

# 「腸内フローラ検査」おすすめしています！

「腸内フローラ」という言葉を聞いた事がありますか？

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100兆匹以上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事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。

- ✓ 下痢や便秘などお腹の悩みでお困りの方
- ✓ 糖尿病、アレルギー等の疾患をお持ちの方
- ✓ お肌のトラブルをかかえている方
- ✓ なかなかダイエットが成功しない方



「腸内フローラ」が関係しているかもしれません  
一度ご自身の腸内フローラを調べてみませんか？

## 腸内フローラ検査でわかること

腸内フローラ スコア判定    健康 長寿菌    大腸がん 関連菌の割合    ダイエット 美容

まずは自分自身の腸内フローラ  
スコアを把握しましょう。

検査結果をもとにご自身の生活習慣を見直すことで  
様々な病気にかかるリスクを減らすことができます。

- ・太りやすさ
- ・菌の多様性(菌の種類の数)
- ・腸内フローラバランス
- ・健康維持、増進に関わりの深い菌

なども調べることができ、検査結果を  
参考に今後の健康維持・増進に役立てる  
ことが可能です。

## 腸内フローラ検査は自宅で簡単に、 安心して受けられる検査です



### ① 詳細説明

サービスの詳細の説明をいたします。



### ② 自宅で採便

ご自宅で検査キットを使い、便を採取  
します。



### ③ ポストに投函

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。



### ④ 検査結果受け取り

当院より検査結果を受け取ってください。

検査費用

**15,000**円(税別)  
(期間内特別価格)



日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society

## 諏訪赤十字病院 健診センター

〒392-8510 長野県諏訪市湖岸通り5丁目11番50号

電話番号：0266-57-6042

一日および二日ドックのオプションとして承ります。ご希望の方はお申し出ください。

# Mykinso結果項目

1. 腸内フローラ判定
2. 大腸画像検査おすすめ度
3. 腸内細菌の多様性
4. 健康長寿菌判定
5. 腸内細菌の組成
6. 多様性指標
7. 短鎖脂肪酸指標
8. 腸管免疫指標
9. 口腔常在菌指標
10. ダイエット・美容の項目
11. お悩みと改善ポイント
12. Mykinso管理栄養士からのコメント



## 検査結果イメージ(一部)

### あなたの腸内フローラ判定

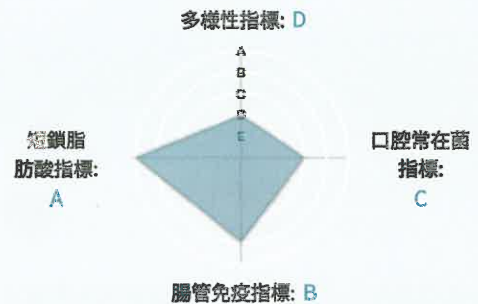
腸内フローラ（細菌叢）を構成する各菌の特徴より関連づけられた4つの指標（多様性、短鎖脂肪酸、腸管免疫、口腔常在菌）から、腸内細菌を構成する菌のバランスを算出し、腸内環境の良し悪しを総合的に判定するものです。結果はA,B,C,D,Eの5段階評価です。D判定はディスバイオーシス予備軍、E判定は腸内細菌叢のバランス崩壊が起きているディスバイオーシス状態と判定されます。

# B

判定

やや良好

多様性および酪酸産生菌ともに平均以上の値で、バランスのとれた標準的な状態と考えられます。



#### 大腸画像検査おすすめ度



問題ありません  
(おすすめ度：低)

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

# 5.96

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。数値が大きいかいほうが多様性が高く良いと考えられており、健康な成人は5~7くらいです。

#### 健康長寿菌判定

# A

長寿菌が豊富で良い傾向です

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。