

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 „odhaliť“ 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).

SKÚSENOSTI

“Dlhé mesiace som mala problémy s pleťou, červené “ostrovčeky” a akné, nielen na tvári. Cítila som ale, že celý môj organizmus nie je v poriadku – akoby bol celý opuchnutý. Momentálne mám už dva týždne dekolt a chrbát skoro úplne čistý... Je pravda, že v tom čase, keď som si test kúpila som konzumovala dosť veľa syrov..... a čerstvej zeleniny a myslela som si, že to môže byť alergia aj na chemické postreky tej krásnej zeleniny. Ale tie kvasnice, ktoré mi vyšli, som trochu aj tušila a mlieko som si odporovala sama už dávno, tomu sa snažím vyhýbať úplne. Len tie syry mi chutia... čo sa týka kukurice, tak zrovna pred mesiacom som zjedla celý balík kukuričných lupienkov a kamarátka, keď prišla na návštevu, skoro ma nespoznala... ja som bola neskutočne napuchnutá a predstavte si, že aj gynekologička na prehliadke ma nemohla ani poriadne vyšetriť, nakoľko mi hovorila, že mám neskutočne zaplynené črevá. Takže test je výborný, mám to potvrdené. No a ešte vysadiť cigarety 😊 Ďakujem moc, ešte raz.” Vladka (31, Bratislava)