

## あなたの腸内フローラ判定

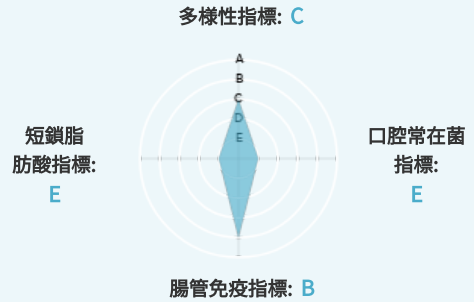
腸内フローラ（細菌叢）を構成する各菌の特徴より関連づけられた4つの指標（多様性, 短鎖脂肪酸, 腸管免疫, 口腔常在菌）から、腸内細菌を構成する菌のバランスを算出し、腸内環境の良し悪しを総合的に判定するものです。結果はA,B,C,D,Eの5段階評価です。D判定はディスバイオーシス予備軍、E判定は腸内細菌叢のバランス崩壊が起きているディスバイオーシス状態と判定されます。

**E**

判定

バランスが悪い

有用菌が一般的に少なく、バランスが偏った菌叢です。



### 大腸画像検査おすすめ度<sup>※</sup>



生活習慣に注意  
(おすすめ度：中)

前回：-  
前々回：-

大腸がん患者の腸内細菌叢中に多いとされるフソバクテリウム属の含まれる割合が10%以上になった場合に「リスクあり」として注意喚起を行っており、大腸内視鏡や大腸CTなどの検査受診を推奨しております。

### 腸内細菌の多様性

**5.8**

多様性は平均的です

前回：-  
前々回：-

腸内細菌叢中に多様な機能をもつ菌がバランスよく存在していることを数値化したものです。数値が大きいほうが多様性が高く良いと考えられており、健常な成人は5~7くらいです。

### 健康長寿菌判定

**C**

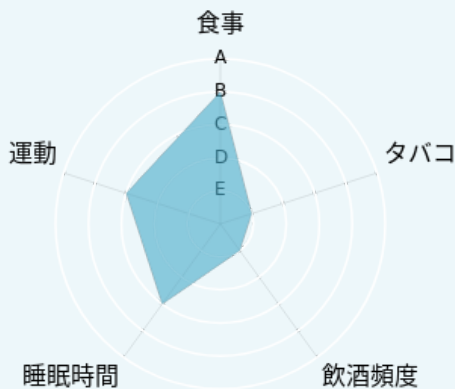
長寿菌が不足気味です

前回：-  
前々回：-

長寿の方に多く、健康維持に特に関わりが深いとされている菌のバランスをABCの3段階で評価しています。

## あなたの生活習慣評価

検査時のMykinso質問票でご回答いただいた内容を反映しています。









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

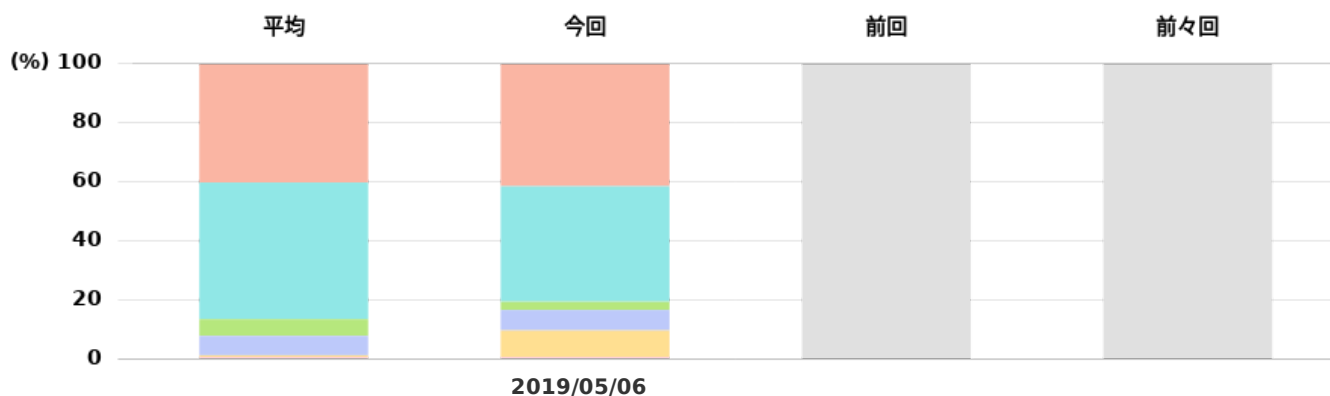
※質問票の回答の一部に不備があった場合、『無回答』と表示されることがあります。

※あくまでも腸内細菌の観点からみたリスク判定であり、この検査だけで大腸がんを診断するものではありません。

## 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彩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、主としてバクテロイデーテス門、アクチノバクテリア門、ファーミキューテス門、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。

	平均	今回	前回	前々回
 <b>バクテロイデーテス門</b> 人間の腸内に非常に多く存在する腸内細菌の代表格。腸内免疫に重要な影響を与えていると考えられています。	40.25%	41.52%	-	-
 <b>ファーミキューテス門</b> 善玉菌として知られる「乳酸菌」と呼ばれる菌グループや、悪玉菌の代表格である「ウェルシュ菌」など、多様な菌種が含まれる門です。	46.44%	39.23%	-	-
 <b>アクチノバクテリア門</b> 善玉菌として有名な「ビフィズス菌」はここに含まれます。	5.69%	2.82%	-	-
 <b>プロテオバクテリア門</b> 腸内細菌として有名な「大腸菌」や、「ピロリ菌」、「カンピロバクター属」などが含まれる門です。	6.54%	6.95%	-	-
 <b>フソバクテリア門</b> 大腸がん発症リスクのバイオマーカーとして知られる「フソバクテリウム属」が含まれる門です。	0.72%	9.13%	-	-
 <b>シネルギステス門、レンティスファエラ門、その他</b> 保有している人は非常に少ない門です。	0.36%	0.35%	-	-
<b>前回からの組成の変化</b>				



### 菌のなまえの豆知識 ー生物分類学入門ー

全ての生物は、「界・門・綱・目・科・属・種」という7段階の階層（階級と呼ぶ）で分類される。各階級は、生物の持つ特徴ごとに複数のカテゴリ（分類群と呼ぶ）に分けられる。また、「界」の階級では動物界に分類されたものが、「門」の階級でさらに節足動物門、軟体動物門などと分けられるように、上位の階級の分類群から枝分かれするように下位の階級の分類群が存在し、下位の階級になるほどより細かい特徴によって分類される。

詳しくは→ <https://lab.mykinso.com/chisiki/classification/>

	【例】 ビフィズス菌	【例】 ヒト
界	真性細菌界	動物界
門	放線菌門	脊椎動物門
綱	放線菌綱	哺乳綱
目	ビフィドバクテリウム目	サル目
科	ビフィドバクテリウム科	ヒト科
属	ビフィドバクテリウム属	ヒト属
種	B.bifidum, B.infantis など	サピエンス種