

ŠTÚDIE

RZ1 Skúmanie alergií a testy in vitro

Mary James N.D Great Smokies Diagnostic Laboratory

Potraviny predstavujú pre telo najväčšiu výzvu, s ktorou sa musí imunitný systém vysporiadať. Za predpokladu, že dochádza k úplnému rozkladu potravín v tráviacom trakte, črevá sú neporušené a v dobrom zdravotnom stave, dochádza len k minimálnemu vystaveniu pôsobeniu alergénov, imunitný systém nie je preťažený a všetko v tele funguje správne. Ak je však niektorá z týchto zložiek oslabená, imunitný systém útočí na jedlo ako na potenciálnu hrozbu. To spôsobuje celý rad zdravotných problémov, ako je migréna, syndróm dráždivého čreva, žľazkové ochorenia, artritídu, astmu, rinitídu, HKP, enurézu, epilepsiu, ekzém, psoriázu, afty, chronickú sinusitídu, zápal stredného ucha či iné infekčné ochorenia.

M1 Audit zameraný na potravinovú intoleranciu u pacientov z centier primárnej zdravotnej starostlivosti trpiacich na migrénu

Trevor Rees, David Watson, Susan Lipscombe, Helen Speight, Peter Cousins, Geoffrey Hardman and Andrew J. Dowson. Headache care Roč.2 č. 2 2005 105-110

Audit bol zriadený, aby sme zistili, či pacienti s migrénou vykazujú potravinovú intoleranciu súvisiacu s IgG a či je možné zlepšiť ich zdravotný stav vylúčením dráždivých potravín zo stravy. Pacientov z centier primárnej zdravotnej starostlivosti sme otestovali na potravinovú intoleranciu. Testom ELISA sme zisťovali, či sa v krvi pacientov nachádzajú IgG protilátky proti určitým druhom potravín. Pacientov, u ktorých sa potvrdila potravinová intolerancia, sme vyzvali, aby obmenili svoje stravovacie návyky a na 2 mesiace eliminovali príjem dráždivých potravín. Konečné ukazovatele pozostávali z identifikácie dráždivej potraviny, určenia počtu pacientov, ktorí zmenili svoje stravovacie návyky, a pozitívne zmeny po jednom a dvoch mesiacoch u týchto pacientov. Pacienti mali ohodnotiť tieto pozitívne zmeny na 6-stupňovej škále, kde 0 = žiadne pozitívne zmeny a 5 = veľmi výrazné pozitívne zmeny. Do auditu sa zapojilo 61 pacientov a 39 z nich dvojmesačný výskum aj dokončilo. Priemerný počet potravín, ktoré mali v IgG teste pozitívny výsledok, bol 5,3 u všetkých pacientov a 4,7 u tých, ktorí úspešne zmenili svoje stravovacie návyky. Zhruba 90% pacientov viac či menej pozmenilo svoje stravovanie podľa toho, ktoré potraviny im vyšli v testoch ako dráždivé. Značný počet pacientov s migrénou pocítil pozitívne účinky zmeny stravovania, zhruba 30% po prvom a 40% po druhom mesiaci. Viac ako 60% pacientov, ktorí znovu začlenili dráždivé potraviny do svojho jedálnička, zaznamenalo opätovné zhoršenie symptómov. Tento výskum dokazuje, že migréna môže súvisieť s IgG sprostredkovanou potravinovou intoleranciou a že zmena stravovacích návykov a vylúčenie dráždivých potravín môže mať v prípade migrény potenciálne liečivé účinky. V tejto oblasti sú nevyhnutné ďalšie štúdie.

M2 Súvis alergén-sprostredkovaných protilátok IgG s migrénou u dospelých

Carlos M. Arroyave Hernández, Mauro Echevarría Pinto, Hebert Luis Hernández Montiel, Revista Alergia México 2007;54(5):162-8

PROBLÉM: Migréna sa vyskytuje s vysokou prevalenciou 18%. Jej liečba si vyžaduje zvolenie vhodných farmakologických a iných opatrení založených na klinickej anamnéze jednotlivých pacientov. Predpokladá sa, že v niektorých prípadoch migréna súvisí s alergén-špecifickými protilátkami IgG, avšak sérologické metódy, ktoré by to mohli určiť, sa takmer nepoužívajú. **CIEL:** Cieľom tejto štúdie bolo preskúmať alergén-špecifické protilátky IgG v sére pacientov s migrénou, ktorú sa nepodarilo vyliečiť tradičnými metódami. **MATERIÁL A METODIKA:** Pomocou testu ELISA sme určili výskyt protilátok v sére na 108 potravinových alergénov u 56 pacientov s migrénou a u kontrolnej vzorky, ktorá netrpela migrénou.

VÝSLEDKY: Okrem toho, že sme namerali značné rozdiely v hodnotách protilátok IgG na potravinové alergény u pacientov s migrénou a u kontrolnej vzorky, eliminačná diéta úspešne pomáha udržať príznaky migrény pod kontrolou bez toho, aby pacienti museli užívať lieky. **ZHRNUTIE:** Na základe dosiahnutých výsledkov by mali pacienti trpiaci migrénou podstúpiť test na určenie IgG protilátok proti bežným potravinám v sére. **KLÚČOVÉ SLOVÁ:** Potravinová alergia, migréna, protilátky IgG. Correspondencia: Dr. Carlos M. Arroyave Hernández. Calle Hacienda Buenavista núm. 322-12, colonia Jardines de la Hacienda, CP 76180, Querétaro, Querétaro, México. Recibido: agosto, 2007. Aceptado: agosto, 2007. Celý článok je dostupný na internetovej stránke: www.revistasmedicasmexicanas.com.mx

M3 Obmedzenia v stravovaní u pacientov s migrénou založené na prítomnosti protilátok IgG pri určitých druhoch potravín: Klinická dvojité slepá randomizovaná korelačná štúdia

Kadiye Alpay¹, Mustafa Ertas¹, Elif Kocasoy Orhan¹, Didem Kanca Ustay², Camille Lieners³ a Betül Baykan¹. Cephalalgia 0(00) 1-9. International Headache Society 2010

Úvod: Je známym faktom, že určité druhy potravín spúšťajú u niektorých pacientov ataky migrény. Naším cieľom je preskúmať účinok redukčnej diéty zostavenej na základe výskytu protilátok IgG na potravinové alergény na priebeh týchto atakov pomocou dvojite slepej randomizovanej korelačnej štúdie uskutočnenej na 30 pacientoch s migrénou bez aury. **METODIKA:** Počas nasledujúcich 6 týždňov sa testom ELISA zisťovala prítomnosť protilátok IgG na 266 potravinových antigénov. Potom boli pacienti náhodným výberom rozdelení do skupín, ktoré po dobu 6 týždňov v strave buď to prijímali dráždivé potraviny, alebo ich zo stravy vylúčili. Potom nasledovali 2 týždne bez akýchkoľvek stravovacích obmedzení a následne sa obe skupiny vymenili (pacienti, ktorí predtým dráždivé potraviny zo stravy vylúčili, ich teraz prijímali). Pacienti ani ich obvodní lekári neboli oboznámení s výsledkami testu ELISA a ani nevedeli, do akej skupiny sú zaradení (teda či podstupujú eliminačnú diétu alebo naopak). Primárnymi parametrami boli počet dní, počas ktorých pretrvávali bolesti hlavy a počet atakov. Vzorka pozostávala z 30 pacientov, 28 žien a 2 mužov vo veku 19-52 rokov (priemer, 35_10 rokov). **VÝSLEDKY:** Priemerný počet reakcií s abnormálne vysokým titrom bol 24_11 na 266 druhov potravín. V porovnaní s výsledkami z prvého merania, štatisticky došlo k výraznému zníženiu počtu dní s pretrvávajúcou bolesťou hlavy (z 10,5_4,4 na 7,5_3,7; P<0,001) a počtu atakov (z 9,0_4,4 na 6,2_3,8; P<0,001) v období, keď pacienti dodržiavali eliminačnú diétu. **ZHRNUTIE:** Ide o prvú dvojité slepú randomizovanú korelačnú štúdiu pacientov s migrénou, podľa ktorej sa dokázalo, že eliminačná diéta založená na prítomnosti IgG protilátok môže úspešne znížiť frekvenciu atakov migrény.

M4 IgG sprostredkované alergie: Ďalší spúšťač atakov migrény?

Julio Pascual a Agustín Oterino. Cephalalgia 0(00) 1-3. Medzinárodná spoločnosť pre bolesti hlavy 2010

Napriek nedávnym pokrokom, ktorých výsledkom sú moderné techniky neurovizuálneho zobrazovania či nové genetické techniky, patofyziológia migrény ešte nebola celkom objasnená. Tak ako na to Selby a Lance upozornili už pred 50 rokmi, mnohí pacienti tvrdia, že ataky migrény im spôsobujú jednotlivé druhy potravín (1). V rámci štúdie, ktorá zisťovala prevalenciu migrény v závislosti od stravy na vzorke 500 pacientov, u ktorých sa migréna začala prejavovať, Peatfield a spol. v roku 1984 zistili, že 19,2% pacientov s migrénou vykazovalo precitlivosť na syr, 18,2% na čokoládu a 11,1% na citrusové ovocie (2). V tom istom roku bol vo významnom lekárskom časopise The Lancet uverejnený článok (Monro a spol.) s kategorickým názvom „Migraine Is a Food-Allergic Disease“, teda „Migréna je potravinovou alergiou“. Opisovali sa v ňom prípady 9 pacientov s vážnou migrénou, ktorá pozitívne nereagovala na žiadnu liečbu. Týmto pacientom bol podávaný kromolyn sodný alebo placebo po tom, čo zjedli dráždivú potravinu (3).

SKÚSENOSTI

Ako som Vám písala v minulosti, moja 6-ročná dcérka sa skoro pol roka sťažovala na krátku a intenzívnu bolesť hlavy, pediater jej urobil vyšetrenie, dopadlo dobre, poslal nás k očnej, tam bolo všetko v poriadku, následne sme mali ísť k neurológovi a na rtg prínosových dutín. V tom období dcérka postrehla zmeny: intenzívna bolesť sa začala prejavovať v brušku, už nie v hlavičke. Zakúpili sme jej u Vás Food detective, aby sme odhalili najväčšmi dráždivé potraviny. Vyšiel jej lepok, ktorý sme okamžite obmedzili, od toho obdobia dcérka už bolesti neudáva a je spokojnejšia. Magdaléna (Stupava)

„Maťko (13) trpel od útleho detstva zápchou. Napriek rôznym vyšetreniam mu nebola potvrdená žiadna diagnóza. K zápche sa pridružili opakované bolesti brucha a hlavy. Asi pred dvomi rokmi sa objavil na tvári ekzém. Vždy po vysadení predpísanej liečby, sa ekzém znovu objavil. Všetky bežné testy na alergiu, ale aj testy na celiakiu vyšli negatívne. Zdravotné problémy neboli dramatické, ale dokázali negatívne ovplyvniť kvalitu života celej rodiny, veď sme stále chodili po lekároch. Po rokoch pokusov liečiť čiastkovo jednotlivé problémy, ktoré stáli celú rodinu veľa času, energie, stresu aj peňazí sme objavili FOOD DETECTIVE. Test ukázal silnú intoleranciu lepku, mlieka, vajíčok. Bolo pre nas dosť prekvapivé, že po upravení stravy v tak krátkom čase zmizol ekzém z tváre, a pomaly ustúpili aj bolesti brucha a hlavy. Za seba aj za syna môžem povedať, že nám to zmenilo život.“ Aďa zo Senca

„Nemohla som uveriť, ako lepšie som sa cítila hneď po niekoľkých dňoch, ako som vysadila “pozitívne” potraviny. Ustúpili bolesti žalúdka, hnačka a opakované prerušované bolesti hlavy. Je to fakt neuveriteľné, keď až siedmim lekárom sa nepodarilo zistiť, prečo mi bolo stále zle.“ Žaneta

Prvýkrát som sa stretol s podobnými príznakmi asi pred 13-14 rokmi. Zakaždým, keď som si dal čaj a toast cítil som sa nafúknutý a niekedy mi bolo skutočne veľmi zle. Tak to išlo po nejakú dobu, ale vôbec som nevedel, z čoho to bolo. Za posledné 2 až 3 roky som však cítil, že tieto príznaky začínajú výrazne ovplyvňovať môj zdravotný stav – bol som neustále unavený, nafúknutý a trpel som bolesťami hlavy. Skutočnou výzvou, aby som vôbec navštívil môjho lekára, bol môj neustály kašeľ a bolesť v hrdle. Po niekoľkých návštevách v nemocnici, kde ma podrobne skúmali, mi ani o rok neskôr nevedeli dať žiadne vysvetlenie a povedali: “nie je nič, čo by sme mohli pre Vás urobiť.” Bolesti hlavy sa stupňovali, kašeľ zhoršil a moje ústa nedokázali rozlišovať chuť. Nakoniec som dospel k záveru, že príčina tkvie niekde v mojej strave. Vtedy som sa rozhodol, že si urobím test potravinovej intolerancie, na základe čoho som sa vzdal na mesiac pšenice, lepku, mliečnych výrobkov. Bolesti hlavy ustúpili, cítil som sa naozaj lepšie, jediný problém, ktorý zostal bol môj kašeľ. I keď mierne ustúpil, ale v noci a niekedy aj cez deň, som stále kašľal. Vtedy som sa obrátil na vás, na čo ste mi poradili znížiť príjem škrobu a jesť viac ovocia a surovej zeleniny. To malo naozaj zmysel, pretože škrob podporuje tvorbu hlienu. Bolo to tvrdé a občas aj frustrujúce zvládať prísnu diétu. Berúc však do úvahy, koľko som trpel, myslím si, že to stálo za to. Kašeľ sa zmiernil najmenej na 85%. Často mi bývalo veľmi nepríjemné kašľať v práci v kancelárii a pritom nebyť ani prechladnutý a nemať ani chrípku. Teraz už môžem cez noc spávať. Viem, že som na správnej ceste, a pokiaľ sa budem o seba starať, bude to každý deň lepšie, dokonca som začal jesť viac surovej zeleniny. Vrelá vďaka. Jozef