

Meten wat u beter niet kunt eten



**Een verborgen voedingsallergie kan uw
gezondheid ondermijnen**

Voedingsallergie is nu eenvoudig te testen

Onderzoeken bevestigen wat veel mensen al aanvoelden; voeding beïnvloedt hoe we ons voelen, het kan ons zelfs ziek maken en omdat de relatie met voeding niet wordt gelegd, blijft de oorzaak onbekend. **Darmklachten, astma, huidaandoeningen, migraine chronische vermoeidheid, spierpijnen en versnelde slijtage** kunnen te maken hebben met een voedingsallergie. Vaak gaat men er ten onrechte van uit dat een voedingsallergie vooral in de darmen klachten veroorzaakt en wordt een voedingsallergie niet getest. Soms wordt wel getest maar alleen op IgE afweereiwitten op de huid, de ‘krasjestest’, die meestal geen voedingsallergie aangeeft en de conclusie is dat voeding bij de klachten geen rol speelt. De klachten blijven onverklaard en onbehandeld. De IgG voedingsallergie veroorzaakt de meeste klachten. Deze voedingsallergietest is nog niet erkend, ondanks het vele onderzoek dat hier aan ten grondslag ligt.

De IGG voedingsallergietest

Als onvoldoende afgebroken voedingsdeeltjes door de beschadigde darmwand gaan en in aanraking komen met het immuunsysteem, worden ze als bedreigende indringer herkend. Er worden dan ontstekingsveroorzakende afweereiwitten aangemaakt. Er zijn vier soorten IGG eiwitten, IGG1-4. In de test waar wij mee werken worden alle vier getest.

Bloedanalyse in laboratorium

Voor de bloedanalyse moet bloed worden opgestuurd naar het laboratorium en het daarvoor benodigde bloed kan op twee manieren worden verkregen.



Bloedafname in het ziekenhuis

De bekendste manier is om met een naald bloed af te nemen uit een ader in de elleboogplooï. Het veneuze bloed wordt opgevangen in een hiervoor bestemd buisje en kan worden verstuurd. Het nadeel hiervan is dat bloed geprikt moet worden in een ziekenhuis of prikpoli.

Bloedafname zelf door een vingerprik

Sinds kort bestaat de mogelijkheid om bloed uit haarvaten, de capillairen te gebruiken, dit is het uit bijvoorbeeld een vingertop. Hiervoor zijn speciale testsets te verkrijgen. Het bloed wordt bij manier op een hiervoor ontwikkeld gaasje gedruppeld en kan dan worden opgestuurd.



bloed
deze

Hoe de vingerpriktest in zijn werk gaat

Het bloed op het door u toegezonden gaasje wordt in het laboratorium opgelost en verdeeld over een plaat met eiwitten van voedingsmiddelen. Als er afweereiwitten in het bloed zitten, reageren deze met de eiwitten van het voedingsmiddel en treedt een reactie op. Er ontstaan verbindingen tussen de eiwitten die door speciale kleuringstechnieken zichtbaar worden. De donkere velden zijn de velden waar een reactie heeft plaatsgevonden en zo wordt een IGG III allergie vastgesteld. De velden worden gescand en op basis van de kleurverschillen kan de mate van allergie worden bepaald, hoe donkerder, hoe sterker.

De geteste voedingsmiddelen en de graad van gemeten allergie worden in een rapport weergegeven en met die gegevens wordt een individueel dieetplan opgesteld dat hiermee rekening houdt.

Aanpassing voeding

Het spreekt voor zich dat een dergelijke laboratoriumtest alleen zin heeft als de adviezen worden toegepast en een andere wijze van eten wordt aangewend. Vaak spelen behalve de geteste IGG III voedingsmiddelallergie nog andere voedingsfactoren een rol. Voedingsmiddelen kunnen zuurvormend, histaminerijk of potentieel belast zijn met een schimmel of effect hebben op de suikerspiegel. Deze factoren zijn per persoon verschillend, maar het kan voor een goed resultaat noodzakelijk zijn om hier rekening mee te houden bij het opstellen van het voedingsplan.

Om de aanpassing van de voeding wat te vergemakkelijken, wordt behalve een lijst van de geteste voedingsmiddelen en de allergiewaarde de volgende informatie meegeleverd:

1. Inkooplijst

Een geplastificeerde pagina waarop staat welke voedingsmiddelen wel en welke niet mogen worden gebruikt op basis van de uitslag van de voedingallergietest. Het is een praktische hulp omdat zeker in het begin het erg lastig is om te onthouden welke voedingsmiddelen je wel en niet mag gebruiken.

2. Receptenboek dat rekening houdt met de gemeten overgevoeligheid en aanvullende informatie over voeding meegeleverd.

Er worden bijvoorbeeld 270 voedingsmiddelen getest en als misschien 20 daarvan niet meer mogen worden gegeten, is het in het begin moeilijk om maaltijden te bedenken waarin de positief geteste voedingsmiddelen niet worden gebruikt.

In het receptenboek worden een groot aantal voorbeelden gegeven van maaltijden waarin rekening is gehouden met de gemeten voedingsallergie.

Andere verteringsproblemen zijn glutenallergie, glutengevoeligheid, non-glutengevoeligheid, DAO gebrek, lactose en fructose intolerantie. Al deze factoren kunnen een chronische darmirritatie veroorzaken.

Het is daarom raadzaam het voedingsplan te bespreken met een behandelaar die bekend is met deze soort testen.

Onverklaarde klachten verklaard

Onverklaarde klachten worden vaak afgedaan als ‘vage’ klachten, maar hiermee wordt onrecht gedaan aan de persoon die de klachten zeker niet als ‘vaag’ ervaart, die krijgt vaak het idee min of meer als ‘aansteller’ beschouwd te worden, “er is immers niets aantoonbaar”.

Reguliere metingen zijn echter alle zonder uitzondering erg beperkt, het menselijk lichaam is vele malen gevoeliger dan meetmogelijkheden die we kunnen bedenken en als er klachten zijn kunt u er meestal van uitgaan dat ergens een overbelasting of nog niet aangetoonde saboterende ontsteking het lichaam uit balans brengt.

Voeding kan het immuunsysteem op verschillende manieren saboteren, deze test gaat over de IgG allergie en is een belangrijke bron van onontdekte chronische ontstekingen maar ook de volgende punten zijn van belang.

Glutenallergie of coeliakie; door middel van een biopsie, weefselonderzoek uit de darm, wordt de diagnose coeliakie, glutenallergie vastgesteld.

Glutengevoeligheid; een biopsie is negatief evenals een glutenallergietest, toch heeft het eten van glutenbevattende granen een duidelijk effect op de klachten. Intussen een door wetenschappers ontdekt klachtenbeeld.

Lactose intolerantie; het enzym lactase wordt onvoldoende aangemaakt waardoor producten met lactose, melksuiker, niet goed kunnen worden verteerd en onder meer gasvorming, diarree en een opgeblazen gevoel kunnen optreden.

Fructose intolerantie; vruchtensuiker wordt niet goed afgebroken en er ontstaan vergelijkbare klachten als bij lactose intolerantie



DAO tekort; het histamine afbrekende enzym DAO wordt onvoldoende aangemaakt waardoor een histaminebelasting optreedt.

In het **Het CelherstelConcept**, waarvan de derde editie in april uitkomt, wordt hier uitgebreid op ingegaan.

Onderstaand een voorbeeldrapportage van een IgG voedingsallergietest.

Legenda

HS = urinezuur F = fructosehoudend Ei = ijzerhoudend L = lactosehoudend
G = glutenhoudend A = aspergillus niger H = histaminehoudend B = basisch
S = zuurvormend E = eiwitleverancier GI = hoge glycemische belasting/index

Alfabetische lijst van de geteste voedingsmiddelen

Voedingsmiddel	Reactie	1	2	3	4	Voedingsmiddel	Reactie	1	2	3	4
Aardappel	B,Gi		■			Bindsla	B				
Aardbeien	B,F,H					Blaauwe bosbes	B,F				
Aardpeer	B					Bleekselderij	B				
Abrikoos	B,F					Bloemkool	B				
Agar-Agar E406	S,Gi,KH					Boekweit	S,Gi,KH				
Agave	S,Gi,KH		■			Boerenkool	B				
Ahornsiroop	S,Gi,KH					Bonenkruid	E,S				
Alfalfa	E,S					Bramen	B				
Aloe Vera	B					Brandnetel	B,H				
Amandelen	E,A,S		■			Broccoli	B				
Amarant (graan)	E,S,Gi,Ei					Cacaoboon	S,Gi,H,KH		■		
Ananas	B,F		■			Cactusvijg	B,Gi,F,KH				
Andijvie	B					Cantharel	E,S,H				
Anijs	S					Carob	S,Gi,KH				
Appel	B,F					Cashewnoot*	E,A,S				
Artisjok	B					Cassave	Gi,KH				
Asperges	B,Hs					Cassave-Tapioka					
Aspergillus niger	A,Gi,KH		■			Cassis-zwarte bes	B,F				
Aubergine	B,H					Cayenne peper	B				
Augurk	B					Champignon	E,S,H				
Avocado	B,F					Chichorei	B				
Bamboescheuten	E,B		■			Chili-Habanero	B				
Banaan	B,Gi,F,KH					Chinese Kool	B				
Basilicum	S					Citroen					
Bieslook	B					Citroenmelisse	B				

Tegen de met * gekenmerkte voedingsmiddelen werden geen IgG-antistoffen gevonden; deze moeten op grond van de opdracht van uw therapeut of vanwege het gevaar voor kruisallergische reacties vermeden of sterk gereduceerd worden.

blad 1 van 4

Voedingsmiddel	Reactie	1	2	3	4	Voedingsmiddel	Reactie	1	2	3	4
Courgette	B					Haver	E,A,S,G,Gi	■			
Cranberry	B,F					Hazelnoot*	A,S,H				
Dadel	B,Gi,F,KH					Heilbot	E,S				
Daslook	B					Hert	E,S,Hs,Ei,O				
Diepzee Heek	E,S					Honing	S,Gi,KH		■		
Dille	S					Ijsbergsla	B				
Doperwt	E,S,Gi,Hs,KH					Jeneverbes	B,Gi,KH				
Dorade	E,S					Kaasstremsel	E,S,L,H		■		
Druif	B,Gi,F,KH					Kabeljauw	E,S				
E100 Kurkuma	B					Kalfsvlees	E,S,Hs,O				
E407 Carrogeen	Gi,KH					Kalkoen	E,S,Hs,Ei,O				
E412 Guargom	E,S,Gi,KH					Kamelenmelk	E,S,L				
Eekhoornbrood	E,S,H					Kamille	B				
Eend	E,S,Hs,Ei,O					Kamut (graan)	G,Gi,Ei,KH			■	
Eetbare kastanje	B,Gi					Kaneel	S			■	
Forel	E,S					Kappertjes	B				
Framboos	B,F					Kardemom	B,Gi,KH				
Gans	E,S,Hs,O					Karper	E,S				
Ganzenei	E,S		■			Karwij	S				
Gemaal	E,S,Hs,H					Kastanjeboleet	S			■	
Geitenmelk-kaas	E,S,L		■			Kefir	E,S,L			■	
Geitenvlees	E,S,Hs,Ei,O					Kersen	B,F				
Gekookte koemelk	E,S,L		■			Kervel	B				
Gember	S					Kikkererwt	E,S,Hs				
Gerst	E,A,S,G,Gi		■			Kippen-ei	E,S			■	
Gierst	E,S,Gi,KH					Kippenei-eigeel	E,S			■	
Gist/bakgist	S,H		■			Kippenei-eiwit	E,S			■	
Gluten	E,B,S,G,Gi,H		■			Kippenvlees	E,S,Hs,Ei,O				
Graanatappel	B,F					Kiwi	B,Gi,F,H,KH				
Grapefruit	B,F,H					Knoflook	B				
Groene Lime	B,Gi,F,KH					Knolselderij	B				
Groene Thee	B					Koemelk	E,S,L			■	
Guave	B,Gi,F,KH					Koffie	A,S,Hs			■	
Haaievinnen	E,S					Kokosnoot	S,F				
Haas	E,S,O					Komijn	B				
Halloumi	E,S,L		■			Konijn (vlees)	E,S,Hs,O				
Haring	E,S					Koolrabi	B				

Tegen de met * gekenmerkte voedingsmiddelen werden geen IgG-antistoffen gevonden; deze moeten op grond van de opdracht van uw therapeut of vanwege het gevaar voor kruisallergische reacties vermeden of sterk gereduceerd worden.

Voedingsmiddel	Reactie	1	2	3	4	Voedingsmiddel	Reactie	1	2	3	4
Koolzaad	B					Oester	E,S,Hs				
Koriander						Oesterzwam	E,S				
Krab	E,S					Okrapeul	B				
Kreeft	E,S,Hs,H					Olijf (olie)	B				
Kropsla-botersla	B					Oregano	S				
Kruidnagel	B					Paardenbloem	B				
Kruisbes	B,F					Paling	E,S				
Kwartel (vlees)	E,S,Hs,O					Pangavis	E,S				
Kwartel-ei	E,S					Papaja	B,Gi,F,KH				
Kweeper	B,Gi,F,KH					Papaverzaad					
Lam	E,S,Hs,Ei,O					Paprika (groente)	B				
Laurierblad	B					Paprikapoeder	B				
Lavas (kruid)	B					Paranoot	E,S				
Lavendel	B					Pastinaak	B,Gi,KH				
Lijnzaad	E,S					Pectine E440	Gi,KH				
Limoen	B,F,H					Peer	B,F				
Linzen	E,S,Gi,Hs,KH					Pepermunt	B				
Lollo Rosso	B					Perzik	B,Gi,F,KH				
Lupine-eiwit	E,S					Peterselie	B				
Lychee	B,Gi,F,KH					Pijlwortelpoeder	B				
Macademianoot	E,S					Pijnboompit	E,S				
Mais	S,Gi,KH					Piment	B,Gi,KH				
Makreel	E,S					Pinda	A,S,H				
Mandarijn	B,Gi,F,KH					Pistache noot*	E,A,S,H				
Mango	B,Gi,F,KH					Pompoen	B,Gi,KH				
Marjoraan	B					Pompoenpit	B				
Melochia-Corchorus	B					Prei	B				
Merriemelk	E,S,L					Pruim	B,Gi,F,KH				
Mierikswortel	B					Quinoa (graan)	E,S,Gi				
Mirabelle	B,Gi,F,KH					Rabarber	B,F				
Mosselen	E,S,Hs,H					Radijs- Rammenas	B				
Mosterdzaad	B					Ree (vlees)	E,S,Hs,Ei,O				
Natriumbenzoaat	Gi,KH					Ricotta kaas	E,S,L				
Nectarine	B,F					Rietsuiker	S,Gi,KH				
Nootmuskaat	B					Rijst	E,S,Gi				
Nori-Roodalgen	E,S					Rode biet	B,Gi,KH				
Octopus	E,S					Rode kool	B				

Tegen de met * gekenmerkte voedingsmiddelen werden geen IgG-antistoffen gevonden; deze moeten op grond van de opdracht van uw therapeut of vanwege het gevaar voor kruisallergische reacties vermeden of sterk gereduceerd worden.

blad 3 van 4

Voedingsmiddel	Reactie	1	2	3	4	Voedingsmiddel	Reactie	1	2	3	4
Rode peper*	A,S					Tomaat	B,H				
Rode Snapper	E,S					Tonijn	S				
Rogge (graan)	E,A,S,G					Traganth E413	Gi,KH				
Roodbaars	E,S					Tuinboon	E,S,Hs				
Rooibosthee	B					Ui	B				
Rozemarijn	B					Vanille	S,Gi,KH				
Rozenbottels	S					Varkensvlees	S,H,Ei,O				
Rucola sla	B					Veenbes	B,F				
Rundvlees	E,S,Hs,Ei,O					Veldsla	B				
Saffraan	B					Venkel	B				
Salie	B					Vijg	B,Gi,F,KH				
Sardellen	E,S					Vingergras-Fonio	Gi,KH				
Sardiene	E,S					Walnoot	E,A,S				
Savooye kool	B					Waterkers	B				
Schape melk+ kaas	E,S,L					Watermeloen	B,Gi,F,KH				
Schelvis	E,S					Wijnbladen	B				
Schol	E,S					Wild zwijn	E,S,Hs,Ei,O				
Sesamzaad/olie	E,A,S,H					Witlof	B				
Shiitake (paddestoel)	E,S					Witte kool	B				
Sinaasappel	B,Gi,F,H,KH					Witte peper	B				
Snijbiet	B					Worteltjes	B				
Snoekbaars	E,S					Xanthaan (gom)	Gi,KH				
Soja*	E,A,S,Hs					Zalm	E,S				
Sorbinezuur E200	Gi,KH					Zanddoorn	B,F				
Spelt	E,A,S,G,Gi					Zeebaars	E,S				
Sperzieboon	E,S,Hs					Zeeduivel	E,S				
Spinazie	B					Zeekat	S				
Spirulina	E,S					Zeetong	E,S				
Spruitjes	B					Zoete aardappel	B,Gi				
St.Jacobsschelp	E,S					Zonnebloempit	E,S				
Struisvogelvlees	E,S,Hs,Ei,O					Zure koemelkkaas	E,S,L				
Suikermeloen	B,Gi,F,KH					Zwaardvis	E,S				
Tannine						Zwarte koolvis	E,S				
Tarwe	E,A,S,G,Gi					Zwarte peper	A				
Taugé	E,S,Hs					Zwarte thee	B				
Teff (graan)	E,Gi,Ei										
Thijm	S										

Candida Albicans: positief

blad 4 van 4

In deze test worden de IGG III afweer eiwitten tegen voedingsmiddelen aangegeven. De IgE allergie eiwitten, lactose intolerantie en glutenallergie worden zo niet gemeten.

Wetenschappelijke onderzoeken over de IGG III allergie

Er wordt steeds meer onderzoek gedaan naar de verschillende vormen van voedingsallergie, zeker ook de rol van de 'langzame' IgG allergie bij het ontstaan en doen voortbestaan van laaggradige ontstekingen. In PUBMED, de internationale databank voor wetenschappelijk onderzoek waren 6 februari 2015 meer dan 12000 artikelen geregistreerd, van enkele heb ik de essentie aangegeven.

Voedselallergie bij het spastische dikke darm syndroom

Zhonghua Nei Ke Za Zhi. 2007 Aug;46(8):641-3. The therapeutic effects of eliminating allergic foods according to food-specific IgG antibodies in irritable bowel syndrome
Yang CM, Li YQ. Department of Digestive Disease, Shandong Provincial Hospital, Jinan 250021, China. yangchongmei@medmail.com.cn

De onderzoekers hebben mensen onderzocht met diagnose spastische dikke darm. Een aantal mensen hadden vooral diarree en een aantal andere met name obstipatieklachten. In dit onderzoek zijn 14 voedingsmiddelen getest op IgG eiwitten. Bij beide groepen waren verhoogde IgG waardes meetbaar. Het weglaten van de voedingsmiddelen waarop positief werd getest, leverde bij meer dan twee derde van de deelnemers een verlichting van de klachten op en soms verdwenen de klachten zelfs volledig.

Conclusie van de onderzoekers: Er zijn **abnormaal veel IgG antilichamen** bij patiënten met het spastische dikke darmsyndroom en er is sprake van een voedingsallergie. Bij de behandeling van het spastische dikke darmsyndroom is het van groot belang om voedingsmiddelen weg te laten waartegen een verhoogde IgG waarde is vastgesteld.

PMID: 17967233 [PubMed – indexed for MEDLINE]

Onderzoek naar allergische aandoeningen en darmontstekingen

Non-pulmonary allergic diseases and inflammatory bowel disease: a qualitative review.
World J gastroenterol 2014 August 28; 20(32): 11023-11032
©2014 Baishideng Publishing group Inc All rights reserved

De onderzoekers stellen vast dat er een duidelijke relatie is tussen darmontstekingen, astma en allergische aandoeningen. Afweereiwitten spelen bij zowel darmontstekingen als astma en allergische aandoeningen een belangrijke rol. Het blijkt dat een aangepast voedingspatroon en het gebruik van probiotica een positief effect hebben. De effecten op colitis ulcerosa en eczeem worden met name genoemd. Het advies van de onderzoekers aan jonge moeders is om langer borstvoeding te geven. De kans op het verkrijgen van een van de genoemde aandoeningen wordt dan kleiner.

Voedselallergie bij Astma, ziekte van Ménière, hoofdpijn, moeheid, heesheid, hoesten, neusverstopping, sinusitis

Otolaryngol Head Neck Surg. 2000 Jul;123(1 Pt 1):48-54. Treatment of delayed food allergy based on specific immunoglobulin G RAST testing.

Dixon HS. Department of Otolaryngology-Head and Neck Surgery, Vanderbilt University, USA.

In dit onderzoek met 114 deelnemers bleek een **duidelijke IgG belasting door een voedingsallergie**. De enige behandeling was het weglaten van de positief geteste voedingsmiddelen. Er bleek bij 71% van de deelnemers een verbetering van de symptomen waarbij de klachten in intensiteit met tenminste 75% afnamen. Bijzonder was de groep met chronische invaliderende klachten die niet op andere behandelingen reageerden. Van deze groep had 70% een verbetering van meer dan 75%, 20% van de deelnemers werd zelfs geheel klachtenvrij!

PMID: 10889481 PubMed – indexed for MEDLINE

Voedselallergie bij de ziekte van Crohn

Digestion. 2010;81(4):252-64. Epub 2010 Jan 30.

Clinical relevance of IgG antibodies against food antigens in Crohn's disease: a double-blind cross-over diet intervention study.

Bentz S, Hausmann M, Piberger H, Kellermeier S, Paul S, Held L, Falk W, Obermeier F, Fried M, Schölmerich J, Rogler G.

Division of Gastroenterology and Hepatology, University Hospital Zurich, Zurich, Switzerland.

Uit dit dubbelblind onderzoek blijkt dat patiënten die lijden aan de ziekte van Crohn een voedingsallergie met een **verhoogde hoeveelheid IgG antilichamen** hebben. Door het weglaten van de voedingsmiddelen waartegen IgG antilichamen bestond, werd een duidelijke verbetering vastgesteld van het algemene welbevinden, een vermindering van buikpijn en een vermindering van het aantal malen toiletgang.

PMID: 20130407 PubMed – indexed for MEDLINE

Inventarisatie van 4200 onderzoeken over voedselallergie

In 2000 heeft de British Allergy Foundation 4200 onderzoeken geïnventariseerd. Zij gaat op basis van de inventarisatie van 4200 onderzoeken er van uit dat **45% van de bevolking** in Europa en Amerika een voedingsallergie heeft. Deze patiënten hebben voordeel van een IgG voedingsallergie test en een consequente aanpassing van hun voedingspatroon. Bij 70% van de patiënten is de verbetering meer dan een jaar constant.

Epidemiologische studie over de invloed van voedingsintolerante bij 2434 kinderen

[Zhongguo Dang Dai Er Ke Za Zhi](#). 2013 Jul;15(7):550-4.

An epidemiological study of food intolerance in 2434 children

Uit het onderzoek blijkt dat er een relatie lijkt te bestaan tussen voedingsintolerantie en het ontstaan van verschillende ziektes, dit is significant voor de groei en ontwikkeling van kinderen.

PMID 23866277

Het vermijden van IgG geteste voedingsmiddelen bij migraine

Diet restriction in migraine, base don IgG against Foods: A clinical double-blind randomised, cross-over trial

Kadriye Alpay, Mustafa Ertas, Elif Kocasoy Orhan, Didem Kanca Ustay, Camille Lieners and Betul Baykan

Cephalalgia, ©International Headache Society 2010, Sagepub.co.uk

Het is bekend dat bepaalde voedingsstoffen bij sommigen een migraine aanval kunnen opwekken. In dit onderzoek wordt het effect van een dieet beschreven waarbij de IgG positief geste voedingsmiddelen zijn weggelaten. Het blijkt dat dit effectief is in het verminderen van de frequentie van het optreden van migraine.

Er bestaat een verhoogde hoeveelheid afweer eiwitten (IgA en IgG) bij darmontstekingen gecompliceerde vormen van de ziekte van Crohn

Anti-outer membrane protein C and anti-glycoprotein 2 antibodies in inflammatory bowel disease and their association with complicated forms of Crohn's disease.

Darina Kohoutova, Marcela Drahosova, Paula Moravkova, Stanislav Rejchert and Jan Bures

BMC gastroenterology (2014) 14:190

DOI 10.1186/s12876-014-0190-1

In dit onderzoek wordt bevestigd dat er bij darmontstekingen een verhoogde hoeveelheid IgG en IgA afweereiwitten bestaan en bij de ziekte van Crohn een sterk verhoogd aantal. Er is sprake van een voedingsallergie.

Eliminatie dieet op basis van IgG antilichamen bij het prikkelbare darmsyndroom: een randomised controlled trial

Food elimination based on IgG antibodies in irritable bowel syndrome: a randomised controlled trial

W. Atkinson, TA Sheldon, N Shaath, PJ Whorwell

Gut 2004; 53: 1459-1464 doi: 10.1136/gut.2003.037697

In dit onderzoek hebben 150 patiënten met een prikkelbare darmsyndroom drie maanden lang voedingsmiddelen weggelaten waartegen zij IgG antilichamen hadden. De controlegroep liet een even groot aantal voedingsmiddelen weg. Het bleek dat de groep met het IgG eliminatiedieet duidelijk positief reageerde, de symptomen verminderden significant.

Voedingsintolerantie: betrouwbaarheid en karakteristieken van verschillende diagnostische alternatieve tests

Minerva Gastroenterol Dietol. 2011 Mar;57(1 Suppl 1):1-10.

Food intolerance: reliability and characteristics of different diagnostic alternative tests

Article in Italian

Palmieri B, Esposito A, Capone S, Fistetto G, Iannitti T.

Dipartimento di Chirurgia Generale e Specialità Chirurgiche, Università di Modena e Reggio Emilia, Clinica Chirurgica, Modena, Italia 2 Poliambulatorio del Secondo Parere, Modena, Italia 3 Dipartimento di Scienze Biologiche e Biomediche, Glasgow Caledonian University, Glasgow, UK - tommaso.iannitti@gmail.com.

Een vergelijking van verschillende testen waaronder de IgG analyse

PMID: 21785406 [PubMed - indexed for MEDLINE]

Uit deze onderzoeken blijkt dat bij vele klachten waaronder darmirritaties, migraine, astma en huidaandoeningen een voedingsallergie een belangrijke rol speelt.

Een test kunt u aanvragen bij
www.gezondeshop.nl

