

**Nazwisko i imię pacjenta:**

**PESEL:**

**Opis analizy mikrobiologicznej kału GutFlora obejmuje elementy:**

- Znaczenie badania
- Opis badanych wskaźników – oznaczane bakterie i grzyby flory jelitowej (komentarz poszczególnych parametrów dobierany jest w zależności od wyniku):
  - Przerost mikroflory gnilnej [*Proteus sp.*, *Klebsiella sp.*, *Enterobacter sp.*, *Hafnia alveii*, *Serratia sp.*, *Providencia sp.*, *Morganella morganii*, *Citrobacter sp.*, *Pseudomonas sp.*, *Clostridium sp.*, *E.coli* niepatogenna]
  - Przerost mikroflory zakwaszającej środowisko jelit [*Lactobacillus sp.*, *Bacteroides sp.*, *Bifidobacterium sp.*, *Enterococcus sp.*]
  - Niedobór bakterii probiotycznych [*Lactobacillus sp.*, *Bifidobacterium sp.*]
  - Niedobór bakterii immunostymulujących [*Bacteroides sp.*, *Enterococcus sp.*, *E.coli* niepatogenna]
  - Przerost *Clostridium*
  - Przerost *E. coli* patogenicnej
  - Przerost drożdżaków *Candida sp.*, *Candida albicans*
  - Przerost grzybów *Geotrichum sp.*
  - Przerost pleśni
  - Literatura dot. tej części
- Dietoterapia
  - podstawowe elementy zmiany stylu życia i żywienia
  - Produkty naturalnie fermentowane
  - Produkty bogate w antyoksydanty
  - Elementy interwencji dietetycznej związanej z uszczelnieniem jelita

Komentarz do badania jest rozbudowanym narzędziem, którego celem jest ułatwienie pracy specjalistom przez poznanie możliwych zdarzeń klinicznych oraz sugestie dotyczące obszarów dalszego postępowania dietetycznego. Przeważnie zajmuje około 10 stron.

*Przykładowy skrócony komentarz do badania GutFlora znajduje się poniżej.*

**Nazwisko i imię pacjenta:**

**PESEL:**

## **KOMENTARZ DO BADANIA GutFlora**

### **Znaczenie badania:**

Przewód pokarmowy człowieka zasiedla ogromna ilość mikroorganizmów – bakterii, grzybów, wirusów i pierwotniaków. Szacuje się, że jest ich więcej niż komórek budujących organizm człowieka. Nazywane są one mikrobiotą lub mikroflorą jelitową. Mikroflora jelitowa to rodzaj „mikrobiologicznego organu”, posiadającego zdolność komunikowania się mikroorganizmów między sobą, a także z komórkami człowieka. (...)

### **Opis badanych mikroorganizmów wskaźnikowych:**

#### **Przerost mikroflory gnilnej**

##### ***Proteus sp. Klebsiella sp.***

Bakterie proteolityczne (gnilne) metabolizują głównie białka i tłuszcze. W wyniku przemiany aminokwasów z białek mogą powstawać aminy biogenne jak histamina, kadaweryna, putrescyna, tyramina oraz toksyczne metabolity jak siarkowodór, indol, skatol. (...) Przerost bakterii gnilnych może być przyczyną objawów jak migreny, zmęczenie, halitoza, nietolerancja amin biogennych, wzdęcia, gazy, śmierdzące stolce, zespół złego wchłaniania, spadek masy ciała. (...) W przypadku zaparcí należy zadbać o odpowiednią podaż wody (30 ml na kg masy ciała dla osoby dorosłej). Wskazane jest kontrolowanie ilości błonnika pokarmowego – jego nadmiar lub niedobór może przyczyniać się do nieprawidłowej pracy jelit. (...)

(...)

### **Dietoterapia**

Zdrowe żywienie jest niezbędnym elementem zdrowego stylu życia, którego w procesie leczenia nie można pominąć.

#### **Do podstawowych elementów zmiany stylu życia i żywienia należą:**

- ✓ spożycie minimum 0,5 kg warzyw i owoców w ciągu dnia, gdzie należy zachować różnorodność spożywanych produktów (najlepiej spożywać warzywa każdego koloru tęczy w ciągu dnia); warzywa i owoce stanowią podstawowe źródło błonnika pokarmowego oraz witamin i związków bioaktywnych (m.in. antyoksydacyjnych)

(...)