



姓名：

陳OO

出生日期：

1958/02/15

病歷號碼：

腸道菌相評估

Intestinal Dysbiosis Profile

檢測結果報告

Intestinal Dysbiosis Profile

陳OO (男, 66歲)

受測者基本資料

姓名	陳OO	出生日期	1958/02/15
性別	男	採樣日期	2024/04/01
是否服用藥物	<input type="checkbox"/> 是，_____。	樣品編號	FM24A0001_OA
	<input type="checkbox"/> 否； <input checked="" type="checkbox"/> 無備註	報告日期	2024/09/06

檢測說明指南

腸道菌叢指標評估(Intestinal Dysbiosis Profile)

人類的腸道中有超過1200種細菌、黴菌、酵母菌等，重量約等於2公斤，多數的腸道菌發揮對人體有益的作用，如平衡酸鹼值、代謝藥物、代謝賀爾蒙、免疫功能、分解營養素，然而，有些卻是對人體有害並造成益菌數量減少的「壞菌」，當壓力、藥物使用及飲食習慣不良而造成壞菌增多，短期的腸道菌叢不平衡會造成腹瀉、脹氣，長期下來則會造成發炎性腸道疾病、腸躁症。本檢測藉由一次非侵入性檢測，進行腸道菌叢健康評估，立即瞭解腸道環境。

檢測項目與生活飲食相關連結

健康評估項目	建議攝取之營養素成分
腸道菌相指標	Glycine, Probiotics, Essential fatty acids, Fiber, Antifungals, Antifermentive diet, Glycine, Vitamin B5

適合進行腸道菌叢指標評估族群

- 經常外食或營養不均衡者
- 常感疲累煩躁或記憶力不佳者
- 日常生活壓力較大者
- 易脹氣或腸胃功能失調者
- 長期使用抗生素或避孕藥者
- 積極關心自身健康者等

檢測結果總結

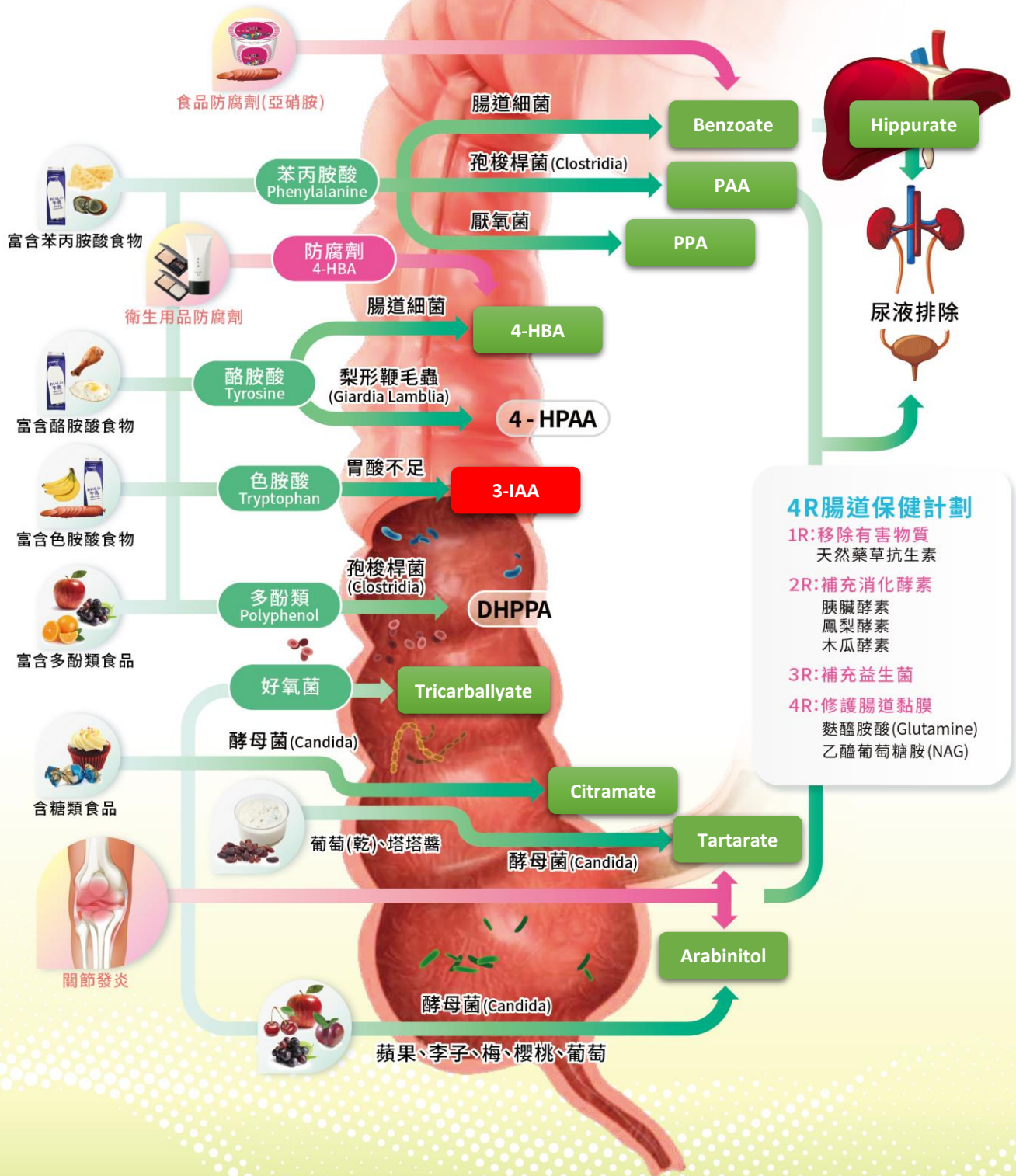
腸道菌相指標

- 腸道菌相指標 – 3-Indoleacetate (3-IAA) 結果偏高
- 酵母菌/黴菌指標 – 結果正常



代謝路徑圖示

腸道菌相指標



Intestinal Dysbiosis Profile

陳OO (男, 66歲)



檢測結果解讀

檢測分類與項目	檢測結果 μg/mg-creatinine	百分位數分布	95%參考值 (>13歲)

檢測分類與項目說明檢測重要分類與指標，此百分位數分布為該檢測參考值，95%為檢測臨界值，依檢測結果進行標示，綠色區塊說明為理想檢測值，紅色區塊為建議須積極改善值。



檢測結果說明

腸道菌相指標

檢測分類與項目	檢測結果 μg/mg-creatinine	百分位數分布	95%參考值 (>13歲)
腸道菌相指標 (Bacterial)			
重要營養素: Glycine, Probiotics, Essential fatty acids, Fiber			
Benzoate	0.09		≤ 9.3
Hippurate	2.31		≤ 1070
Phenylacetate (PAA)	0.04		≤ 0.18
p - Hydroxybenzoate (4 - HBA)	0.27		≤ 1.8
3 - Indoleacetate (3 - IAA)	10.97		≤ 7.6
Tricarballylate	0.09		≤ 1.41
酵母菌/黴菌指標 (Yeast/Fungal)			
重要營養素: Antifungals, Antifermentive diet, Glycine, Vitamin B5, Fiber			
D - Arabinitol	20.49		≤ 73
Citramate	1.86		≤ 10.5
Tartarate	0.57		≤ 40.4

● Creatinine : 72.11 mg/dL

--- 以下空白 ---



檢測項目臨床解讀

指標分類	項目	臨床解讀
腸道菌相 指標	Benzoate (苯甲酸)	苯甲酸常用於食物的防腐劑，另外甲苯類經氧合作用形成苯甲酸，透過第二階段解毒接合作用形成馬尿酸排出體外，甘胺酸與B5能幫助代謝，若該指標過高，應再檢查肝臟第二階段解毒能力。
	Hippurate (馬尿酸)	尿液中的馬尿酸多半來自綠原酸的分解，過多代表腸道菌叢生長過剩，食用過多含有苯甲酸的食物，如食品防腐劑、保鮮劑、梅子等，會造成馬尿酸濃度上升。
	Phenylacetate (苯乙酸)	含多酚的食物會造成苯乙酸升高，苯乙酸過多會影響肝臟代謝功能。
	p - Hydroxybenzoate (對羥基苯甲酸甲酯)	常用於食品、化妝品、飼料、藥品的殺菌防腐劑，是酪胺酸和苯丙胺酸的代謝指標。
	3 - Indoleacetate (3 - 吲哚乙酸)	蛋白質含量豐富的食物，其中色胺酸可經腸道代謝成吲哚，被肝臟吸收代謝成吲哚乙酸排出體外。
	Tricarballic acid (丙三縮酸)	好氧生物所產生伏馬鐮孢毒素在通過腸道時的化學副產品，伏馬鐮孢毒素主要是由輪枝樣鐮刀菌產生的真菌毒素，數值過高代表可能食用受到伏馬鐮孢毒素污染的玉米類食物，丙三縮酸容易與鎂結合造成身體缺鎂，另外也會伴隨鈣、鋅的缺乏。
酵母菌/ 黴菌指標	D - Arabinitol (阿拉伯糖)	阿拉伯膠醇為阿拉伯膠糖類的一種，是與酵母菌關係非常密切的醣類，食物中也含有少量的阿拉伯膠糖，人體本身腸內細菌原本具有將阿拉伯膠醇轉化為阿拉伯膠糖的能力，在濫用抗生素後，把這些腸內的細菌殺死，當阿拉伯糖增加時，醛醣還原酶和木糖醇脫氫酶活動增加。自閉症的許多症狀，可能與阿拉伯糖過多及體內IgA抗體缺乏有關。
	Citramate (檸檬酸)	黴菌和酵母菌都會產生檸檬酸，該指標過高代表酵母菌或痤瘡丙酸桿菌過度生長。
	Tartrate (酒石酸)	酒石酸通常作為食品添加物的原料，酒石酸與檸檬酸循環中的蘋果酸極為相似，會影響到生化功能的正常運作，延遲許多代謝流程和代謝作用，如腦部受影響，便無法有效處理訊息。酒石酸亦會抑制富馬酸水合酶的酵素，導致蘋果酸的供應減少，影響到細胞的功能，假若蘋果酸的數量不足，葡萄糖的含量也會不足，而葡萄糖是人體，尤其是腦部能量的主要來源。



健康指南說明

維護腸道菌叢平衡的方式

● 飲食與營養補充品

- 1 補充益生菌(Probiotic)。
- 2 補充促進腸道營養的物質，如鋅(Zn)、麩醯胺酸(Glutamine)。
- 3 補充魚油，以舒緩腸道發炎情形。
- 4 儘量避免加工食品，著重富含纖維的飲食，如蔬菜、豆類、堅果、種籽等。
- 5 如發覺對食物過敏，可以排除飲食法(Eliminate Diet)，避免麩質、蛋、乳製品、大豆等食物一周，觀察對身體的反應，或安排食物過敏原檢測。
- 6 配合使用促進消化的酵素。

● 生活型態

- 1 建議戒菸及避免過量飲酒。
- 2 減少生活中咖啡因攝取。
- 3 多運動，以降低BMI值。



個人化飲食建議

腸道菌相指標

指標分類	項目/結果	臨床解讀	建議營養素
腸道菌相指標	3-Indoleacetate (3-IAA) 結果偏高	腸道內有異常的細菌菌叢生態。	Glycine, Probiotics, Essential fatty acids, Fiber
酵母菌/黴菌指標	結果正常		

----以上報告說明與建議內容，僅供醫師參考用----