



腸内フローラタイプ判定

Flora Scan では日本人特有の腸内フローラタイプを評価しています。



生活習慣病との関連性

腸内フローラのタイプと生活習慣病との関連性を評価しています。



疾患との関連性

腸内フローラのタイプと疾患との関連性を評価しています。



注目の有用菌

研究により明らかとなったカラダにいい働きをする有用菌を知ることができます。



腸内フローラバランス判定

腸内の状態を菌の構成比率のバランスから知ることができます。



生活習慣のアドバイス

腸内環境を整えるために「シンバイオティクス」を意識してみましょう。



トイレで便チェック

日々の便を「硬さ」「ニオイ」「頻度」の3つのポイントでチェックしてみましょう。



Flora Scanに関する参考文献の一覧

腸内フローラタイプ別判定



腸内フローラ(腸内細菌叢)は多種多様な細菌がバランスを保ち、お互いに相互作用することで腸内環境を正常に保つ性質があります。本検査では日本人の腸内細菌叢を特徴付ける研究から得られた、日本人特有の腸内フローラタイプを5つに分けて評価しています。

※ご自身のタイプと生活習慣病/疾患との関連性は「生活習慣病との関連性」「疾患との関連性」のページをご確認ください

※属と呼ばれる分類レベルで見た38種類の細菌を用いて、5つのタイプを評価しています

あなたの腸内フローラタイプは「Type D」です

「Type E」

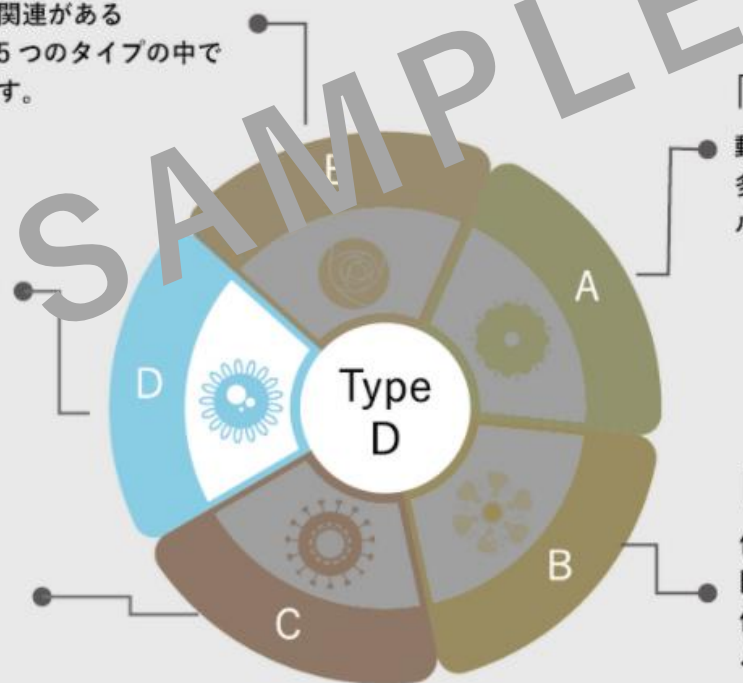
食物繊維が多い食事と関連がある
ブレボテラ属が多く、5つのタイプの中で
最も健康的なタイプです。

「Type D」

乳酸菌や発酵食品と関係がある
ビフィドバクテリウム属が
平均よりも大幅に多いタイプです。

「Type C」

低炭水化物、高たんぱく質の食事と
関連があるバクテロイデス属が多く、
低脂肪食で増加するフィーカリ
バクテリウム属が少ないタイプです。



「Type A」

動物性たんぱく質と脂肪が
多い食事と関連がある
ルミノコッカス属が多いタイプです。

「Type B」

低炭水化物、高たんぱく質の食事と
関連があるバクテロイデス属と、
低脂肪食で増加するフィーカリ
バクテリウム属が多いタイプです。

閉じる

疾患との関連性について



日本人1,803名を対象とした研究より明らかとなったデータを用いて、あなたの腸内フローラタイプからみた各疾患との関連度レベルを示しています。
「生活習慣のアドバイスページ」を参考に腸内環境を整える生活習慣を心がけましょう。

※ 関連度レベルは最も健康的な方が多い腸内フローラタイプを基準に各生活習慣病とのオッズ比を基に算出しています
※ あくまでも腸内フローラの観点から判定した各疾患との関連度であり、疾患の診断や今後の発症に直結するものではありません

疾患との関連度レベル		レベル 1	レベル 2	レベル 3	レベル 4	レベル 5
◆ 炎症性腸疾患 (IBD)	説明を読む					
◆ 機能性胃腸症	説明を読む					
◆ 肝疾患	説明を読む					
◆ 内分泌疾患	説明を読む					
◆ 心疾患	説明を読む					
◆ 精神疾患	説明を読む					

炎症性腸疾患 (IBD)

炎症性腸疾患 (IBD) は潰瘍性大腸炎とクローン病からなる、慢性的な症状を伴う疾患です。炎症を抑える力があるフィーカリバクテリウム属の減少と関連があると考えられています。「生活習慣のアドバイスページ」を参考に食物繊維が多く含まれる食材や、緑黄色野菜を摂取を意識しましょう。

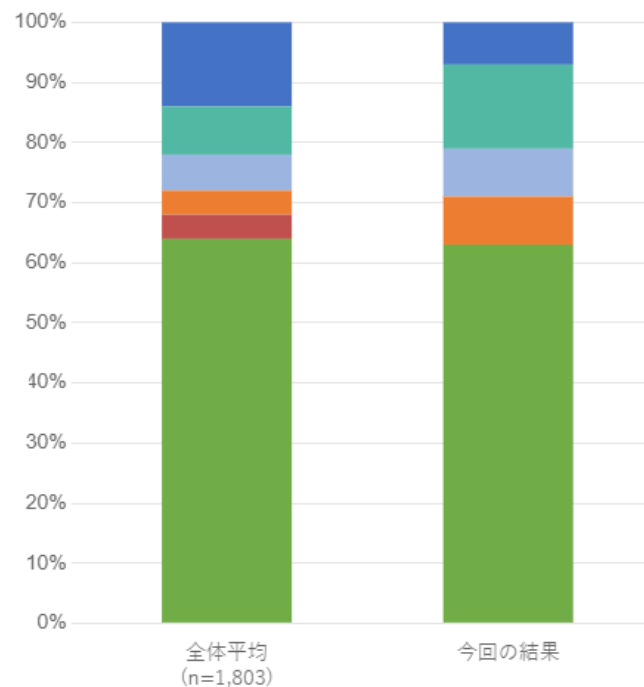
属レベル*で見るあなたの腸内フローラバランス

*「属レベル」に関する説明は「検査結果レポートを見る前に」のページをご覧ください



細菌は形や性質、遺伝的な近さなど生物学的な特徴で分類されています。ここでは腸内フローラタイプを分類するために用いた38種類の細菌のうち、代表的な5つの細菌を抜粋し、属と呼ばれる分類レベルで見たあなたの腸内フローラバランスを示しています。

※各細菌の値はあなたの腸内に占める細菌の割合（=占有率）を示しており、特定の細菌の占有率が高いもしくは低い=健康という状態を示すわけではありません。疾患関連度が低いタイプのバランスとあなたの結果を比較してみましょう。



◆比較対象を選択してください

- 疾患関連度が低いタイプ
 前回の結果
 前々回の結果
 全体平均

分類名 (属)	全体平均*	今回の結果
<ul style="list-style-type: none"> ● 【バクテロイデス属】 ・低炭水化物、高たんぱく質の食事と関連があります 		
<ul style="list-style-type: none"> ● 【ビフィドバクテリウム属】 ・乳酸菌や発酵食品と関係がある菌で、占有率が高過ぎると疾患との関連度レベルが高くなります 		
<ul style="list-style-type: none"> ● 【フィーカリバクテリウム属】 ・腸管の異常な炎症を抑える菌で、低脂肪食で増えると考えられています 		
<ul style="list-style-type: none"> ● 【プレボテラ属】 ・食物繊維が多い食事と関連がある菌で、疾患関連度が低い腸内フローラタイプにおける占有率が高いとされています 		
<ul style="list-style-type: none"> ● 【ルミノコッカス属】 ・動物性たんぱく質と脂肪が多い食事と関連があり、短鎖脂肪酸を産生します 		
● その他		

*「腸内細菌叢研究データベースの統合的解析による腸内環境評価システムの開発」
京都府立医科大学医学倫理審査委員会（承認番号ERB-C-1770-2）の研究結果より