



Аллергодиагностика
компания **Dr.Fooke Laboratorien GmbH**

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПИЩЕВОЙ НЕПЕРЕНОСИМОСТИ и ПИЩЕВОЙ АЛЛЕРГИИ

(Выявление запрещенных для Вас продуктов питания)

Информация для пациентов

Вы страдаете от мигрени, хронической усталости, нейродермита, псориаза, заболеваний желудочно-кишечного тракта, артрита или лишнего веса?

Возможно, что эти или другие недомогания вызваны непереносимостью определенных пищевых продуктов.

Пищевая непереносимость и пищевая аллергия являются причинами многих острых и хронических заболеваний, и множество людей имеет связанные с этими состояниями симптомы, поэтому сейчас быстро развиваются диагностические тесты, связанные с анализом иммунного ответа на пищевые аллергены.

Одной из причин развития симптомов пищевой непереносимости может быть реакция между пищевыми антигенами, которые частично могут проникать в кровь из кишечника, и специфическими антителами. В результате образуются иммунные комплексы, попадающие затем в различные органы и ткани, где, накапливаясь, они могут вызвать патологическую реакцию, на клиническом уровне проявляющуюся перечисленными выше нарушениями и расстройствами. Пищевая непереносимость трудно распознаётся: симптомы IgG-зависимой аллергической реакции развиваются через несколько дней после употребления в пищу, и пациент не может связать ее с каким-либо продуктом. Кроме того, проявления аллергической реакции данного типа могут быть очень разнообразными, провоцируя развитие сотен различных симптомов или заболеваний. Анализ может быть полезен для пациентов с хроническими болезнями, плохо поддающимися лечению в течение многих лет. На элиминационной диете в 70% случаев наблюдается стойкое улучшение состояния. Для лиц с избыточным весом диета приводит к потере веса. Определение специфических антител E и G классов на 90% больше идентифицирует пищевых аллергенов, чем провокационные пробы.

Что определяет скрининг пищевой непереносимости и пищевой аллергии?

Методом количественного иммуноферментного анализа возможно определить IgE- и IgG-антитела одновременно к 96 или 192 аллергенам. Для анализа берут кровь из вены локтевого сгиба.

Ваш шанс

Определив запрещенные для Вас продукты и исключив затем их из Вашего меню, Вы можете уменьшить симптомы заболеваний, а в некоторых случаях и полностью от них избавиться.

Интерпретация теста

В результате Вы получаете на руки документ с перечнем продуктов, которые Вы можете есть не задумываясь – так называемый «зеленый лист». Также Вы получаете «красный лист», т.е. перечень продуктов, на которые обнаружены специфические антитела (например, к антигенам молока) и полностью исключаете их из своего рациона на длительное время. Исключение запрещенных продуктов питания, как правило, не приводит к потере качества жизни, так как перечня «зеленого листа» полностью хватает для здорового питания.

Что дальше?

Изменение образа питания

(Ваше сотрудничество обязательно)

Продуктов из «красного листа» необходимо избегать 2-3 месяца.

Не забывайте принимать с пищей необходимые витамины и минералы.

Симптомы пищевой непереносимости (смотрите таблицу) с переходом на новое питание будут уменьшаться или совсем исчезнут.

Таблица. Заболевания и симптомы, для которых установлена связь с гиперчувствительностью к продуктам питания:

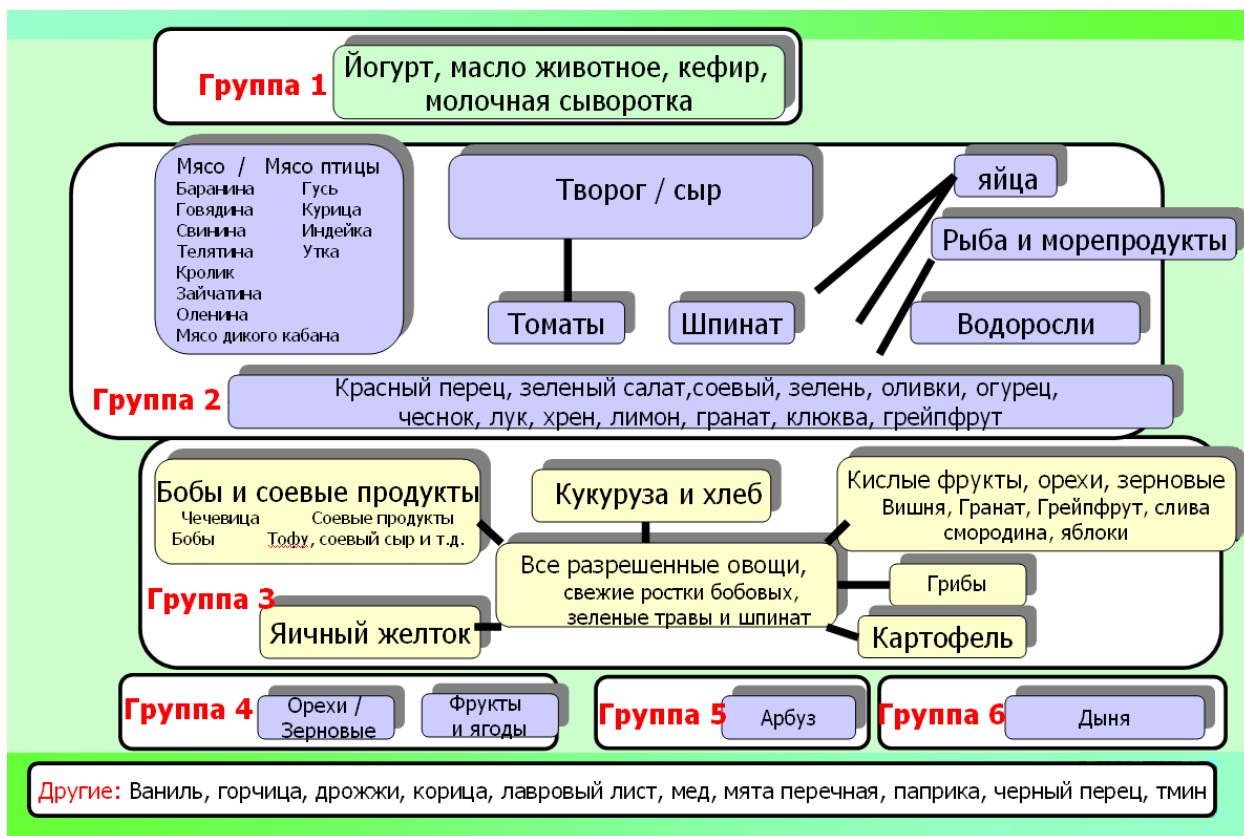
<p>Кожа Экзема Крапивница Зуд кожи Артриты</p> <p>Дыхательная система Бронхиты Бронхиальная астма Несезонный аллергический ринит Аллергический синусит Полипы носа Заболевания среднего уха (острое воспаление среднего уха, серозный отит)</p> <p>Пищеварительная система Рецидивирующие язвы ротовой полости Гастриты Язва желудка или двенадцатиперстной кишки Муковисцидоз Мальабсорбция Целиакия Синдром раздражённого кишечника Железодефицитная анемия Колики у младенцев Воспалительные заболевания кишечника (болезнь Крона, неспецифический язвенный колит) Диарея Запор Зуд ануса</p>	<p>Эндокринная система Избыточный или недостаточный вес Инсулин-зависимый диабет</p> <p>Сердечно-сосудистая система Нарушение сердечного ритма Воспаление капилляров, пурпура, геморрагии, отеки</p> <p>Выделительная система Отеки, задержка жидкости Энурез Частые мочеиспускания Нефротический синдром</p> <p>Нервная система Головная боль Синдром хронической усталости Депрессия Аутизм и задержка развития Повышенная возбудимость Необъяснимый дистресс у младенцев Синдром гиперактивности и дефицита внимания Тревожность Потеря памяти Нарушения сна (бессонница, апноэ, храп) Эпилептиформные припадки Шизофрения</p> <p>Скелетно-мышечная система Анкилозирующий спондилит Артралгия Ревматоидный артрит Фибромиалгия</p>
---	---

Рекомендации

Через 2-3 месяца новой диеты рекомендуется сделать новый тест.

Ешьте только тогда, когда чувствуете истинный голод.

Общая информация по группам совместимых продуктов (в один прием пищи):



1. Придерживайтесь групп в питании.
2. Не разрешается:
 - курение
 - употребление соленых продуктов
 - жареных
 - тушеных
3. Не разрешаются:
 - пищевые добавки и консерванты
4. Не разрешаются:
 - бульоны
5. Не разрешается:
 - кофе перед едой
6. Разрешаются следующие методы приготовления:
 - гриль, режим слабой мощности
 - сырые продукты (1 раз в неделю)
 - запекание, добавление соли
 - высушивание на воздухе,
 - приготовление на пару
7. Ничего нельзя есть 2 часа после белковой пищи или, по крайней мере, 1 час.
8. Ничего нельзя есть 30 минут после сока или фруктовых напитков.
9. Ничего нельзя пить 1 час после еды.
10. Во время еды пейте простую воду или зеленый чай.
11. Используйте только нерафинированные сорта масла.
12. Вы можете есть все соевые продукты с овощным супом.
13. Не ешьте арбуз или дыню вместе и не сочетайте их с другими группами.
14. Сухие бобовые относятся к группе «Овощи».

Результаты

При полном исключении аллергенов концентрации аллерген-специфических иммуноглобулинов снижаются, и постепенно результаты теста становятся отрицательными. Если в течение 3-6 месяцев полностью исключить употребление продуктов, вызывающих аллергическую реакцию, то в большинстве случаев удастся в дальнейшем употреблять данные продукты 1 раз в 3 – 4 дня без выраженной реакции. Информация, полученная в тесте, и последующая хорошо сбалансированная полноценная диета помогут достичь Вам лучшего качества жизни.

Для лиц с избыточным весом элиминационная диета приводит к потере веса. Многие пациенты сообщают о коррекции веса и о повышении жизненного тонуса в целом в результате диеты, основанной на диагностике ПА и ПН.

Многие пациенты, длительно страдающие необъяснимой патологией с постоянным болевым синдромом (головные боли, артрит и др.), при определении источника ПН замедленного типа и исключении его из рациона на определенное время в сочетании с четырёхдневной ротационной диетой могут получить значительный лечебный эффект, а в ряде случаев полностью избавиться от своего недуга.

Например, клиническая картина улучшалась у 90% детей с муковисцидозом с диареей на фоне элиминационной диеты, составленной по результатам анализа (специфические IgG-антитела к антигенам коровьего молока и к белкам яйца). Поэтому для пациентов с муковисцидозом общепринятая терапия недостаточна, им необходимо назначать ЭД.

У младенцев, которые плохо развиваются, или состояние которых ухудшается после кормления, может развиваться повышенная чувствительность к определённым продуктам питания. Иногда это связано с рационом кормящей матери. В этом случае на ПА и ПН должны быть обследованы и мать, и ребёнок. Такое обследование полезно также для новорожденных, у которых матери имеют аллергическое заболевание: у них повышен риск возникновения аллергии. Если результаты положительны хотя бы у одного из них (специфические IgE или IgG), то кормящей матери назначается ЭД в качестве профилактики развития атопического дерматита и других аллергических состояний у ребёнка.

Хотя анализ на пищевую аллергию очень важен для получения информации об антигене - причине иммунного ответа, не следует забывать о других видах пищевой непереносимости. Сюда относят не-IgG- и не-IgE-опосредованный иммунный ответ или неиммунную реакцию, которая может проявиться на какой-либо пищевой продукт. Неиммунная реакция может быть псевдоаллергической реакцией, сюда можно отнести желудочно-кишечные заболевания, чувствительность к пищевым добавкам, ферментопатии, фармакологические эффекты и физиологическую реакцию. Если у пациента низкий ответ на цельное зерно пшеницы и даже на глютен, но имеются симптомы непереносимости пшеничных продуктов (особенно гастроинтестинальные симптомы), необходимо определить IgA-антитела к тканевой трансглутаминазе и глиадину для дифференциальной диагностики глютенковой энтеропатии (целиакии).

Все оборудование и реагенты фирмы Dr.Fooke зарегистрированы в Минздраве РФ и рекомендованы для применения в медицинской практике.