

当施設で腸内フローラ検査してみませんか？

こんな方におすすめです



お腹の調子が悪い



ダイエットしたい



肌荒れしやすい



ストレスが多い



生活習慣を改善したい



免疫機能を整えたい

当施設おすすめオプション検査

通常 22,000円 (税込)



数量限定

16,500円 (税込)

2023/7/1以降にご受診いただいた方、数量限定特別価格！！

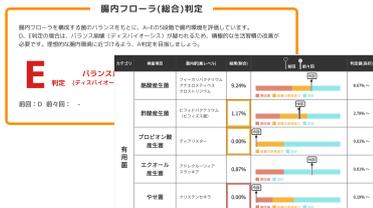
腸内フローラとは

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100兆個以上の細菌がすみついています。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きました。

(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。

管理栄養士による、腸活アドバイスを提供

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？

M カラダテラス海老名
KARADA TERRACE

神奈川県海老名市めぐみ町3-1 VINA GARDENS PERCH 7F

ご予約・お問い合わせ：046-292-1311
(月~金 8:30~17:30 / 土 8:30~12:30)

※検査キットのお渡しにご準備が必要ですので、
予め電話にてご連絡をお願いいたします。

検査の流れ **自宅できんたん!**

① キットの受け取り



当院から検査キットをお受け取りください

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 結果の受け取り



郵送で検査結果が返却されます(ポスト投函から4~6週間)

よくあるご質問

Q 検査でどんなことが分かりますか

A 腸内フローラの総合判定や生活習慣病等の疾患別リスク判定、有用菌や要注意菌などの結果が分かります。菌の結果に合わせてカスタマイズされた、改善アドバイス(管理栄養士監修)もついています。

Q 検査結果や腸活の内容について相談できますか

A 検査結果公開後は、「腸活ご相談コール」サービスにて、無料で株式会社サイキンソーの管理栄養士とマンツーマンで電話相談が可能です。※事前予約制

Q 検査結果は紙ですか、webですか

A 紙レポートです。「マイキンソーパーソナル」にご登録いただいた場合は、web上でも結果を閲覧できます。
※任意

Q 検査を受けられない人はいますか

A 16歳以上の方であればどなたでも検査可能です。抗生剤服用中と服用後1ヶ月間、生理期間中、バリウムや下剤の服用直後はなるべく採便をお控えください。

検査結果レポートイメージ (一部抜粋 ※全8ページ)

腸内フローラ判定

腸内フローラバランスを5段階で評価します。

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 **判定** **バランスが悪い**
(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、フローラです。生活習慣を改善して、3ヶ月再検査をおすすめします。

前回: D 前々回: -

疾患別リスク判定

糖尿病、高血圧、大腸がんなどの腸内フローラからみた疾患リスクがわかります。

疾患別リスク判定

機能性下痢 (IBS)



コメント

腸内フローラのバランスから見た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

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)

改善ポイントトップ3

p.4の個別注目菌(有用菌)の結果を改善するために、あなたにとって特におすすめの、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

果物には、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ています。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品の果物が理想的な習慣です。



この生活習慣で改善できる菌

- アクティブ菌 (ラクノスピラ)
- やせ菌 (クリステンセネラ)
- アクティブ菌 (ロゼリア)
- アクティブ菌 (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、排便に必要な腸内運動を促します。マイキンソーデータでは、週に60分以上運動している人ほど菌叢が安定傾向にあります。



この生活習慣で改善できる菌

- アクティブ菌 (ラクノスピラ)
- アクティブ菌 (ロゼリア)
- 酢酸産生菌 (ゼフィス菌)
- アクティブ菌 (フナリシコッカス)
- アクティブ菌 (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。マイキンソーデータでは、牛乳・チーズの摂取頻度が高いほどビフィズス菌の保有率が高い、というデータもあります。



この生活習慣で改善できる菌

- 酢酸産生菌 (ゼフィス菌)
- やせ菌 (クリステンセネラ)
- アクティブ菌 (モグロバ)

健康長寿菌判定

健康長寿の人の腸内に多い、「ビフィズス菌(酢酸産生菌)」と「フィーカリバクテリウム」保有し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「個別注目菌の結果」



コメント
ビフィズス菌(酢酸産生菌)p.4の個別注目菌の結果

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

良い働きをしている有用菌や、悪い働きをしている要注意菌の割合がわかります。

カテゴリ	検査項目	菌内取(%)	結果(割合)
有用菌	酪酸産生菌	フィーカリバクテリウム アナエロスティベス クロストリジウム	9.24%
	酢酸産生菌	ビフィズス菌 (ビフィズス菌)	1.17%
	プロピオン酸産生菌	ディアリスター	0.00%
要注意菌	エクオール産生菌	アドレククルーツァ スラックア	0.87%
	やせ菌	クリステンセネラ	0.00%