

腸内細菌のリレー構造

STEP1

納豆菌

プレバイオ
ティクス

糖

糖化菌

STEP2

乳酸菌

乳酸

ビフィ
ズス菌

酢酸

STEP3

プロピオ
ン酸菌

酪酸菌

短鎖
脂肪
酸

