

Ihr Darm-Mikrobiom

MUSTERBERICHT

Gesundheit beginnt im Darm.

PRO COM CURE
DIAGNOSTICS
QUALITY WITHOUT COMPROMISE

LIFE
PROCOMCURE

Proben-ID
Probeneingang

02NGSXX
TT.MM.JJJJ

Kurzübersicht Ihrer Ergebnisse	3-5
Was machen Bakterien in meinem Darm?	6
Diversität des Mikrobioms im Darm	7
Dysbiose des Mikrobioms im Darm	8
Welchen Einfluss hat Ihr Mikrobiom auf die Kalorienverwertung?	9
Welcher Enterotyp bin ich?	10
Proteinstoffwechsel	11
Kohlenhydratstoffwechsel	12
Fettstoffwechsel	13
Vitaminproduktion	14
Welchen Einfluss hat das Mikrobiom auf meine Darmschleimhaut?	15
Darm-Hirn-Achse	16
Wirkt sich meine Darmgesundheit auf mein Gehirn aus?	16
Darm-Haut-Achse	17
Warum werden Hauterkrankungen mit dem Darm in Verbindung gebracht?	17
Darm-Herz-Achse	18
Welchen Einfluss hat das Mikrobiom auf meine Herzgesundheit?	18
Darm-Leber-Achse	19
Wie beeinflusst mein Darm die Funktionen meiner Leber?	19
Darm-Gelenk-Achse	20
Wie wirkt sich das Mikrobiom auf meine Gelenkgesundheit aus?	20
Sind in meinem Darm Bakterien, die mir schaden könnten?	21
Wie kann ich mein Mikrobiom im Darm unterstützen?	22
Ernährungsempfehlungen basierend auf Ihrem Enterotypen	23
Wie kann ich meinen Stoffwechsel unterstützen?	24
Wie kann mein Darm Mikrobiom meine allgemeine Gesundheit unterstützen?	25
Was sagen meine Ergebnisse über meine Darmschleimhaut aus?	25
Darm-Hirn-Achse	26
Darm-Haut-Achse	26
Darm-Herz-Achse	27
Darm-Leber-Achse	28
Darm-Gelenk-Achse	29
Was soll ich bei einem Verdacht auf krankheitsauslösende Bakterien machen?	30
Literatur	31
Notizen	32
Sonstiges	32

Kurzübersicht Ihrer Ergebnisse

Diversität des Mikrobioms (Shannon-Index)

Ihr Ergebnis:



Ihr Shannon-Index von 2,2 zeigt eine durchschnittliche Vielfalt im Mikrobiom an, was auf ein stabiles Mikrobiom hindeutet.

Balance des Mikrobioms (Dysbiose-Index)

Ihr Ergebnis:



Ihr Dysbiosis-Index von 7,2 zeigt tendenziell ein Ungleichgewicht in Ihrem Mikrobiom an.

Kalorienverwertung

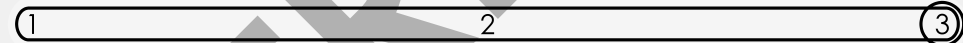
Ihr Ergebnis:



Ihr Mikrobiom deutet darauf hin, dass Ihr Darm mehr Energie aus der Nahrung aufnimmt.

Enterotyp 1, 2, oder 3?

Ihr Ergebnis:



Ihr Darm-Mikrobiom spiegelt die Merkmale einer Ernährung wider, die aus einer Kombination von pflanzlichen und tierischen Lebensmitteln besteht.

Proteinstoffwechsel

Ihr Ergebnis:



Ihr Mikrobiom deutet darauf hin, dass Ihre Proteinverwertung weniger effizient ist.

Kohlenhydratstoffwechsel

Ihr Ergebnis:



Ihr Mikrobiom baut unverdauliche Kohlenhydrate effizienter ab und unterstützt somit die Entwicklung der Darmschleimhaut.

Kurzübersicht Ihrer Ergebnisse

Fettstoffwechsel

Ihr Ergebnis:



Ihr Darm-Mikrobiom trägt zu einer erhöhten Fettaufnahme bei.

Vitaminproduktion

Ihr Ergebnis:



Das Ergebnis gibt die durchschnittliche Vitaminproduktion im Darm an. Ergebnisse im grünen Bereich bedeuten, dass Ihr Mikrobiom gut zum Vitaminhaushalt beiträgt. Eine Auflistung der einzelnen Vitamine ist im Ergebnisteil zu finden.

Darmschleimhaut

Ihr Ergebnis:



Das Mikrobiom in Ihrem Darm deutet auf einen durchschnittlichen Schutz der Darmschleimhaut hin.

Darm-Hirn-Achse

Ihr Ergebnis:



Ihr Mikrobiom deutet auf ein durchschnittliches Risiko für psychische Störungen hin.

Darm-Haut-Achse

Ihr Ergebnis:



Ihr Mikrobiom deutet auf ein erhöhtes Risiko für entzündliche Hauterkrankungen hin.

Darm-Herz-Achse

Ihr Ergebnis:



Ihr Mikrobiom deutet auf ein durchschnittliches Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen hin.

Kurzübersicht Ihrer Ergebnisse

Darm-Leber-Achse: Fettlebererkrankungen

Ihr Ergebnis:



Ihr Mikrobiom deutet auf ein durchschnittliches Risiko für eine Fettlebererkrankung hin.

Darm-Leber-Achse: Alkoholische Fettleber

Ihr Ergebnis:



Ihr Mikrobiom deutet auf ein verringertes Risiko für eine alkoholische Fettleber hin.

Darm-Leber-Achse: Virale Hepatitis

Ihr Ergebnis:



Ihr Mikrobiom deutet auf ein höheres Risiko für virale Hepatitis (Leberentzündung) hin.

Darm-Gelenk-Achse

Ihr Ergebnis:



Ihr Mikrobiom deutet auf ein erhöhtes Risiko für Gelenkprobleme wie Arthritis hin.

Krankheitsverursachende Bakterien

Ihr Ergebnis:



Es wurden keine krankheitsverursachenden Bakterien in Ihrem Darm-Mikrobiom gefunden.



Gesundheit beginnt im Darm.

