

ID PACIENTA:



MENO PACIENTA:



DÁTUM NARODENIA:



ID VZORKY:



KOD001

ČIAROVÝ KÓD:



80AAO061

TESTOVANÉ DŇA:



21. 9. 2022

TESTOVANÉ ANTIGÉNY:



286

TESTOVACIA METÓDA:



FOX

LEKÁR:

DODATOČNÉ INFORMÁCIE:

Poznámka: Vnútná QC (kontrola kvality pre GD) je v požadovanom rozmedzí.

Laboratórna správa: Prehľad profilu IgG



Najvyššia nameraná koncentrácia IgG

0 - 9.99 µg/ml



Nízka hladina IgG

10 - 19.99 µg/ml



Stredná hladina IgG

≥ 20 µg/ml



Vysoká hladina IgG



Mlieko a vajce

Byvolie mlieko	24.42 µg/ml	●●●	Kravske mlieko Bos d 5 * (beta-laktalbumín)	37.06 µg/ml	●●●
Camembert	30.99 µg/ml	●●●	Kravske mlieko Bos d 8 * (kazeín)	33.46 µg/ml	●●●
Cmar	22.42 µg/ml	●●●	Mozzarella	28.27 µg/ml	●●●
Cottage cheese	31.16 µg/ml	●●●	Ovčí syr	9.90 µg/ml	●
Ementál	26.70 µg/ml	●●●	Ovčie mlieko	21.46 µg/ml	●●●
Gouda	29.88 µg/ml	●●●	Parmezán	15.23 µg/ml	●●
Kozí syr	11.67 µg/ml	●●	Prepeličie vajce	11.82 µg/ml	●●
Kozie mlieko	14.11 µg/ml	●●	Ťavie mlieko	≤ 5.00 µg/ml	●
Kravske mlieko	26.66 µg/ml	●●●	Vaječné bielko	38.02 µg/ml	●●●
Kravske mlieko Bos d 4 * (alfa-laktalbumín)	35.61 µg/ml	●●●	Vaječné žĺtko	35.53 µg/ml	●●●

Mäso

Bravčové mäso	≤ 5.00 µg/ml	●	Kozie mäso	≤ 5.00 µg/ml	●
Diviak	≤ 5.00 µg/ml	●	Králičie mäso	≤ 5.00 µg/ml	●
Hovädzie mäso	≤ 5.00 µg/ml	●	Kuracie mäso	12.54 µg/ml	●●
Jahňacie mäso	≤ 5.00 µg/ml	●	Morčacie mäso	11.67 µg/ml	●●
Jelenie mäso	≤ 5.00 µg/ml	●	Pštosie mäso	≤ 5.00 µg/ml	●
Kačacie mäso	≤ 5.00 µg/ml	●	Teľacie mäso	≤ 5.00 µg/ml	●
Koňské mäso	≤ 5.00 µg/ml	●	Zverina	≤ 5.00 µg/ml	●

Ryby a morské plody

Ančovička európska	≤ 5.00 µg/ml	●	Mušle abalone	≤ 5.00 µg/ml	●
Chobotnica	≤ 5.00 µg/ml	●	Ostriež tichomorský	≤ 5.00 µg/ml	●
Homár	≤ 5.00 µg/ml	●	Platesa veľká	≤ 5.00 µg/ml	●
Hrebenatka	≤ 5.00 µg/ml	●	Pražma kráľovská	≤ 5.00 µg/ml	●
Kalmár	≤ 5.00 µg/ml	●	Pstruh	≤ 5.00 µg/ml	●
Kambala	≤ 5.00 µg/ml	●	Raja ostnatá	≤ 5.00 µg/ml	●
Kapor	≤ 5.00 µg/ml	●	Rak riečny	≤ 5.00 µg/ml	●
Kaviár	≤ 5.00 µg/ml	●	Sardinka európska	≤ 5.00 µg/ml	●
Krab	≤ 5.00 µg/ml	●	Sépie	≤ 5.00 µg/ml	●
Kreveta severná	≤ 5.00 µg/ml	●	Slávka jedlá	≤ 5.00 µg/ml	●
Krevety mix	≤ 5.00 µg/ml	●	Sled' atlantický	≤ 5.00 µg/ml	●
Lastúra žiletka	≤ 5.00 µg/ml	●	Srdcovka	5.42 µg/ml	●



Losos	≤ 5.00 µg/ml	●	Štuka severná	≤ 5.00 µg/ml	●
Makrela	≤ 5.00 µg/ml	●	Treska atlantická	≤ 5.00 µg/ml	●
Mečiar obyčajný	≤ 5.00 µg/ml	●	Treska škrvnitá	≤ 5.00 µg/ml	●
Merlúza (š'ukozubec)	≤ 5.00 µg/ml	●	Tuniak	≤ 5.00 µg/ml	●
Morský čert	≤ 5.00 µg/ml	●	Úhor	≤ 5.00 µg/ml	●
Morský jazyk	≤ 5.00 µg/ml	●	Ustrica	≤ 5.00 µg/ml	●
Mušľa venus	≤ 5.00 µg/ml	●			

Obilniny a semená

Amarant	≤ 5.00 µg/ml	●	Pšenica emmer	13.14 µg/ml	●●
Jačmeň	≤ 5.00 µg/ml	●	Pšenica poľská	7.97 µg/ml	●
Konopné semeno	≤ 5.00 µg/ml	●	Pšenica špalda	7.22 µg/ml	●
Kukurica	≤ 5.00 µg/ml	●	Pšeničné otruby	13.14 µg/ml	●●
Ľanové semeno	≤ 5.00 µg/ml	●	Pšeničný gliadín Tri a Gliadín *	10.65 µg/ml	●●
Lepok	22.76 µg/ml	●●●	Quinoa	≤ 5.00 µg/ml	●
Mak	≤ 5.00 µg/ml	●	Repka olejná	5.17 µg/ml	●
Mladá pšenica (tráva)	≤ 5.00 µg/ml	●	Ryža	≤ 5.00 µg/ml	●
Ovos	≤ 5.00 µg/ml	●	Sézam	≤ 5.00 µg/ml	●
Píniový orech	≤ 5.00 µg/ml	●	Slad (jačmeň)	5.08 µg/ml	●
Pohánka	≤ 5.00 µg/ml	●	Slnečnica	19.95 µg/ml	●●
Proso	≤ 5.00 µg/ml	●	Tekvicové semeno	≤ 5.00 µg/ml	●
Pšenica	21.49 µg/ml	●●●	Vlčí bôb semeno	≤ 5.00 µg/ml	●
Pšenica durum	6.28 µg/ml	●	Žito	7.64 µg/ml	●
Pšenica einkorn	15.37 µg/ml	●●			

Orechy

Kešu	≤ 5.00 µg/ml	●	Para orech	≤ 5.00 µg/ml	●
Kokosové mlieko	12.55 µg/ml	●●	Pekanový orech	≤ 5.00 µg/ml	●
Kokosový orech	≤ 5.00 µg/ml	●	Pistácia	≤ 5.00 µg/ml	●
Kolový orech	≤ 5.00 µg/ml	●	Sladký gaštan	≤ 5.00 µg/ml	●
Lieskový orech	≤ 5.00 µg/ml	●	Tigrí orech	≤ 5.00 µg/ml	●
Makadamový orech	≤ 5.00 µg/ml	●	Vlašský orech	≤ 5.00 µg/ml	●
Mandľa	≤ 5.00 µg/ml	●			

Strukoviny

Arašid	≤ 5.00 µg/ml	●	Hrach	≤ 5.00 µg/ml	●
Biela fazuľa	11.46 µg/ml	●●	Sója	≤ 5.00 µg/ml	●

* Molekulárny antigén



Cícer	≤ 5.00 µg/ml	●	Šošovica	≤ 5.00 µg/ml	●
Cukrový hrášok	≤ 5.00 µg/ml	●	Tamarind	≤ 5.00 µg/ml	●
Fazuľa mungo	≤ 5.00 µg/ml	●	Zelená fazuľka	≤ 5.00 µg/ml	●

Ovocie

Ananás	6.87 µg/ml	●	Jahoda	≤ 5.00 µg/ml	●
Banán	10.13 µg/ml	●●	Kivi	11.63 µg/ml	●●
Baza	≤ 5.00 µg/ml	●	Liči	≤ 5.00 µg/ml	●
Broskyňa	≤ 5.00 µg/ml	●	Limetka	≤ 5.00 µg/ml	●
Brusnica	≤ 5.00 µg/ml	●	Malina	≤ 5.00 µg/ml	●
Čerešňa	16.67 µg/ml	●●	Mandarinka	7.09 µg/ml	●
Červená ríbezľa	≤ 5.00 µg/ml	●	Mango	≤ 5.00 µg/ml	●
Citrón	≤ 5.00 µg/ml	●	Marakuja	≤ 5.00 µg/ml	●
Čučoriedka	≤ 5.00 µg/ml	●	Marhuľa	≤ 5.00 µg/ml	●
Ďatľa	≤ 5.00 µg/ml	●	Melón cukrový	≤ 5.00 µg/ml	●
Egreš	≤ 5.00 µg/ml	●	Moruša	≤ 5.00 µg/ml	●
Figa	≤ 5.00 µg/ml	●	Nektarinka	≤ 5.00 µg/ml	●
Granátové jablko	≤ 5.00 µg/ml	●	Ostružina	≤ 5.00 µg/ml	●
Grapefruit	≤ 5.00 µg/ml	●	Papája	≤ 5.00 µg/ml	●
Hrozienko	≤ 5.00 µg/ml	●	Physalis	≤ 5.00 µg/ml	●
Hrozno	≤ 5.00 µg/ml	●	Pomaranč	≤ 5.00 µg/ml	●
Hruška	≤ 5.00 µg/ml	●	Slivka	≤ 5.00 µg/ml	●
Jablko	≤ 5.00 µg/ml	●	Vodný melón	≤ 5.00 µg/ml	●

Zelenina

Artičok	≤ 5.00 µg/ml	●	Kiwano	≤ 5.00 µg/ml	●
Avokádo	≤ 5.00 µg/ml	●	Kučeravá kapusta	≤ 5.00 µg/ml	●
Baklažán	≤ 5.00 µg/ml	●	Listy prhl'avy	≤ 5.00 µg/ml	●
Bambusové výhonky	≤ 5.00 µg/ml	●	Mangold	≤ 5.00 µg/ml	●
Biela kapusta	≤ 5.00 µg/ml	●	Mrkva	≤ 5.00 µg/ml	●
Biela špargľa	≤ 5.00 µg/ml	●	Okrúhlica	≤ 5.00 µg/ml	●
Brokolica	≤ 5.00 µg/ml	●	Oliva európska	≤ 5.00 µg/ml	●
Brokolica romanesco	≤ 5.00 µg/ml	●	Paštrnák	≤ 5.00 µg/ml	●
Čakanka	≤ 5.00 µg/ml	●	Pažitka	≤ 5.00 µg/ml	●
Čakanka	≤ 5.00 µg/ml	●	Polníček (valeriánka)	≤ 5.00 µg/ml	●
Čakanka šalátová	≤ 5.00 µg/ml	●	Pór	≤ 5.00 µg/ml	●
Červená kapusta	≤ 5.00 µg/ml	●	Rajčina	30.85 µg/ml	●●●



Červená repa	≤ 5.00 µg/ml	●	Red'kovka	≤ 5.00 µg/ml	●
Cesnak	45.52 µg/ml	●●●	Rukola	≤ 5.00 µg/ml	●
Chren	≤ 5.00 µg/ml	●	Ružičkový kel	≤ 5.00 µg/ml	●
Cibuľa	≤ 5.00 µg/ml	●	Šalotka	≤ 5.00 µg/ml	●
Čínska kapusta	≤ 5.00 µg/ml	●	Sladký zemiak	24.66 µg/ml	●●●
Cuketa	≤ 5.00 µg/ml	●	Špenát	≤ 5.00 µg/ml	●
Divoký cesnak	≤ 5.00 µg/ml	●	Stonkový zeler	≤ 5.00 µg/ml	●
Fenikel (bul'va)	≤ 5.00 µg/ml	●	Tekvica hokkaido	5.19 µg/ml	●
Kaleráb	≤ 5.00 µg/ml	●	Tekvica muškátová	≤ 5.00 µg/ml	●
Kapary	≤ 5.00 µg/ml	●	Uhorka	≤ 5.00 µg/ml	●
Kapusta	≤ 5.00 µg/ml	●	Zeler	≤ 5.00 µg/ml	●
Kapusta čínska	≤ 5.00 µg/ml	●	Zemiak	≤ 5.00 µg/ml	●
Karfiol	≤ 5.00 µg/ml	●	Žerucha	≤ 5.00 µg/ml	●
Kel	≤ 5.00 µg/ml	●			

Korenie

Aníz	≤ 5.00 µg/ml	●	Majoránka	≤ 5.00 µg/ml	●
Bazalka	≤ 5.00 µg/ml	●	Mäta	≤ 5.00 µg/ml	●
Bobkový list	≤ 5.00 µg/ml	●	Muškatový oriešok	≤ 5.00 µg/ml	●
Chili (červené)	≤ 5.00 µg/ml	●	Pamajorán obyčajný (oregano)	≤ 5.00 µg/ml	●
Citronová tráva	≤ 5.00 µg/ml	●	Paprika siata	7.53 µg/ml	●
Estragón	≤ 5.00 µg/ml	●	Petržlen	≤ 5.00 µg/ml	●
Horčica	≤ 5.00 µg/ml	●	Rasca	≤ 5.00 µg/ml	●
Jalovec (borievka)	≤ 5.00 µg/ml	●	Rímska rasca	≤ 5.00 µg/ml	●
Kajenské korenie	≤ 5.00 µg/ml	●	Rozmarín	≤ 5.00 µg/ml	●
Kardamón	≤ 5.00 µg/ml	●	Šalvia	≤ 5.00 µg/ml	●
Kari	≤ 5.00 µg/ml	●	Semeno senovky	≤ 5.00 µg/ml	●
Klinček	≤ 5.00 µg/ml	●	Škorica	≤ 5.00 µg/ml	●
Kôpor	≤ 5.00 µg/ml	●	Tymián	≤ 5.00 µg/ml	●
Korenie (čierne/biele/zelené/červené/žlté)	≤ 5.00 µg/ml	●	Vanilka	≤ 5.00 µg/ml	●
Koriander	≤ 5.00 µg/ml	●	Zázvor	6.74 µg/ml	●
Kurkuma	≤ 5.00 µg/ml	●			

Jedlé huby

Hliva kotúčová	≤ 5.00 µg/ml	●	Kuriatko jedlé	≤ 5.00 µg/ml	●
Hliva ustričná	≤ 5.00 µg/ml	●	Plamienka zimná (enoki)	≤ 5.00 µg/ml	●



Hríb smrekový	≤ 5.00 µg/ml	●	Šampiňóny	≤ 5.00 µg/ml	●
---------------	--------------	---	-----------	--------------	---

Nové potraviny

Aloe	≤ 5.00 µg/ml	●	Mandľové mlieko	≤ 5.00 µg/ml	●
Arónia	≤ 5.00 µg/ml	●	Múčiar obyčajný	≤ 5.00 µg/ml	●
Baobab	≤ 5.00 µg/ml	●	Požltový (svetlicový) olej	≤ 5.00 µg/ml	●
Chia semienka	≤ 5.00 µg/ml	●	Riasa nori	≤ 5.00 µg/ml	●
Chlorella	7.66 µg/ml	●	Riasa wakame	≤ 5.00 µg/ml	●
Ginko	5.68 µg/ml	●	Saranča sťahovavé	≤ 5.00 µg/ml	●
Guarana	≤ 5.00 µg/ml	●	Spirulina	≤ 5.00 µg/ml	●
Koreň lopúchu väčšieho	≤ 5.00 µg/ml	●	Svrček domový	5.26 µg/ml	●
Koreň púpavy	≤ 5.00 µg/ml	●	Tapioka	≤ 5.00 µg/ml	●
Koreň žeruchy peruánskej (maka)	≤ 5.00 µg/ml	●	Ženšen	≤ 5.00 µg/ml	●
Koreňové hl'uzu yaconu	≤ 5.00 µg/ml	●			

Káva a čaj

Čaj, čierny	≤ 5.00 µg/ml	●	Kakao	≤ 5.00 µg/ml	●
Čaj, zelený	≤ 5.00 µg/ml	●	Káva	≤ 5.00 µg/ml	●
Harmanček	≤ 5.00 µg/ml	●	Mäta pieporná	≤ 5.00 µg/ml	●
Ibištek	≤ 5.00 µg/ml	●	Moringa	≤ 5.00 µg/ml	●
Jazmín	≤ 5.00 µg/ml	●			

Iné

Agar agar	≤ 5.00 µg/ml	●	Med	≤ 5.00 µg/ml	●
Aspergillus niger	≤ 5.00 µg/ml	●	Pekárske droždie	≤ 5.00 µg/ml	●
Bazový kvet	≤ 5.00 µg/ml	●	Pivovarské kvasnice	≤ 5.00 µg/ml	●
Chmeľ	≤ 5.00 µg/ml	●	Trstinový cukor	≤ 5.00 µg/ml	●
M-transglutamináza, mäsové lepidlo	18.96 µg/ml	●●			

CCD

Ľudský laktoferín	≤ 5.00 µg/ml	●
-------------------	--------------	---

ODOBRATÉ
3. 11. 2022

VYTLAČENÉ (DŇA)
28. 11. 2022

**FOX – Počet testovaných zdrojov potravín:****283****MLIEKO A VAJCE****17**

Byvolie mlieko, camembert, cmar, cottage cheese, ementál, gouda, kozie mlieko, kozí syr, kravské mlieko, mozzarella, ovčie mlieko, ovčí syr, parmezán, prepeličie vajce, vaječný bielok, vaječný žltok, ťavie mlieko

**ZELENINA****51**

Artičok, avokádo, baklažán, bambusové výhonky, batat, brokolica, brokolica romanesco, cesnak, cesnak medvedí, cibuľa, cuketa, čakanka, čakanka šalátová, čakanka štrbáková, fenikel, chren, kaleráb, kapara, kapusta biela, kapusta červená, kapusta čínska, kapusta hlávková, kapusta pak choi, karfiol, kel, kiwano, mangold, mrkva, okrúhlica, oliva, paštrnák, pažítka, potočnica, pór, príhľava dvojdomá, rajčina, red'kovka, repa, rukola, ružičkový kel, šalotka, špargľa biela, špenát, tekvica hokkaido, tekvica muškátová, uhorka, valeriánka poľná, zemiak, zeler bul'va, zeler stonkový

**MÄSO****14**

Bravčové, diviacie, hovädzie, jahňacie, jelenie, kačacie, kozie, konské, králičie, kuracie, morčacie, pštosie, teľacie, zverina

**RYBY A MORSKÉ PLODY****37**

Abalone (morský ulitník), čert morský, hrebenatka, homár, chobotnica, kalmár, kambala veľká, kapor, kaviár, krab, makrela, mušle mix, mušľa venus, krevetka severná, lastúrník žiletka, losos, mečiar obyčajný, merlúza, platesa veľká, pražma kráľovská, pstruh, raja ostnatá, rak riečny, sardela európska, sardinka európska, sebastes skalný, sépia, slávka jedlá, sled' obyčajný, solea (morský jazyk), srdcovka, šťuka severná, treska, treska obyčajná, tuniak, ustrica, úhor

**KORENIE****31**

Aníz, bazalka, bobkový list, borievka, citrónová tráva, chilli červené, horčica, kardamón, kari, kayenské korenie, klinček, korenie (čierné, biele, zelené, červené, žlté), koriander, kôpor, kurkuma, majoránka, mäta, muškátový oriešok, oregano, palina dračia, paprika, petržlen, rasca, rasca rímska, rozmarín, senovka grécka, šalvia, škoricca, tymián, vanilka, zázvor

**OBILNINY A SEMENÁ****29**

Amarant, dyňové semeno, jačmeň, konopné semeno, kukurica, lepok, lupina (vlčí bôb), ľanové semeno, mak, mladá pšenica, ovos, piniový orech, pohánka, proso, pšenica, pšenica durum, pšenica einkorn, pšenica emmer, pšenica španielska, pšeničné otruby, quinoa, ryža, repka, sezam, slad (jačmeň), slnečnica, špalda, žito

**JEDLÉ HUBY****6**

Enoki (plamienka zimná), hliva kotúčová, hliva ustricová, hrib, kuriatko jedlé, šampiňón dvojjvýtrusný

**NOVÉ POTRAVINY****21**

Aloe, arónia, baobab, chia semienko, chlorela, ginko, guarana, lopúch väčší koreň, maca (žerucha peruánska), mandľové mlieko, múčiar obyčajný, požitkový olej, púpava koreň, riasa nori, riasa wakame, saranča s'ahovavé, spirulina, svrček domový, tapioka, ženšen, Yacón koreň

**ORECHY****13**

Gaštan, kešu, kokosové mlieko, kokosový orech, kolový orech, lieskový orech, makadamový orech, mandle, para orech, pekanový orech, pistácie, tigrie orechy (zemné mandle), vlašský orech

**KÁVA A ČAJ****9**

Čaj čierny, čaj zelený, harmanček, ibišteck, jazmín, kakao, káva, mäta pieporná, moringa

**STRUKOVINY****10**

Arašid, cícer, hrach cukrový, fazuľa biela, fazuľa zelená, hrach siaty, mungo, sója, šošovica, tamarind

**INÉ****9**

Agar agar, Aspergillus niger, bazový kvet, chmeľ, kvasnice pekárske, kvasnice pivovarské, mäsové lepidlo M-transglutamináza, med, trstinový cukor



OVOCIE

36

Ananás, banán, baza, broskyňa, brusnica, citrón, černica, čučoriedka, egreš, grapefruit, d'atl'a, granátové jablko, figa, hrozno, hrozienko, hruška, jablko, jahoda, kiwi, limetka, liči, mandarinka, malina, mango, marakuja, melón, melón vodný, marhuľa, moruša, nektarínka, papája, physalis, pomaranč, ríbezl'a, slivka, višňa

Interpretácia - Podpora

Súhrn interpretácie

Mlieko a vajcia

Byvolie mlieko

Vaša hladina IgG pre byvolie mlieko je 24,42 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii byvolieho mlieka zahŕňajú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačku, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozitu.

Medzi typické potraviny, ktoré obsahujú byvolie mlieko, patria mliečne výrobky ako maslo, jogurt, syr (napr. Mozzarella) a zmrzlina.

Medzi možné alternatívy byvolieho mlieka zo zdrojov živočíšneho pôvodu patria ťavie mlieko, kozie mlieko a kravské mlieko. Medzi alternatívy rastlinného pôvodu patrí sójové mlieko, kokosové mlieko, mandľové mlieko a ryžové mlieko. Upozorňujeme, že bielkoviny v mlieku rôznych zvierat sú štrukturálne podobné bielkovinám v byvolíom mlieku. Niektorí pacienti ich môžu tolerovať, u iných sa môžu vyskytnúť podobné reakcie ako po konzumácii byvolieho mlieka.

Cmar

Vaša hladina IgG pre cmar je 22,42 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii cmaru sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, nadúvanie, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny, ktoré zvyčajne obsahujú cmar, patria sušienky, koláče, zemiaková kaša, polievky, vyprážené kurčatá, hamburgerové žemle, kukuričný chlieb, dresingy, kokteily, palacinky, zmrzlina a smotanový syr.

Medzi možné alternatívy (nemliečne) cmaru patria potraviny na báze sóje, ako napríklad kombinácia sójového mlieka a kyseliny (napr. citrónovej šťavy alebo octu), veganská kyslá smotana a voda alebo nesladené rastlinné mlieko (napr. kokosové, mandľové alebo kešu) a kyselina (napr. citrónová šťava alebo ocot).

Camembert

Vaša hladina IgG pre camembert je 30,99 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii camembertu sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, nadúvanie, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Potravinárske výrobky a jedlá, ktoré zvyčajne obsahujú camembert, sú šaláty, syrové misy, hamburgery. Camembert sa často podáva vo francúzskej kuchyni.

Medzi možné nemliečne alternatívy camembertu patria náhrady na báze kešu.

Cottage cheese

Vaša hladina IgG pre cottage cheese je 31,16 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii tvarohu sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, nadúvanie, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny a jedlá, ktoré zvyčajne obsahujú tvaroh, patria raňajkové misy, dipy, palacinky, vaječné jedlá, cestoviny a sendviče.

Medzi možné nemliečne alternatívy tvarohu patrí tvrdé tofu (rozdrvené) alebo náhrady na báze kešu.

Kravské mlieko

Vaša hladina IgG pre kravské mlieko je 26,66 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii kravského mlieka sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče,

nadúvanie, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny a jedlá, ktoré obsahujú kravské mlieko, patria mliečne výrobky ako je maslo, syr, šľahačka, kyslá smotana, puding, jogurt a zmrzlina. Bielkoviny z kravského mlieka sú často obsiahnuté v strúhanke, chlebe, sušienkach, krekoch, koláčoch, cestovinách, zmesiach na koláče, cereáliách, čokoláde, smotane do kávy, müsli tyčinkách, margaríne, zemiakovej kaši a šalátových dresingoch. Na etiketách potravín sa mliečne bielkoviny môžu označovať ako umelé maslo, syrová príchuť, kazeín, diacetyl, tvaroh, ghí, hydrolyzáty, laktalbumín, laktóza, recaldent, syridlo, tagatóza alebo srvátka.

Medzi možné alternatívy kravského mlieka zo zdrojov živočíšneho pôvodu patria kozie mlieko, ťavie mlieko, ovčie mlieko a byvolie mlieko. Medzi rastlinné alternatívy patria kokosové mlieko, ryžové mlieko, sójové mlieko, mandľové mlieko a ovsené mlieko. Upozorňujeme, že bielkoviny v mlieku rôznych zvierat sú štrukturálne podobné bielkovinám v kravskom mlieku. Niektorí pacienti ich môžu tolerovať, u iných sa môžu vyskytnúť podobné reakcie ako po konzumácii kravského mlieka.

Vaječný bielok

Vaša hladina IgG pre vaječný bielok je 38,02 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii vaječného bielka sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, nadúvanie, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Potravinárske výrobky a pokrmy, ktoré obsahujú vaječné bielky, zahŕňajú všetky druhy vaječných jedál (omeleta, volské oko, praženica atď.), ako aj zapekané a obalované potraviny, šalátové dresingy, krémové koláče, krémové zákusky z odpaľovaného cesta, palacinky, vafle, krémy, pudingy, marshmallows, marcipán, majonézu, sekanú, mäsové gulčky, pusinky, polevy, cestoviny, omáčky, suflé, surimi a v niektorých prípadoch aj víno. Na etiketách potravín sa vaječné bielkoviny môžu označovať ako albumín, globulín, lecitín, livetín, lyzozým, ovalbumín, ovaglobulín, ovomucín, ovovitelin alebo vitelín.

Medzi možné alternatívy vaječných bielkov patria aquafaba (tekutina, ktorá sa nachádza v konzervovanom cícere alebo fazuli) na výrobu pusiniek a marshmallows. Ak sa na pridanie vlhkosti do pečiva používa celé vajce, možnou alternatívou je roztláčený banán. Ak chcete, aby bolo pečivo ťažšie a hustejšie, vhodnou alternatívou vajec sú mleté ľanové semienka a chia semienka. Ak sa vajce používa ako kypriaci prostriedok, ako náhrada za jedno vajce sa hodí 1/4 šálky vody sýtenej oxidom uhličitým. Ako náhrada praženice sa môže použiť hodvábné tofu (silken).

Vaječný žltok

Vaša hladina IgG pre vaječný žltok je 35,53 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii vaječného žltka sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny obsahujúce vaječné žltky patria všetky druhy vaječných pokrmov (omeleta, volské oko, praženica atď.) ako aj jedlá obalované v trojobale a v cestíčku, šalátové dresingy, krémové koláče, krémové zákusky z odpaľovaného cesta, palacinky, vafle, pudingy, marshmallows, marcipán, majonéza, sekaná, mäsové gulčky, pusinky, poleva, cestoviny, omáčky, suflé, surimi a v niektorých prípadoch víno. Na etiketách potravín môžu byť vaječné proteíny označené ako albumín, globulín, lecitín, livetín, lyzozým, ovalbumín, ovaglobulín, ovomucín, ovovitelin alebo vitelín.

Medzi možné alternatívy vaječných žltkov patrí sójový lecitín (vedľajší produkt zo sójového oleja). Ak sa na pridanie vlhkosti do pečiva používa celé vajce, možnou alternatívou je roztláčený banán. Ak chcete, aby bolo pečivo ťažšie a hustejšie, vhodnou alternatívou vajec sú mleté ľanové semienka a semienka chia. Ak sa vajce používa ako kypriaci prostriedok, ako náhrada za jedno vajce sa hodí 1/4 šálky vody sýtenej oxidom uhličitým. Ako náhrada praženice sa používa hodvábné tofu (silken).

Ementál

Vaša hladina IgG pre ementál je 26,7 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii ementálu sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, nadúvanie, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potravinárske výrobky a jedlá, ktoré zvyčajne obsahujú ementál, patria gratinované syry, syrové fondue, polievky, pizza a syrové misy.

Možnými nemliečnymi alternatívami syra ementál sú vegánske náhrady syra na báze orechov (napr. kešu, makadamových) alebo sóje.

Kozí syr

Vaša hladina IgG pre kozí syr je 11,67 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii kozieho syra sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, nadúvanie, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny a jedlá, ktoré zvyčajne obsahujú kozí syr, patria šaláty, pizza, slané koláče, sendviče, syr ako príloha/ozdoba k cestovinám, dezerty a syrové misy.

Medzi možné nemliečne alternatívy kozieho syra patrí tofu a kešu syr.



Kozie mlieko

Vaša hladina IgG pre kozie mlieko je 14,11 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii kozieho mlieka sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, nadúvanie, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny a pokrmy, ktoré zvyčajne obsahujú kozie mlieko, patria mliečne výrobky ako je syr, maslo, zmrzlina, jogurt a cajeta (cukrovinka z kozieho karamelu).

Medzi možné alternatívy kozieho mlieka zo zdrojov živočíšneho pôvodu patria kravské mlieko, ťavie mlieko, ovčie mlieko a byvolie mlieko. Medzi rastlinné alternatívy patria kokosové mlieko, ryžové mlieko, sójové mlieko, mandľové mlieko a ovsené mlieko. Upozorňujeme, že bielkoviny v mlieku rôznych zvierat sú štrukturálne podobné bielkovinám v kozom mlieku. Niektorí pacienti ich môžu tolerovať, u iných sa môžu vyskytnúť podobné reakcie ako po konzumácii kozieho mlieka.

Gouda

Vaša hladina IgG pre goudu je 29,88 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii goudy sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, nadúvanie, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny a pokrmy, ktoré zvyčajne obsahujú goudu, patria syrové dipy, gratinované pokrmy, polievky, sendviče, omáčky, lasagne, pizza a syrové misy.

Možnými nemliečnymi alternatívami goudy sú veganské náhrady syrov na báze orechov (napr. kešu, makadamový) alebo sóje.

Mozzarella

Vaša hladina IgG pre mozzarellu je 28,27 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii mozzarely sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, nadúvanie, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny a pokrmy, ktoré zvyčajne obsahujú mozzarellu, patria pizza, lasagne, šalát caprese a ovocné šaláty.

Možnými nemliečnymi alternatívami mozzarely sú veganské náhrady syrov na báze kešu alebo ryžového mlieka.

Parmezán

Vaša hladina IgG pre parmezán je 15,23 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii parmezánu sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, nadúvanie, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny a pokrmy, ktoré zvyčajne obsahujú parmezán, patria pizza, lasagne, šalát caesar, polievky a syrové misy.

Možnými nemliečnymi alternatívami parmezánu sú náhrady syrov na báze sóje a nutričných kvasníc.

Prepeličie vajce

Vaša hladina IgG pre prepeličie vajce je 11,82 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii prepeličích vajec sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, nadúvanie, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny a jedlá, ktoré zvyčajne obsahujú prepeličie vajcia, patria všetky druhy vaječných pokrmov (omeleta, volské oko, praženica atď.) ako aj jedlá obalované v trojobale a v cestíčku, šalátové dresingy, krémové koláče, krémové zákusky z odpaľovaného cesta, palacinky, vafle, pudingy, marshmallows, marcipán, majonéza, sekaná, mäsové guľky, pusinky, poleva, cestoviny, omáčky a suflé.

Možnými alternatívami prepeličích vajec zo živočíšnych zdrojov sú slepačie vajcia, husie vajcia, kačacie vajcia a pštrosie vajcia. Medzi rastlinné náhrady patrí hodvábne tofu (silken).

Ovčie mlieko

Vaša hladina IgG pre ovčie mlieko je 21,46 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii ovčieho mlieka sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, nadúvanie, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny a jedlá, ktoré obsahujú ovčie mlieko, patria obľúbené syry ako feta (grécky), ricotta (taliansky) a roquefort (francúzsky).

Medzi možné alternatívy ovčieho mlieka zo zdrojov živočíšneho pôvodu patria kravské mlieko, ťavie mlieko, kozie mlieko a byvolie mlieko. Medzi rastlinné alternatívy patria kokosové mlieko, ryžové mlieko, sójové mlieko, mandľové mlieko a ovsené mlieko. Upozorňujeme, že bielkoviny v mlieku rôznych zvierat sú štrukturálne podobné bielkovinám v ovčom mlieku. Niektorí pacienti ich môžu tolerovať, u iných sa môžu vyskytnúť podobné reakcie ako po konzumácii ovčieho mlieka.

Mäso

Kuracie mäso

Vaša hladina IgG pre kuracie mäso je 12,54 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii kuracieho mäsa sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Potravinové výrobky a pokrmy, ktoré obvykle obsahujú kuracie mäso, sú polievky, dusené jedlá, smažené jedlá, šaláty, kari, pečené mäso, klobásy, cestoviny a mnoho ďalších.

Možné alternatívy kuracieho mäsa sú kačacie a morčacie mäso. Ďalej z rastlinných zdrojov tofu, seitan, tempeh a jackfruit.

Morčacie mäso

Vaša hladina IgG pre morčacie mäso je 11,67 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii morčacieho mäsa sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačku, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozitu.

Medzi potraviny, ktoré obvykle obsahujú morčacie mäso, patria polievky, dusené, pečené a smažené mäso, klobásy, šaláty, kari, cestoviny a mnoho ďalších.

Možné alternatívy morčacieho mäsa sú kačacie a kuracie mäso. Ďalej z rastlinných zdrojov tofu, seitan, tempeh a jackfruit.

Obilniny & semená

Pšenica einkorn

Vaša hladina IgG pre pšenicu einkorn je 15,37 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii pšenice einkorn sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny, ktoré typicky obsahujú pšenicu einkorn alebo einkorn múku, patria chleby, kreky, placky, cereálne tyčinky, sušienky, proteínové tyčinky, muffiny a ďalšie pečivo.

Medzi možné alternatívy múky z pšenice einkorn patria špaldová múka, amarantová múka, múka z múky emmer, jačmenná múka a ryžová múka.

Pšenica emmer

Vaša hladina IgG pre pšenicu emmer je 13,14 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii pšenice emmer sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny, ktoré typicky obsahujú pšenicu emmer alebo múku z pšenice emmer, patria chleby, kreky, placky, cereálne tyčinky, sušienky, proteínové tyčinky, muffiny a ďalšie pečivo.

Možné alternatívy múky z pšenice emmer sú špaldová múka, einkorn múka, amarantová múka, jačmenná múka a ryžová múka.

Lepok

Vaša hladina IgG pre lepok je 22,76 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii lepku sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny, ktoré typicky obsahujú lepok, patria pšenica, odrody pšenice (špalda, semolinová múka, kuskus, krupica, farina, farro, kamut, einkorn, bulgur, pšeničné otruby, pšeničný škrob, emmer, seitan, grahamová múka, žito, jačmeň), chlieb, pitta, bagel, placky, rohlíky, cestoviny, kreky, sušienky, pečivo, raňajkové cereálie, strúhanka, krutóny, všetky piva a ležiaky. Na etiketách potravín môže byť lepok označovaný ako triticum vulgare (pšenica), triticales (kríženec pšenice a žita), hordeum vulgare (jačmeň), secale cereale (žito) a triticum spelta (špalda).

Možné alternatívy lepkových produktov sú pohánka (krúpy a múka), quinoa (zrno alebo múka), ryža (zrno alebo múka), zemiaková múka, sójová múka, cícerová múka, kukurica, amarant, proso, bezlepkový ovos, cirok a tapioka. Bezlepkové alternatívy cestovín sú vyrobené z hrachu, šošovice, kukurice, ryže alebo pohánky. Zeleninové cestoviny sa vyrábajú z cukety, mrkvy alebo tekvice.

Slničnica

Vaša hladina IgG pre slnečnicu je 19,95 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii slnečnice sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.



Medzi potraviny, ktoré typicky obsahujú slnečnicu, patria šaláty, slnečnicový olej a slnečnicový čaj, ktorý sa používa ako náhrada kávy. Možné alternatívy slnečnicového čaju sú čakanková káva, púpavový čaj a čaj kukiča (vetvičkový čaj). Olej je možné nahradit' repkovým olejom.

Pšenica

Vaša hladina IgG pre pšenicu je 21,49 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii pšenice sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny, ktoré obvykle obsahujú pšenicu a pšeničnú múku, patria chlieb, strúhanka, raňajkové cereálie, bulgur, sušienky, kuskus, kreky, lievance, durum, einkorn, emmer, farina, farro, kamut, slad, seitan, krupica, koláčiky, palacinky, pizza, cestoviny a pečivo. Na etiketách potravín môže byť pšenica označovaná ako bromovaná múka, obilný extrakt, krekrová múčka, hydrolyzovaný rastlinný proteín, hydrolyzovaný pšeničný proteín, matzoh, glutamát sodný (MSG) a tritikale. Pšenica sa niekedy vyskytuje v umelých príchuťiach, karamelovom farbive, dextríne, potravinárskom škrobe, glukózovom sirupe, maltodextríne, sójovej omáčke, surimi, texturovanej rastlinnej bielkovine a rastlinnej gume.

Možné alternatívy pšenice sú amarant, pohánka, proso, quinoa a teff.

Pšeničné otruby

Vaša hladina IgG pre pšeničné otruby je 13,14 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii pšeničných otrúb sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi typické potraviny obsahujúce pšeničné otruby patria cereálie, palacinky, muffiny a cookies.

Možnou alternatívou pšeničných otrúb sú ovsené otruby.

Pšeničný lepok

Vaša hladina IgG pre gliadín je 10,65 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii gliadínu sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny typicky obsahujúce gliadín patria chlieb, cestoviny, pizza, dresingy a omáčky, rovnako ako jačmeň, žito a ovos.

Medzi možné alternatívy gliadínu patria amarant, proso, pohánka a quinoa.

Orechy

Kokosové mlieko

Vaša hladina IgG pre kokosové mlieko je 12,55 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii kokosového mlieka sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny, ktoré typicky obsahujú kokosové mlieko, patria kari, polievky, pudingy, kaše, zmrzliny a omáčky.

Medzi možné rastlinné alternatívy kokosového mlieka patria sójové mlieko, mandľové mlieko, kešu mlieko, ovsené mlieko, konopné mlieko a ryžové mlieko.

Strukoviny

Biela fazuľa

Vaša hladina IgG pre bielu fazuľu je 11,46 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii bielej fazule sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny typicky obsahujúce bielu fazuľu patria dusené mäso, čili, hummus, polievky a šaláty.

Možné alternatívy bielej fazule sú hrach, šošovica a ďalšie fazule (napr. cícer, čierna, pinto, lima, fava).

Ovocie

Banán

Vaša hladina IgG pre banán je 10,13 µg/ml.



Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii banánu sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Potraviny, ktoré môžu obsahovať banány, sú pečivo (napr. chlieb, koláče, muffiny, pie), palacinky, zmrzlina, mliečne koktejly, smoothies a sušené zmesi.

Možné alternatívy banánov pri pečení a smoothies sú chia semienka (ako spojivo), avokádo (podobná textúra a vysoký obsah draslíku), konzervovaná tekvica (ako zahusťovadlo), mrazená uhorka alebo cuketa (podobná štruktúra), kokosový krém alebo jogurt (krémová textúra) a varené sladké zemiaky (krémová textúra).

Čerešňa

Vaša hladina IgG pre čerešňu je 16,67 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii čerešne sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Potraviny, ktoré môžu obsahovať čerešne, sú pečivo (napr. koláče, buchty, frgále), zmrzlina, džús, kompóty a sušené zmesi.

Možné alternatívy čerešní pri pečení sú slivky, marhule a nektarinky.

Kiwi

Vaša hladina IgG pre kiwi je 11,63 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii kiwi sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Potraviny typicky obsahujúce kiwi sú šaláty, smoothies, zmrzlina a pečivo (napr. koláče, pie, tart, torty atď.).

Medzi možné alternatívy kiwi patria jahody (s trochou limetkovej šťavy), ananás a dračie ovocie.

Zelenina

Cesnak

Vaša hladina IgG pre cesnak je 45,52 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii cesnaku sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny, ktoré môžu obsahovať cesnak, patria cestoviny, polievky, dusené jedlá, omáčky, ochutené maslá a oleje, dipy, dresingy a chutney.

Možné alternatívy cesnaku sú pažitka, šalotka, cibuľa a citrónová kôra.

Sladký zemiak (batat)

Vaša hladina IgG pre batat je 24,66 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii batatu sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Potravinárske produkty a pokrmy, ktoré typicky obsahujú sladké zemiaky, sú kari, kaše, zapekané jedlá a polievky.

Medzi možné alternatívy sladkých zemiakov patria zemiaky, mrkva, jam, tekvica muškátová a tekvica.

Rajčina

Vaša hladina IgG pre rajčinu je 30,85 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii rajčiny sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny, ktoré môžu obsahovať rajčiny, patria omáčky, cestoviny, šaláty, dusené jedlá, polievky, dipy, chutney, salsa a džemy.

Možné alternatívy rajčín sú červená paprika a olivy.

Ostatné

M-transglutamináza (mäsové lepidlo)

Vaša hladina IgG pre M-transglutaminázu je 18,96 µg/ml.

Príznaky spojené s potravinovou intoleranciou po konzumácii M-transglutaminázy sú nevoľnosť, bolesť žalúdka, plynatosť, kŕče, vracanie, pálenie záhy, hnačka, bolesti hlavy, podráždenosť a nervozita.

Medzi potraviny a jedlá, ktoré môžu obsahovať M-transglutaminázu, patria klobásky, šunka, rybie guľičky, kuracie nugetky a surimi.



Možnými alternatívami M-transglutaminázy sú želatína a karagénan (získaný z morských rias).

Odmietnutie zodpovednosti

Prítomnosť IgG protilátok môže indikovať potravinovú intoleranciu a musí byť konzultovaná v spojení s klinickou anamnézou a výsledkami iných diagnostických testov.

Interpretačný software Raven je nástroj, ktorý pomáha v interpretácii FOX výsledkov ale nevytvára záverečnú diagnózu. Za komentáre Raven a z nich vyplývajúce diétne odporúčania nenesieme žiadnu zodpovednosť. Uvedené komentáre sú určené výhradne pre výsledky FOX testu.

(Súvislosť medzi príjmom potravy, zvýšenými hladinami IgG and chronickými poruchami bola popísaná v recenzovaných publikáciách a prípadových štúdiách. Napriek tomu sa o tomto prepojení stále debatuje vo vedeckých kruhoch a doteraz nedošlo k žiadnemu konečnému konsenzu.)