

Badania nietolerancji pokarmowej IgG zależnej Valida – Nietolerancja pokarmowa 59

- Masz dolegliwości, których przyczynę trudno zdiagnozować?
- Cierpisz od lat, a lekarze usuwają tylko objawy Twoich problemów?
- Może jedzenie, które spożywasz ma na Ciebie negatywny wpływ?

Długotrwałe dolegliwości o podłożu trudnym do zdiagnozowania, w tym choroby autoimmunologiczne, mogą mieć swoją przyczynę w nietolerancji pokarmowej IgG zależnej (nadwrażliwości pokarmowej typu III). Jest to niewłaściwa reakcja organizmu na składniki niektórych pokarmów. Pojawia się ona wtedy, gdy układ odpornościowy traktuje wybrane produkty żywnościowe jako zagrożenie i zaczyna przeciwko nim produkować przeciwciała klasy IgG.

Wykonanie testu na nietolerancję pokarmową pozwala wykazać, które produkty żywnościowe wywołują reakcję nadwrażliwości w organizmie. Wyeliminowanie z diety problematycznych składników wspomaga regenerację i odbudowę uszkodzonej śluzówki jelita. Twoje samopoczucie może się poprawić już po kilku dniach.

Opis badania

Diagnostyka nadwrażliwości pokarmowej pozwala określić, które produkty żywnościowe są problematyczne dla organizmu. Laboratoryjne testy *Valida – Nietolerancja pokarmowa 59* badają reakcję organizmu na 59 produktów pokarmowych w klasie przeciwciał IgG₁₋₄. Badania wykonywane są z kropli krwi samodzielnie pobranej z palca i przesłanej do laboratorium w specjalnym zestawie transportowym.

Na podstawie otrzymanego wyniku należy przeprowadzić dietę eliminacyjną, która trwa od 3 do 6 miesięcy. Po tym czasie, jeżeli nie następuje nawrót objawów, wybrane pokarmy mogą być sporadycznie spożywane. Dieta eliminacyjna powinna być prowadzona pod opieką dietetyka, a gdy występują dolegliwości chorobowe, również lekarza prowadzącego.

Wskazania i przeciwwskazania

Kto powinien wykonać badanie?

Badanie nietolerancji pokarmowej IgG zależnej zaleca się wykonać w przypadku następujących dolegliwości i chorób:

- astma
- atopie
- bezsenność
- biegunki
- bóle głowy
- bóle stawów
- celiakia
- depresja
- drażliwość
- egzema
- fibromialgia
- hipoglikemia
- lęk
- migreny
- moczenie nocne
- nadaktywność u dzieci (ADHD)
- nieżyt żołądka
- problemy dermatologiczne
- przybieranie na wadze
- reumatoidalne zapalenie stawów
- wrzodziejące zapalenie okrężnicy
- wzdęcia
- zapalenie skóry
- zaparcia
- zespół jelita drażliwego
- złe wchłanianie pokarmu
- zmęczenie chroniczne

Przeciwwskazania

Nie zaleca się wykonywania badania:

- w trakcie i bezpośrednio po kuracji lekami immunosupresyjnymi, sterydowymi oraz innymi, upośledzającymi działanie układu immunologicznego w zakresie reakcji typu III,
- przy obniżonym ogólnym mianie przeciwciał IgG,
- po terapii odczulania na alergię,
- w trakcie lub po długotrwałej diecie lub eliminacji istotnych pokarmów (faktyczna reakcja na nie może nie być widoczna na teście).

Specyfikacja

Materiał

Badania wykonywane są z krwi pełnej lub surowicy. Krew może być pobrana samodzielnie z palca.

Pobrana próbka jest transportowana w specjalnym zestawie pobraniowym, zabezpieczającym ją przed fizycznym uszkodzeniem, przesyłką kurierską wliczoną w cenę badania.

Metodyka badań

| Parametr | Wartość |
|----------------------------|--|
| Metoda diagnostyczna | Western Blot II generacji |
| Liczba badanych pokarmów | 59 (w tym 3 mieszanki) |
| Liczba pól diagnostycznych | 54 |
| Wynik | Ilościowy + półilościowy (podział na 5 stopni reakcji) |

Lista badanych antygenów pokarmowych

Zboża zawierające gluten

| | | |
|-----------------|--------------|-------------|
| Gluten | Mąka owsiana | Mąka żytnia |
| Mąka jęczmienna | Mąka pszenna | |

Zboża bezglutenowe i produkty alternatywne

| | | |
|-----------|---------------|-----|
| Kukurydza | Mąka gryczana | Ryż |
|-----------|---------------|-----|

Mięso

| | | |
|---------|----------------------|----------|
| Kurczak | Wieprzowina gotowana | Wołowina |
|---------|----------------------|----------|

Nabiał i jajka

| | | |
|---------------------|--------------|-------------|
| Beta-laktoglobulina | Kazeina | Ser topiony |
| Jajo kurze - białko | Mleko kozie | |
| Jajo kurze - żółtko | Mleko krowie | |

Owoce

| | | |
|-------|--------|---------------------------|
| Banan | Jabłko | Pomarańcza |
| Figa | Kiwi | Winogrono (jasne/ ciemne) |

Zioła i przyprawy

| | | |
|---------|------------------------|---------|
| Curry | Gorczyca | Wanilia |
| Czosnek | Pieprz (czarny/ biały) | |

Nasiona i orzechy

| | | |
|--------|----------------|---------------|
| Kakao | Orzech laskowy | Orzech ziemny |
| Migdał | Orzech włoski | |

Warzywa

| | | |
|---------------|-----------|----------|
| Brokuł | Marchewka | Ziemniak |
| Cebula | Por | |
| Kapusta biała | Pomidor | |

Rośliny strączkowe

| | | |
|-------------------|-----------|--|
| Fasola biała | Soczewica | |
| Fasola szparagowa | Soja | |

Ryby i owoce morza

| | | |
|----------|---------|--|
| Dorsz | Tuńczyk | |
| Krewetka | Łosoś | |

Inne

| | | |
|--------------------|--|------|
| Drożdże piekarskie | Kawa | Miód |
| Herbata czarna | Mieszanka grzybów (bocznik, pieczarka, grzyby Shiitake, pieprznik) | |

Wynik badania

Wynik badania zawiera tabelę z listą produktów pokarmowych oraz ilościowe oznaczenie stężenia przeciwciał dla każdego antygeny (lub grupy antygenów) dodatkowo podzielone na pięć zakresów: brak reakcji, słaba, umiarkowana, silna i bardzo silna reakcja. Dla ułatwienia interpretacji listę przedstawiono również grupując produkty pod względem siły reakcji.

Wynik i interpretacja dostarczane są w postaci czytelnego dokumentu przesyłanego drogą mailową lub pocztą.

Przygotowanie i wykonanie

Jak się przygotować do badań?

Zanim przystąpisz do wykonania badania, zapoznaj się z instrukcjami dołączonymi do zestawu.

Przed wykonaniem badania nie wykluczaj żadnych pokarmów z diety, ponieważ organizm nie wytworzy odpowiedniej ilości przeciwciał i wynik testu może być zafałszowany.

Nie należy odstawiać leków ani suplementów – w przypadku zażywania leków immunosupresyjnych (np. sterydów doustnych) zaleca się wykonanie badania po zakończeniu terapii.

Kiedy pobierać próbki?

Krew można pobrać o dowolnej porze dnia – nie jest wymagane bycie na czczo. Przynajmniej kilka godzin wcześniej zadbać o właściwe nawodnienie (wypij przynajmniej 2 szklanki wody).

Kiedy i jak otrzymam wynik?

Wynik i zalecenia dietetyczne wysyłane są w pliku pdf na adres e-mail wskazany w Zleceniu Badania. Jeżeli badanie zostało zlecone przez Specjalistę, to wynik zostanie wysłany do niego.

Wynik może być wysłany pocztą w formie drukowanej na życzenie Pacjenta.

Czas oczekiwania na wynik wynosi 10 dni roboczych, licząc od czasu dostarczenia próbki.

Nietolerancja pokarmowa

Czym jest nietolerancja pokarmowa?

Długotrwałe choroby, o podłożu trudnym do zdiagnozowania, mogą mieć swoją przyczynę w nietolerancji pokarmowej. Jest ona niewłaściwą reakcją organizmu na składniki pewnych pokarmów, co samo w sobie może objawiać się na wiele sposobów. Niektórzy będą mieć tylko jeden objaw, np. ostre bóle głowy, podczas gdy u innych objawi się to zespołem jelita drażliwego, migrenami, problemami skórными czy niedomaganiem układu oddechowego. Symptomy występowania nietolerancji pokarmowej występują po kilku godzinach lub nawet kilku dniach od spożycia wybranych produktów i mogą trwać tygodniami. Zupełnie inaczej niż w przypadku alergii pokarmowej, kiedy objawy często są widoczne natychmiast po kontakcie z alergenem.

Nietolerancja pokarmowa charakteryzuje zwiększoną ilością przeciwciał typu IgG produkowanych we krwi przeciwko problematycznym pokarmom. Ocenia się że problem dotyczy nawet 45% populacji. Część pacjentów posiadających zdiagnozowaną nietolerancję pokarmową, po odstawieniu problematycznych pokarmów, odnotowuje pozbycie się objawów, które doświadczała praktycznie przez całe dotychczasowe życie. Odstawienie najczęściej trwa 3 miesiące, a po tym okresie problematyczne pokarmy mogą być spożywane sporadycznie bez negatywnych konsekwencji.

Nie stwierdzono, aby nietolerancje bezpośrednio zagrażały życiu. Nie należy ich jednak ignorować, bo mogą znacząco wpłynąć na zdolność do prowadzenia normalnego, zdrowego trybu życia.

Alergia pokarmowa to nie to samo co nietolerancja pokarmowa

Obydwa terminy są często mylone. Przy standardowej alergii pokarmowej (jak alergia na orzeszki ziemne, czy skorupiaki) po spożyciu określonego pokarmu występuje zazwyczaj ostra i natychmiastowa reakcja układu immunologicznego. Objawy nietolerancji pokarmowej są rozłożone w czasie i mają miejsce od kilku godzin do kilku dni

od spożycia pokarmu. W przeciwieństwie do nietolerancji, alergie pokarmowe diagnozuje się u relatywnie niewielu pacjentów.

Jak zbadać nietolerancję pokarmową i co zrobić z wynikiem?

Diagnostyka nadwrażliwości pokarmowej pozwala określić problematyczne pokarmy. Laboratoryjne testy *Valida – Nietolerancja pokarmowa* badają reakcję organizmu na 59 produktów pokarmowych w klasie przeciwciał IgG₁₋₄. Badania wykonywane są z kropli krwi samodzielnie pobranej z palca i przestanej do laboratorium w specjalnym zestawie transportowym.

Na podstawie otrzymanego wyniku należy przeprowadzić dietę eliminacyjną, która trwa od 3 do 6 miesięcy. Po tym czasie, jeżeli nie następuje nawrót objawów, wybrane pokarmy mogą być sporadycznie spożywane. Dieta eliminacyjna powinna być prowadzona pod opieką dietetyka, a gdy występują dolegliwości chorobowe lub prowadzone jest leczenie, również pod opieką lekarza prowadzącego.