

当施設で 腸内フローラ検査 してみませんか？



検査費用 **18,150円(税込)**

生活習慣改善



免疫機能を整える



肌の調子を整える



こんな方におすすめ！

ダイエットしたい方



おなかの悩み



ストレスに対する悩み



「腸内フローラ」という言葉を聞いたことがありますか？

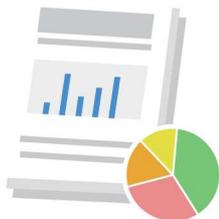
腸内フローラとは、腸内に生息する常在細菌の集合体で、私たちの腸内には約100兆個の細菌が住み着いています。近年、「腸内フローラ」が私たちの健康に密接に関係していることが研究で解明されており、腸内フローラの乱れにより様々な病気にかかる危険が高まることも分かってまいりました。

(腸炎、大腸がん、乳がん、肥満、アレルギー、動脈硬化、糖尿病、自閉症など)

ご自身の腸内フローラバランスを知り、自分にあった生活習慣の改善をすることが重要です。

検査していただいた方には...

＼腸活アドバイスをご提供！



検査レポート



結果解説腸活ガイド



腸活ご相談コール

検査結果をもとに生活習慣の改善をしてみませんか？

腸活専門
栄養士



一般財団法人
九州健康総合センター

お申込み

九州健康総合センター
電話：093-672-6210

採便方法
検査について

株式会社サイキンソー
電話：050-3196-9123

自宅で行う検査です。

1 お申込み

お電話で検査のお申込みを承ります。
まずはお気軽にお問合せください。
検査についてご説明させていただきます。

2 検査キットのお渡し

当センターにてキットをお渡し致します。
その際に検査料金のお支払いをお願い致します。
(カード払い可)

3 ご自宅で採便

ご自宅で検査キットを使い、便を採取してください。

4 ポスト投函

採便したキットを同封の返信用封筒に入れ、ポストに投函します。
当センターでの受け取りは行っておりません。

5 検査結果のご郵送

検査機関より結果をご自宅に送付致します。
※採便から結果のお渡しまで約4~6週間程かかります。

よくあるご質問

Q 検査を受けられない人はいますか？

A 抗生物質服用中や生理中は採便をお控えください。抗生物質の場合は、服用終了後、1ヶ月程度期間を空けて採便してください。また、胃バリウム検査を受けた方は通常便になってからの採便をおすすめしております。(通常1日~2日程)

Q 検査ができない便の状態はありますか？

A コロコロした固い便や、水のような水様便でも検査は可能です。できるだけいつもと同じ状態の便を採取していただく事をお勧めします。

Q 再検査はいつ頃すれば良いですか？

A 半年に1回~1年に1回、再検査するのが望ましいです。

Q 前日の食事の影響はありますか？

A 前日の食事などはほとんど影響うけませんので、日頃の食生活のまま検査をしていただく事をお勧めしております。

検査結果レポートイメージ (一部抜粋)

腸内フローラ判定

腸内フローラバランスを5段階で判定します。

PART 1 腸内フローラのバランス(概要)について

腸内フローラは、約1000種類以上の腸内細菌から構成されています。また、腸内フローラ全体のバランスに様々な影響を与えます。

腸内フローラ(総合)判定

腸内フローラを構成する菌のバランスをもとに、A-Eの5段階で腸内環境を評価しています。D、E判定の場合は、バランス崩壊(ディスバイオーシス)が疑われるため、積極的な生活習慣の改善が必要です。理想的な腸内環境に近づけるよう、A判定を目指しましょう。

E バランスが悪い
判定 (ディスバイオーシスの疑い)

コメント
有用菌が全般的に少なく、バランスが崩れた腸内フローラです。
生活習慣を改善して、3ヶ月~半年後を目安に再検査をおすすめします。

腸内細菌の多様性判定

腸内細菌の多様性が高いほど、理想的な腸内環境に近づきやすくなります。腸内細菌の種類が豊富で、各菌がバランスよく存在しているほど、多様性が高くなります。

多様性スコア: 5.81

コメント
多様性は平均的ですが、今より更に多様性を高められるよう、シンバイオティクスを日頃の食事で意識しましょう。

健康長寿菌判定

健康長寿者の人の腸内に多い、「ビフィズス菌(新腸産生菌)」と「ファーカリアバクテリウム属(酪酸産生菌)」を10分間採っていたかどうかを判定しています。※各菌の詳細結果はp.4「個別注目菌の割合」を参照してください。

2種とも不足気味

コメント
ビフィズス菌(新腸産生菌)が不足気味です。p.4の個別注目菌の結果を確認しましょう。

疾患リスク判定

糖尿病、高血圧、大腸がんなどの腸内細菌からみた疾患リスクがわかります。

PART 2 腸内フローラの観点からみた疾患リスク

腸内フローラは、全身の様々な疾患と深い関わりがあります。今回の腸内フローラの結果からみた各疾患リスクを解説し、将来の疾患リスクを減らせるよう生活習慣の改善に繋がります。
※あくまでも腸内フローラの結果のみから推定した疾患リスクであり、腸内フローラ以外の要因や今後の経過に依存するものではありません。疾患の発症には腸内フローラ以外の様々な要因も関わっているため、予防や治療にはそれらの要因も考慮した総合的なアプローチが必要です。

疾患別リスク判定

機能性下痢 (IBS)

低 中 高

コメント
腸内フローラのバランスから見た、機能性下痢 (IBS) のリスクは低いと考えられます。引き続きp.5のような生活習慣を意識しましょう。

血圧系ディスバイオーシスコア

低 中 高

コメント
高血圧の人に似た腸内フローラの特徴があるため、今後注意が必要です。p.5のアドバイスを参考に、今後生活習慣を改善していきましょう。

カテゴリ	検査項目	腸内割合(レベル)	結果割合	判定(健康時)
腸産生菌	ファーカリアバクテリウム	9.24%	8.67%~	判定
	アシネトバクテリウム	1.17%	2.79%~	判定
プロバイオ菌	ビフィズス菌	0.00%	0.01%~	判定
	アシネトバクテリウム	0.87%	0.01%~	判定
有用菌	アシネトバクテリウム	0.00%	0.19%~	判定
	アシネトバクテリウム	0.00%	0.19%~	判定

改善アドバイス

不足している有用菌の増やし方や、要注意菌の改善方法などがわかります。

個別注目菌 (有用菌)

改善ポイントTOP3

p.4の個別注目菌 (有用菌) の結果を改善するために、あなたにとっておすすめの、具体的な改善実践方法やアドバイス上位3項目です。

1 果物の摂取

果物は、腸内細菌のエサとなる水溶性食物繊維や糖アルコールが含まれます。特に旬を迎えた果物は、栄養価が高い傾向にあります。1日1品の果物を理想的な習慣です。

この生活習慣で改善できる菌

- ・ アктиノ菌 (ラクノスピラ)
- ・ やせ菌 (クリステンセネラ)
- ・ アктиノ菌 (ロゼブリア)
- ・ アктиノ菌 (モグロバ)

2 運動

適度な運動は、自律神経に良い影響を与え、排便に必要な腸内作りにも繋がります。マイケンソーデータでは、週に60分以上運動している人はど菌が安定傾向にあります。

この生活習慣で改善できる菌

- ・ アクト菌 (ラクノスピラ)
- ・ アクト菌 (ロゼブリア)
- ・ 酪酸産生菌 (ビフィズス菌)
- ・ アクト菌 (アシネトバクテリウム)
- ・ アクト菌 (モグロバ)

3 牛乳・チーズの摂取

牛乳やチーズには、腸内細菌のエサとなるオリゴ糖が含まれています。マイケンソーデータでは、牛乳・チーズの摂取頻度が高いほどビフィズス菌の割合が高くなり、というデータもあります。

この生活習慣で改善できる菌

- ・ 酪酸産生菌 (ビフィズス菌)
- ・ やせ菌 (クリステンセネラ)
- ・ アクト菌 (モグロバ)

健康長寿菌判定

元気な高齢者の方に多い菌を3段階で判定します。

有用菌/要注意菌の割合

ビフィズス菌ややせ菌など良い働きをしている菌や肥満菌など悪い働きをしている菌の割合がわかります。

利用者様より大好評!!

腸内フローラ検査を受けられた方へ

腸活ご相談コール

管理栄養士に直接検査結果の相談ができる「腸活ご相談コール」も完備しており安心です

管理栄養士監修による腸内細菌を良くする為の生活習慣改善アドバイスがレポート内にありますので、ご自身の生活習慣改善にお役に立ていただけます。