

ID vzorku
Vzorkování
14. 12. 2025
Analyzováno
15. 1. 2026

Materiál
Stolice
Laboratoř
labors.at

 [Vezměte prosím na vědomí:](#)

Tato zpráva ve formátu PDF je shrnutím nejdůležitějších výsledků, pro více informací se prosím podívejte do své zprávy na platformě.

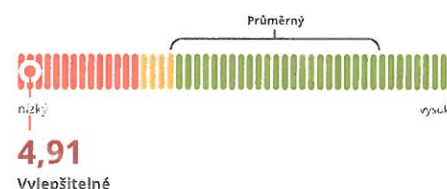
1. Mikrobiální zdraví

Mikrobiální rozmanitost

Celková rozmanitost vašich střevních bakterií by mohla být lepší. Naše tipy vám pomohou posílit střevní mikrobiom a zlepšit vaše zdraví.

Druhovú bohatost: 174 (průměr: 202–322)

Druhovú vyrovnanost: 0,66 (průměr: 0,72–0,78)



Další informace

Mikrobiální diverzita popisuje rozmanitost vašeho střevního mikrobiomu a skládá se z druhové bohatosti a druhové vyrovnanosti. Diverzita je nejdůležitějším parametrem pro analýzu zdraví vašeho střevního mikrobiomu. Měří, kolik různých bakteriálních druhů (druhovú bohatost) je ve střevě přítomno a jak rovnoměrně jsou rozloženy mezi jednotlivými druhy (druhovú vyrovnanost).

Bakteriální společenstvo s vysokou diverzitou se proto skládá z mnoha různých druhů a jedinci jsou rovnoměrně rozmístěni.

Diverzita se vypočítává pomocí „Shannonova indexu“ – čísla, které vidíte v grafu. Tento index bere v úvahu jak druhovou bohatost, tak i vyrovnanost (rozložení jedinců mezi danými druhy). Čím vyšší hodnota, tím lépe!

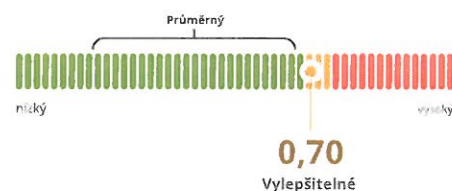
Výzkum ukazuje, že nízká diverzita může souviset s různými zdravotními problémy, jako jsou mimo jiné zánětlivé onemocnění střev, obezita, metabolické poruchy a autoimunitní onemocnění.

Druhovú bohatost: Udává počet různých druhů bakterií ve vzorku stolice. Vysoká hodnota značí vysokou druhovou hojnost.

Druhovú vyrovnanost: Poskytuje informace o tom, jak vyvážená je frekvence různých typů bakterií ve vašem střevě. Rovnoměrnější rozložení pomáhá zabránit dominanci několika druhů, čímž se mikrobiální společenstvo stává méně náchylným k narušení nebo nepříznivým změnám.

Index dysbiózy

Váš střevní mikrobiom je v nerovnováze, což naznačuje dysbiózu. Naše tipy vám mohou pomoci tento problém řešit, posílit střevní bakterie a obnovit rovnováhu střevního mikrobiomu.



Další informace

Dysbióza označuje nerovnováhu ve střevním mikrobiomu, kde potenciálně škodlivé bakterie převyšují ty prospěšné. Tato nerovnováha může být důsledkem různých faktorů, včetně nevyvážené stravy s vysokým obsahem ultrazpracovaných potravin, životních návyků, jako je chronický stres, nedostatek fyzické aktivity nebo nedostatek spánku, a pravidelného užívání léků. Některé zdravotní stavy, zejména zánětlivé onemocnění střev, mohou také zvýšit riziko dysbiózy. Index dysbiózy kvantifikuje závažnost této nerovnováhy a může být užitečný pro... sledování změn v mikrobiomu během léčby nebo úpravy stravy.

Enterotyp

Enterotyp 3 („Ruminococcus“) je spojován s vyváženou stravou bohatou na komplexní sacharidy, včetně vlákniny.



Enterotyp 3: Ruminococcus

📖 Další informace

Enterotyp rozděluje střevní mikrobiom do tří dominantních bakteriálních skupin, které tvoří „základní mikrobiom“ v prvních letech života. Života, primárně ovlivněného genetickými faktory a stravovacími návyky. Existují důkazy, že váš enterotyp může ovlivnit, které potraviny dokážete obzvláště dobře metabolizovat a jak efektivně probíhá produkce vitamínů ve vašem střevě. Dlouhodobé stravovací návyky, spolu s věkem, zdravotním stavem a užíváním léků, mohou váš enterotyp ovlivnit.

Vezměte prosím na vědomí, že tato klasifikace a váš výsledek naznačují pouze tendenci a typy se mohou překrývat.

Enterotyp 3

Enterotyp 3 se vyznačuje převahou bakterií rodu Ruminococcus. Tento enterotyp je obzvláště častý u osob se smíšenou stravou. Bakterie Ruminococcus rychle a účinně rozkládají nestravitelné složky potravy a poté je přeměňují na látky podporující zdraví, jako jsou mastné kyseliny s krátkým řetězcem. Bakterie Ruminococcus produkují více enzymů, které dokáží rozkládat nestravitelné sacharidy, jako je vláknina, a poté je přeměňovat na energii. Tyto bakterie však mohou také poškozovat střevní sliznici rozkládáním komplexů cukr-bílkovina, které se v ní nacházejí.

Enterotyp 1

Enterotyp 1 („Bacteroides“) je spojován se stravou bohatou na živočišné potraviny.

Enterotyp 2

Enterotyp 2 („Prevotella“) je spojován s rostlinnou stravou bohatou na ovoce, zeleninu, luštěniny a celozrnné obiloviny.

2. Interakce střeva a těla

Střevní imunitní osa

Zdá se, že složení vašich střevních bakterií dobře podporuje váš imunitní systém.

Vysoký úroveň podpory vašeho imunitního systému



📖 Další informace

Střevní imunitní osa popisuje propojení a interakci mezi střevem a imunitním systémem těla. Více než 70 % imunitního systému se nachází ve střevě a je podporován bakteriemi, které tam žijí. Některé bakterie aktivují imunitní buňky nebo regulují jejich aktivitu a produkují protizánětlivé látky, jako jsou mastné kyseliny s krátkým řetězcem. Zdravý střevního mikrobiomu je klíčové pro silný imunitní systém.

Vzorek stolice může poskytnout cenné poznatky o síle a odolnosti vašeho imunitního systému.

Zánětlivý potenciál

Vaše střevo nevykazuje žádné známky zánětu souvisejícího s LPS. Váš zánětlivý potenciál spojený s LPS je nízký.



Nízká zánětlivost potenciál

Váš výsledek se skládá ze 4 metabolických drah pro produkci LPS:

- Cukrové stavební bloky pro rozšířené LPS moduly
- Povrchové antigeny
- Předběžná fáze pro LPS

Další informace

Zánětlivý potenciál ve střevě lze vypočítat pomocí **lipopolysacharidů (LPS)**. LPS jsou molekuly, které se vyskytují v buněčných stěnách určitých bakterií. Nedávný výzkum ukazuje, jak složení střevního mikrobiomu (včetně typů a množství bakterií produkujících LPS) ovlivňuje imunitní systém ve střevě.

Některé bakterie mohou popsány metabolickými cestami produkovat LPS. Pokud je ve střevě příliš mnoho bakterií produkujících LPS, zvyšuje se riziko zánětu.

Kromě toho jsou index dysbiózy a imunitní síla důležitými parametry, které mohou ovlivnit zánětlivý potenciál ve střevě.

Osa střevo-kůže

Zdá se, že váš střevní mikrobiom podporuje zdravou pokožku.

Nízký sklon ke kožním onemocněním



Nízký sklon k akné



Nízký sklon k neurodermatitidě



Vysoký sklon k lupénce



Další informace

Osa střevo-kůže popisuje spojení mezi střevním mikrobiomem a zdravím kůže. Kožní onemocnění, jako je akné, neurodermatitida a lupénka, jsou často způsobena zánětem v těle, který se pak projevuje na povrchu kůže. Střevní bakterie mohou přímo regulovat imunitní systém a zánětlivé procesy v těle. Proto je možné vyvodit závěry o zdravé kůži analýzou bakterií nalezených ve vzorku stolice.

Regulace hmotnosti

Vaše střevní bakterie by vám mohly pomoci regulovat vaši váhu. Pokud ano, pokud chcete dosáhnout svých zdravotních cílů, vyhledejte další individuální radu od zdravotnického pracovníka.

Nízký sklon k podvázce



Vysoký sklon k nadvázce



Další informace

Složení střevních bakterií ovlivňuje různé aspekty metabolismu, jako je produkce energie z potravy. Několik studií naznačuje, že střevní bakterie hrají roli v regulaci hmotnosti. Některé bakterie jsou spojovány se štíhlou postavou, zatímco jiné mohou přispívat k obezitě.

Ve střevě se mohou vyskytovat jak bakterie spojené s podváhou, tak i ty, které jsou spojeny s nadváhou.

Mezi další důležité faktory v regulaci hmotnosti patří mikrobiální rozmanitost a mastné kyseliny s krátkým řetězcem produkované bakteriemi.