

Ételintolerancia-diagnosztika

Napjainkban, egyre több embernél jelentkezik a krónikus élelmiszer-érzékenység. Ennek kialakulásának oka, hogy az immunrendszer az étel fehérjéit idegenként azonosítja, és az adott étel vagy annak valamelyik alkotója ellen kellemetlen tünetekkel tiltakozik.

Ételintolerancia kialakulásakor a tünetek a kiváltó étel elfogyasztása után hosszú idővel – akár napokkal, hetekkel később – jelentkeznek, és súlyosságuk függ az elfogyasztott étel mennyiségétől. A felmérések szerint, a népesség kb. 40%-a szenved tőle. Gyógyszeres kezelést nem igényel: a tünetek a megfelelő étrend kialakításával és betartásával általában megszűnnek.

Ezért az ételintolerancia nem összekeverendő az ételallergiával. Az **ételallergia** a szervezet azonnali, heves reakciója bizonyos élelmiszerekre. Tünetei életveszélyesek is lehetnek. Sokkal ritkábban fordul elő, mint az ételintolerancia; a népesség 1%-át veszélyezteti. Felismerése és gyógyszeres kezelése orvosi szaktudást igényel!

Az ételintolerancia tünetei látszólag minden ok nélkül jelentkeznek, a laborleletek általában semmilyen konkrét betegségre nem utalnak. Ebben az esetben kell elvégeztetni az ételintolerancia tesztet.

Tünetek:

álmatlanság

bélproblémák (gyulladás, hasmenés, székrekedés)

bőrproblémák

ekcéma

emésztési zavarok (puffadás)

hasi fájdalmak

ízületi gyulladás és ízületi fájdalmak

krónikus fejfájás

krónikus légzőszervi tünetek (asztmás légzés vagy hörghurut, állandó köhögés)

menstruációs problémák

migrén

ormelléküreg-gyulladás

súlyproblémák (pl. kóros túlsúly)

szívdobogásérzés

A teszt, ujjbegyvér levételével történik. A Food Detective gyorseszteszt segítségével egy órán belül kapunk eredményt, 46 élelmiszer és élelmiszer-alapanyagot vizsgálva.

FoodDetective által kimutatható élelmiszerek és élelmiszer-alapanyagok		
alma	földieper	póréhagyma
báránycsúsz	glutén	rák- és kagylómix
brazil dió	gomba	rizs
brokkoli	grépfrút	rozs
burgonya	gyömbér	sárgarépa
búza	kakaóbab	sertéshús
csirkehús	káposzta	szójabab
dinnyemix	kesudió	tea
dió	kukorica	tehéntej
durumbúza	mandula	teljes tojás
édesvízihal-mix	marhahús	tonhal
élesztő	narancs és citrom	uborka
fehérhalmix	olajbogyó	zab
fekete ribizli	paprikamix	zeller
fokhagyma	paradicsom	zöldségmix
földimogyoró		

A bővebb terjedelmű vizsgálat, a Genarrayt Microarray, fehérjechip alapú ételintolerancia-diagnosztikai rendszerrel történik, mely egyetlen mintából, több mint 200 élelmiszert és fűszert vizsgálva ad eredményt.

A vizsgált élelmiszerek és élelmiszer-alapanyagok listáját a következő oldalon tekintheti meg!

Genarrayt Microarray által kimutatható élelmiszerek és élelmiszer-alapanyagok			
agar-agar	fejes saláta	köles	quinoa
ajóka	fekete áfonya	kömény	rebarbara
alfa-lactalbumin	fekete ribizli	komló	repcemag
alga es paguette	fekete sügér	koriander (levél)	ribizli
alga (kék-zöld)	fekete tea	körte	rizs
alma	fenyőmag	kukorica	rombuszhal
aloe vera	fésűs kagyló	kuszkusz	rozmaring
amarantusz	fogolyhús	lazac	rozsliszt
ananasz	fokhagyma	lencse	rőt vad (szarvas-, őzhús)
angolna	földimogyoró	lenmag	ruccola
aricsóka	füge	lepényhal	sáfrány
avokádó	fűrjhús	licsi	sárgabarack
ánizs	gamélarák	lime	sárgadinnye
árpa	gesztenye	lóhús	sárgarépa
babérlével	ginkó	majoranna	spárga
banán	ginzeng	makadámdió	spenót
bárányhús	gliadin	makréla	strucchús
bazsalikom	gomba	maláta	sügér
béta-lactoglobulin	görögdinnye	málna	szardínia
borjúhús	gránátalma	mandarin	szeder
bors (fekete, fehér)	grapefruit	mandula	szegfűszeg
borsmenta	gríz	mangó	szentjánoskenyér
borsó	guajava	marhahús	szerecsendió
bövénytej	gyömbér	mazsola	szezámag
broccoli	hagyma	mángold	széles bab
burgonya	hering	menta	szilva
búza	homár	méz	szívkaagyló
búza korpá	hüvelykagyló	mogyoró	szója bab
cayenne-bors	jucca	mogyoróhagyma	szőlő
cékla	juh tej	mustármag	tarisznyarák
cikória	kacsa hús	naphal	tápióka
citrom	kacsakagyló	napraforgómag	tárkony
cukkíni	kakaóbab	narancs	tehéntej
csalán	kakukkfű	nádcukor	tengeri fű (alga wakame)
cseresznye	kamilla	nektarin	tigrisdíó/földimandula
csicseriborsó	kapor	nyúl hús	tintahal (szépia, kalamári)
csiga (parti)	káposzta	olajbogyó	tojás (fehérje, sárgája)
csirkehús	káposzta (vörös)	osztriga	tonhal
csuka	kapribogyó	ökörhús	torma
curry	kardhal	ördög hal	tönkölybúza
datolya	karfiol	őszibarack	tőkehal (foltos, fekete)
dió	kávé	padlizsán	transz glutamináz
disznóhús	kaviár	papaja	uborka
doradó	kazein	paprika keverék	vaddisznóhús
durumbúza	kecskehús	paradicsom	vanília
eper	kecsketej	paradió	vizitorma
édesburgonya	kék kagyló	petrezselyem	vörös chili
édesgyökér	kelbimbó	pisztácia	vörös vesebab
édeskömény (gumó)	pénzkagyló	pisztráng	vörösáfonya
élesztő (sör-)	kesudió	pohánka	zab
élesztő (sütő-)	kivi	polip	zeller
faeper	bordás tök	ponty	zöld tea
fahéj	kókusz	póréhagyma	zöldbab
fehér karóbab	kóladió	pulykahús	zsálya
fehérrepa			