

ŠTÚDIE

RZ9 Úloha skrytých alergénov/intolerancie pri chronických ochoreniach

Alan R. Gaby, M.D. Alternative Medicine Review 1998;3(2):90-100)

V množstve lekárskej literatúry sa uvádza, že skryté potravinové alergény sú častou príčinou rôznych fyzických i mentálnych ochorení. Skryté alergény je možné „odhalit“ pomocou eliminačnej diéty a následným provokačným testom na jednotlivé druhy potravín. Hoci celý koncept týkajúci sa skrytých potravinových alergénov ostáva nejasný, dôkazy svedčia o tom, že správne určenie potravinových alergénov a obmedzenie ich príjmu môže mať pozitívny účinok pri bežných, ale aj ťažko liečiteľných zdravotných problémoch. (Alt Med Rev 1998;3(2):90-100).

CH1 Stravovacie odporúčania založené na výskyte špecifických protilátok IgG

Geoffrey Hardman, Gillian Hart, University of York, Heslington, York, UK. Nutrition and food science. roč. 37 č. 1/2007 str.16-23

CIEL: Mnohé dôkazy svedčia o tom, že eliminačná diéta založená na určení špecifických protilátok proti určitým typom potravín môže viesť k zlepšeniu prejavov chronických ochorení. Tento článok má za cieľ zhrnúť tieto dôkazy zo štúdií zameraných na určenie špecifických protilátok proti rôznym potravinám a na zmeny v stravovaní. **METODIKA:** Zostavili sme bibliografický prehľad štúdií zaoberajúcich sa pomyselným účinkom eliminačnej diéty zostavenej podľa výskytu špecifických protilátok IgG. **VÝSLEDKY:** Použitie plne štandardizovaných klinicky overených testov na určenie hladiny špecifických protilátok IgG môže viesť k výraznému zlepšeniu kvality života pacientov. **PRÍNOS:** Tento unikátny prehľad je dôkazom, že existuje funkčná alternatíva k zdĺhavému a nákladnému spôsobu, akým sa doteraz pristupovalo k eliminačnej diéte a provokačným testom.

SKÚSENOSTI

Často som sa cítila unavená a bolo mi ťažko od žalúdka. Najviac ma však trápilo, že sa vyhadzujem na pleť. Kamarátka mi odporučila Food Detective. Bola som naozaj veľmi prekvapená okamžitými zlepšeniami. Dokonca som zistila, že som sa úplne zbytočne vyhýbala potravinám, o ktorých som si "len myslela", že mi spôsobujú vyrážky na pleť. Je pravda, že sa neviem ešte vzdať všetkých potravín, ktoré mi v potravinovej intolerancii vyšli, ale stotočne sa vyhýbam tým, ktoré sa mi potvrdili ako najsilnejšie. Cítim sa omnoho lepšie – ľahšie na žalúdku a tiež výsledky pleť sú zreteľné, dokonca mi zmizli kruhy pod očami, ktoré mi robili starosti už roky. Takže som šťastná, že môžem o tomto skvelom produkte vedieť, a rozprávať o ňom ďalej. Ďakujem (Peťa, Bratislava)