌綱	哺乳綱
目 ヒビズス菌目	サル目
科 ヒビズス菌科	ヒト科
属 ヒビズス属	ヒト属
種 B.bifidus, B.infantisなど	ヒビズス種

検査結果サンプル（一部抜粋）

■検査の方法

検査はご自宅での検便となります。ご自身のタイミングで検便をしていただくので負担が少なく検査可能です。検査をご希望の方は医師またはスタッフにお声掛けいただき、検査キットを受け取ってください。



① 質問票・同意書
記入



②採便



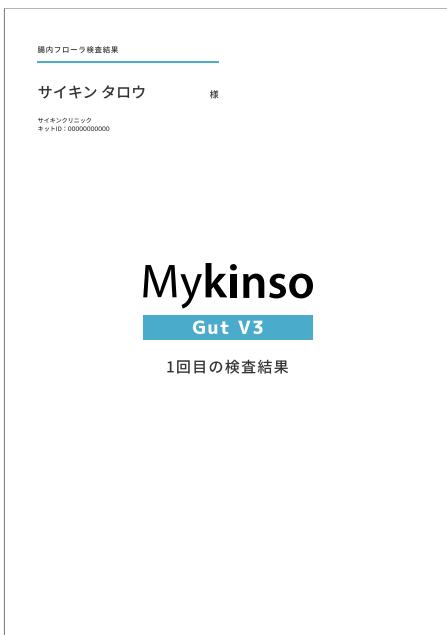
③ポスト投函



④検査結果解説

【良い腸内フローラを育てるためには】

腸内フローラは食事をはじめとする生活習慣の影響を大きく受けています。腸内フローラ検査を実施したあとは、これまでの生活習慣を振り返り、できることから取り入れて食事改善、生活習慣改善を行うことが大切です。検査結果レポートには、管理栄養士からの個別アドバイスがのっています。また、検査結果返却の際、生活習慣アドバイスが載った検査結果ガイドの冊子もお渡ししますので、ご自宅でも参考にしてご覧ください。



検査結果冊子



検査結果ガイド冊子

【検査費用】

本検査は自費（保険適用外）となります。詳しくは当院スタッフまでお尋ねください。