

Ваш личный ИмуПро Полный документ

ID образца: 359822

Дорогая

С этим письмом вы получите свой персональный результат теста ИмуПро, а также общие сведения о пищевой аллергии типа III связанной с хроническим воспалением. Это лабораторное заключение содержит точные и достоверные результаты для всех протестированных продуктов.

ИмуПро-это обширный лабораторный анализ IgG на пищевую аллергию. Ваша кровь тестируется на наличие специфических IgG антител к различным продуктам питания. Если присутствует повышенное содержание уровня этих антител, то это может означать, что у вас есть хроническое воспаление, вызванное пищевой аллергией замедленного типа III. Ваш индивидуальный тест ImuPro поможет подобрать продукты, которые подойдут именно вам, а также определить ваши индивидуальные "проблемные продукты". Избегая продукты, которые вызывают проблемы со здоровьем, воспалительные процессы в организме уменьшатся или даже совсем исчезнут и ваше самочувствие гораздо улучшится.

Концепция ИмуПро состоит из трех фаз:

1. Фаза ликвидации
2. Фаза провокации
3. Фаза стабилизации

В рамках концепции ImuPro в диагностических документах вы найдете рекомендации по возможной форме и продолжительности изменения рациона питания. Пожалуйста, в первую очередь следуйте указаниям вашего терапевта. **ИмуПро - ваш надежный спутник на пути к улучшению здоровья.**

КРАЙНЕ ВАЖНО! Если у Вас имеется также пищевая аллергия I типа (IgE опосредованная пищевая аллергия), которая ранее была подтверждена с помощью позитивных аллерготестов крови на IgE специфические антитела, либо по кожным прик-тестам или иным клинико-лабораторным данным, Вам следует строго избегать употребления продуктов, содержащих эти проблемные пищевые аллергены, даже в том случае, если результаты теста ИмуПро не показали на них реакции. Пищевая IgE-опосредованная аллергия, которая может привести к тяжелым аллергическим реакциям с угрозой для Вашей жизни, таким как: анафилактический шок, кожная сыпь, рвота, кожный зуд и др. **ИмуПро идентифицирует повышенный уровень IgG антител к пищевым продуктам и предоставляет рекомендации, основанные на этих выводах. На основании результата ИмуПро, мы не делаем никаких заявлений связанных с IgE аллергией.**

Если у вас возникли какие-либо вопросы по вашему результату ИмуПро или о пищевой аллергии III типа, пожалуйста, свяжитесь с нами.

С уважением,

Ваша команда ИмуПро

Информация, которая содержится в документах, не заменяет медицинскую консультацию квалифицированного специалиста. Полученные результаты всегда должны интерпретироваться в сочетании с полной клинической картиной. **Изменения в диете должны быть сделаны на основе консультации с врачом, диетологом или с пищевым экспертом.** Пожалуйста, сразу проконсультируйтесь с лечащим врачом в случае каких-либо проблем со здоровьем.

По концентрации IgG, определенной на этом тесте, предлагают основу для элиминационной и провокационной диеты. Мы не утверждаем, что выявленная концентрация IgG может отражать возникновение или проявление серьезных клинических симптомов.

Ваши лабораторные результаты

ИмуПро Полный

	Оценка	Количество продуктов
Специфические антитела IgG	■ Не повышенный	241
	■ Повышенный	24
	■ Очень повышенный	4
Общее количество	28 из 269 протестированных аллергенов	

Грибы рода Кандида: Ваш тест выявил патологическую сенсibilизацию к дрожжеподобным грибам рода Кандида.

КРАЙНЕ ВАЖНО!

Если у Вас имеется также пищевая аллергия I типа (IgE опосредованная пищевая аллергия), которая ранее была подтверждена с помощью позитивных аллeрготестов крови на IgE специфические антитела, либо по кожным прик-тестам или иным клинико-лабораторным данным, Вам следует строго избегать употребления продуктов, содержащих эти проблемные пищевые аллeргены, даже в том случае, если результаты теста ИмуПро не показали на них реакции. Пищевая IgE-опосредованная аллергия, которая может привести к тяжелым аллeргическим реакциям с угрозой для Вашей жизни, таким как: анафилактический шок, кожная сыпь, рвота, кожный зуд и др. **ИмуПро идентифицирует повышенный уровень IgG антител к пищевым продуктам и предоставляет рекомендации, основанные на этих выводах. На основании результата ИмуПро, мы не делаем никаких заявлений связанных с IgE аллeргией.**

Лаборатория :

CTL & Ortholabor GmbH
Anemonenweg 3a
26160 Bad Zwischenahn
Germany

Отправитель:

Ralf Djordjevic

материал для теста	сыворотка
id образца	359822
метод диагностики	Ферментный иммуносorbентный анализ (ELISA)
дата	26.06.2023
авторизованное заключение	Uwe David, Allergologe

Информация, которая содержится в документах, не заменяет медицинскую консультацию квалифицированного специалиста. Полученные результаты всегда должны интерпретироваться в сочетании с полной клинической картиной. **Изменения в диете должны быть сделаны на основе консультации с врачом, диетологом или с пищевым экспертом.** Пожалуйста, сразу проконсультируйтесь с лечащим врачом в случае каких-либо проблем со здоровьем.

По концентрации IgG, определенной на этом тесте, предлагают основу для элиминационной и провокационной диеты. Мы не утверждаем, что выявленная концентрация IgG может отражать возникновение или проявление серьезных клинических симптомов.

Как читать свои выводы

Заметки о результатах лабораторных исследований

В списке 1 представлены результаты тестирования. Значение в колонке мкг/мл указывает на измеренную концентрацию антител IgG. График измеренных значений показывает силу реакции в трех классах. Измеренное вами значение представлено черной меткой на цветной полосе.

	мкг/мл IgG	Оценка
Продукт 1	5	
Продукт 2	7	
Продукт 3	77	

Два числа под гистограммой - это значения отсечки между тремя классами реакций. Первое число описывает отсечку, т.е. концентрацию, при превышении которой мы говорим о "повышенном" уровне антител IgG. Второе число - это значение отсечки, выше которого класс реакции является "сильно повышенным".

Зеленая зона: Повышенные антитела IgG отсутствуют.

Оранжевая зона: Антитела IgG измерялись в реакции класса "повышенный".

Красная зона: Антитела IgG измерялись в классе реакции "сильно повышенные".

Список 1 - Ваши лабораторные результаты

ИмуПро Полный

	µг/мл IgG	Оценка	Дополнительные		µг/мл IgG	Оценка	Дополнительные
Злаки с глютеном				Мясо			
Глютен	16,3			Баранина	8,8		
Камут*	< 2,5			Говядина	4,6		
Пшеница*	3,5			Гусь	9,5		
Рожь*	13,0			Дикий кабан	7,9		
Спельта*	4,0			Заяц	12,5		
Ячмень	10,7			Индейка	3,4		
Злаки без глютена и альтернативы				Козлятина			
Амарант зерновой	< 2,5			Кролик	< 2,5		
Аррорут, маранта	< 2,5			Курица	4,3		
Батат	< 2,5			Лань	4,0		
Гречка	< 2,5			Олень	3,3		
Кароб	5,5			Перепёлка	< 2,5		
Каштан	11,9			Свинина	7,4		
Киноа	< 2,5			Страусиное мясо	6,0		
Кукуруза	6,6			Телятина	4,3		
Люпин	10,6			Утка	4,2		
Маниок, кассава	2,9			Молочные продукты			
Овёс	12,8			Верблюжье молоко	7,6		
Пшено, просо	< 2,5			Кефир	30,9		
Рис	< 2,5			Кипяченое молоко ¹	34,2		
Тапиока	< 2,5			Кисломолоч. прод.	43,4		
Тефф	5,2			Кобылье молоко	< 2,5		
Топинамбур	< 2,5			Козье молоко и сыр	9,0		
Фонио	3,3			Коровье молоко	37,0		
Яйца				Овечье молоко и сыр			
Гусиные яйца	9,3			Рикотта	23,5		
Кур. яич. белок	14,2			Сыр халлуми	2,8		
Кур. яич. желток	4,1			Сычужный сыр	4,8		
Перепелиные яйца	19,9			¹ Исследуемое коровье молоко кипятили в течение 30 мин, охлаждали и снимали образовавшуюся кожицу.			

* Этот вид крупы обычно содержит глютен. Поскольку измеренное значение глютена превышает предел, зерно исключается из списка разрешенных продуктов питания. Его можно употреблять только в виде "сертифицированных безглютеновых" продуктов. По техническим причинам антитела IgG против глютена и других видоспецифических антигенов зерна должны измеряться отдельно.

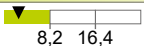
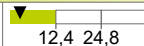
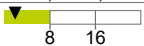
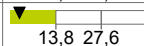
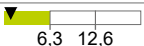
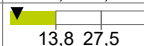
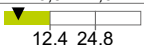
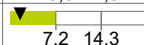
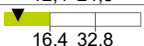
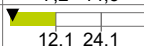
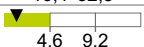
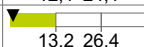
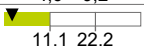
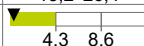
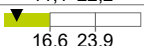
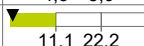
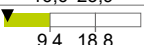
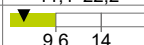
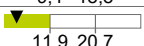
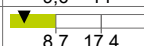
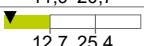
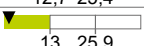
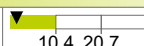
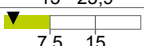
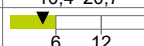
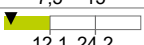
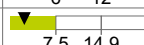
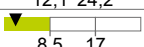
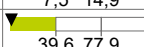
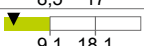
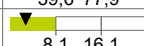
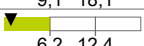
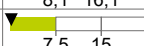

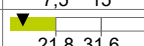
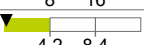
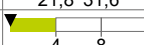
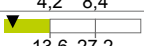
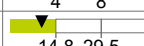
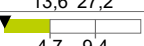
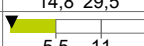
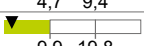
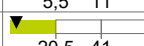
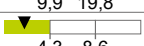
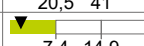
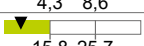
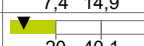
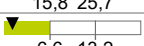
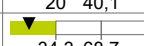
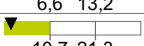
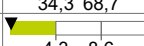
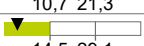
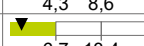
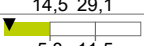
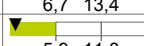
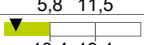
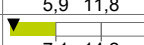
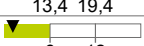
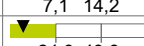
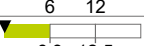
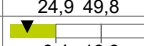
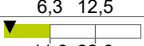
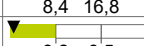
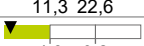
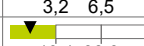
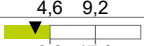
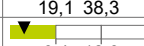
Список 1 - Ваши лабораторные результаты

ИмуПро Полный

	µг/мл IgG	Оценка	Дополнительные		µг/мл IgG	Оценка	Дополнительные
Фрукты				Фрукты			
Абрикос	< 2,5	4,1 8		Слива мирабель	< 2,5	6,9 13,8	
Авокадо	< 2,5	4,1 8,2		Финик	< 2,5	3,6 7,2	
Айва	< 2,5	4,1 8,2		Чёрная смородина	< 2,5	8 16	
Ананас	19,1	31,9 50,7		Черника	< 2,5	4,9 9,9	
Апельсин	< 2,5	15,8 31,5		Яблоко	< 2,5	3,7 7,4	
Арбуз	< 2,5	19,9 39,8		Семена и орехи			
Банан	< 2,5	7,6 15,2		Арахис	< 2,5	23,4 34,3	
Виноград, изюм	< 2,5	8,5 17		Бразильский орех	< 2,5	15 29,4	
Вишня, черешня	< 2,5	16,1 22,7		Грецкий орех	< 2,5	7,9 15,8	
Гранат	5,3	25,4 50,8		Какао-бобы	5,8	10,4 20,8	
Грейпфрут	< 2,5	9 18,1		Кедровые орехи	< 2,5	5,8 11,6	
Груша	< 2,5	4,2 8,3		Кокос	< 2,5	4,8 9,5	
Гуайява, гуава	< 2,5	4,3 8,6		Кунжут	< 2,5	17,2 27,4	
Ежевика	< 2,5	6 12,1		Льняное семя	< 2,5	16,4 26,7	
Инжир	< 2,5	12,5 25		Мак	4,0	11,4 17,4	
Киви	11,2	18,9 26,7		Макадамия	2,6	13,3 21,2	
Клубника	3,0	7,9 15,8		Миндаль	< 2,5	27 51,9	
Клюква ягода	10,9	11,8 23,6		Орех кешью	< 2,5	23,4 46,1	
Красная смородина	3,5	9,1 18,3		Семена подсол.	< 2,5	25,5 42	
Крыжовник	< 2,5	3,9 7,8		Тыквенные семечки	< 2,5	11,2 20,5	
Лайм	13,6	18,1 24,8		Фисташки	5,8	19,3 32,5	
Лимон	3,3	5,6 11,1		Фундук	< 2,5	20,1 35,9	
Личи	< 2,5	7,5 15		Салаты			
Малина	12,0	14,8 29,7		Маш-салат	< 2,5	9,6 19,1	
Манго	< 2,5	3,9 7,8		Одуванчик	2,6	7,8 15,6	
Мандарин	< 2,5	13,7 21,2		Радичио	< 2,5	5,7 11,3	
Медовая дыня	5,7	12,9 25,7		Римский салат	< 2,5	5,1 10,3	
Нектарин	< 2,5	4 8,2		Рукола	< 2,5	4,1 8,2	
Облепиха	2,6	7,6 15,1		Салат айсберг	< 2,5	4,6 9,2	
Опунция	< 2,5	7 13,9		Салат латук	< 2,5	5,6 11,2	
Папайя	< 2,5	4,7 9,3		Салат Лолло Россо	< 2,5	3,4 6,8	
Персик	< 2,5	5,4 10,8		Цикорий	< 2,5	6,6 13,3	
Ревень	< 2,5	13,4 26,9		Эндивий	< 2,5	7,4 14,9	
Слива	3,9	6 11,9					

Список 1 - Ваши лабораторные результаты

ИмуПро Полный

	µг/мл IgG	Оценка	Дополнительные		µг/мл IgG	Оценка	Дополнительные
Овощи				Овощи			
Артишок	2,5			Спаржа	2,6		
Баклажан	< 2,5			Тыква	2,7		
Бел. капуста	< 2,5			Фасоль	< 2,5		
Бобы мунго	3,7			Фенхель	< 2,5		
Брокколи	4,8			Хабанеро	< 2,5		
Брюква	< 2,5			Халапеньо	< 2,5		
Брюсс. капуста	< 2,5			Цветная капуста	< 2,5		
Горох нут	4,4			Цукини	< 2,5		
Джугт	< 2,5			Чечевица	2,8		
Зел. струч. фасоль	3,1			Шпинат	2,6		
Зелёный горох	< 2,5			Специи			
Картофель	< 2,5			Анис	< 2,5		
Китайская капуста	< 2,5			Бasilik	4,2		
Кольраби	< 2,5			Белый перец	< 2,5		
Крас. капуста	< 2,5			Ваниль	< 2,5		
Крас. струч. перец	< 2,5			Гвоздика	2,7		
Листовая капуста	< 2,5			Горчица	< 2,5		
Лук-порей	< 2,5			Имбирь	5,9		
Мангольд	< 2,5			Каперсы	< 2,5		
Морковь	< 2,5			Кардамон	10,1		
Огурец	< 2,5			Кервель	< 2,5		
Окра, бамия	< 2,5			Кориандр	2,6		
Оливки	< 2,5			Корица	< 2,5		
Паприка	5,6			Крас. перец	5,8		
Пастернак	< 2,5			Кресс-салат	14,0		
Помидор	< 2,5			Лаванда	< 2,5		
Проростки бамбука	4,0			Лавровый лист	< 2,5		
Редис	< 2,5			Лук-резанец	< 2,5		
Репчатый лук	3,3			Любисток	< 2,5		
Савойская капуста	< 2,5			Люцерна	6,9		
Свёкла	< 2,5			Майоран	3,1		
Сельдерей корневой	< 2,5			Мелисса лекарств.	< 2,5		
Сельдерей листовой	< 2,5			Можжевельник	8,2		
Соя	5,8			Мускатный орех	< 2,5		

Список 1 - Ваши лабораторные результаты

ИмуПро Полный

	µг/мл IgG	Оценка	Дополнительные		µг/мл IgG	Оценка	Дополнительные
Специи				Рыба			
Орегано	< 2,5			Палтус	< 2,5		
Петрушка	< 2,5			Пангасиус	35,8		
Римский тмин	< 2,5			Патагонский клыкач	8,3		
Розмарин	< 2,5			Пикша	9,4		
Стручковый перец	5,8			Рыба-меч	< 2,5		
Тимьян	< 2,5			Сайра (белая рыба)	4,6		
Тмин	< 2,5			Сардины	< 2,5		
Укроп	< 2,5			Сельдь	< 2,5		
Хрен	< 2,5			Судак	26,7		
Чабёр	4,7			Треска	13,7		
Черемша	< 2,5			Тунец	3,7		
Чёрный перец	11,5			Угорь	3,7		
Чеснок	< 2,5			Устрицы	< 2,5		
Шалфей	4,4			Форель	4,5		
Шафран	< 2,5			Хамса	2,5		
Рыба				Кофе, чай, напитки			
Акула	< 2,5			Зелёный чай	< 2,5		
Дорада	< 2,5			Кофе	24,3		
Кальмар	< 2,5			Крапива жгучая	7,3		
Камбала	4,2			Мята перечная	< 2,5		
Карп	7,7			Ромашка	3,1		
Красный лuccio	16,9			Танин	< 2,5		
Креветки	< 2,5			Чай ройбуш	6,6		
Лангуст	< 2,5			Чёрный чай	< 2,5		
Лобстер	< 2,5			Шиповник	< 2,5		
Лосось	< 2,5			Дрожжи			
Макрель	3,7			Дрожжи	6,4		
Мидии	< 2,5			Грибы			
Морские гребешки	< 2,5			Белые грибы	4,9		
Морской волк, сибас	6,0			Грибы вешенки	32,0		
Морской окунь	15,0			Грибы шиитаке	6,7		
Морской черт	8,0			Лисички	13,1		
Морской язык	8,1			Польский гриб	7,4		
Осьминог	< 2,5			Шампиньоны	7,1		

Список 1 - Ваши лабораторные результаты

ИмуПро Полный

	µг/мл IgG	Оценка	Дополнительные		µг/мл IgG	Оценка	Дополнительные
Водоросли				Пищевые добавки			
Нори	12,8	33,6 61,8		Агар	11,3	26,5 36,9	
Спирулина	6,0	29,4 43,3		Алоэ Вера	3,3	6,5 13	
Продукты из сахара				Бензойная кислота			
Кленовый сироп	30,3	32 63,9		Виноградные листья	< 2,5	8,5 17	
Мёд	5,4	15 30		Виноградные листья	< 2,5	5,1 10,1	
Сироп агавы	12,5	44,1 61,2		Гуаровая мука	47,8	17,7 28,8	
Тростниковый сахар	< 2,5	7,9 15,8		Карраген	< 2,5	7 13,9	
				Ксантановая камедь	< 2,5	8,6 17,2	
				Куркумин	< 2,5	7,7 15,5	
				Пектин	< 2,5	5,1 10,2	
				Плесневый гриб	8,2	20,1 40,2	
				Сорбиновая кислота	< 2,5	10,8 21,6	
				Трагант	< 2,5	6,2 12,4	
				Цукаты	2,8	5,5 11	

Список 2 - разрешенные и запрещенные продукты

Допускается в 4-дневном цикле чередования					
Абрикос	Гречка	Крас. капуста	Маш-салат	Ревень	Трагант
Авокадо	Грибы шиитакэ	Крас. перец	Мёд	Редис	Тростниковый сахар
Агар	Груша	Крас. струч. перец	Медовая дыня	Репчатый лук	Тунец
Айва	Гуайява, гуава	Красная смородина	Мелисса лекарств.	Римский салат	Тыква
Акула	Гусиные яйца	Креветки	Мидии	Римский тмин	Тыквенные семечки
Алоэ Вера	Джунт	Кресс-салат	Миндаль	Рис	Угорь
Амарант зерновой	Дикий кабан	Кролик	Можжевельник	Розмарин	Укроп
Ананас	Дорада	Крыжовник	Морковь	Ромашка	Устрицы
Анис	Дрожжи	Ксантановая камедь	Морские гребешки	Рукола	Утка
Апельсин	Ежевика	Кукуруза	Морской волк, сибас	Рыба-меч	Фасоль
Арахис	Зел. струч. фасоль	Кунжут	Морской черт	Савойская капуста	Фенхель
Арбуз	Зелёный горох	Кур. яич. желток	Мускатный орех	Сайра (белая рыба)	Финик
Аррорут, маранта	Зелёный чай	Курица	Мята перечная	Салат айсберг	Фисташки
Артишок	Имбирь	Куркумин	Нектарин	Салат латук	Фонио
Базилик	Индейка	Лаванда	Нори	Салат Лолло Россо	Форель
Баклажан	Инжир	Лавровый лист	Облепиха	Сардины	Фундук
Банан	Какао-бобы	Лайм	Овёс	Свёкла	Хабанеро
Баранина	Кальмар	Лангуст	Овечьё молоко и сыр	Свинина	Халапеньо
Батат	Камбала	Лань	Огурец	Сельдерей корневой	Хамса
Бел. капуста	Каперсы	Лимон	Одуванчик	Сельдерей листовой	Хрен
Белые грибы	Кардамон	Лисички	Окра, бамия	Сельдь	Цветная капуста
Белый перец	Кароб	Листовая капуста	Олень	Семена подсол.	Цикорий
Бензойная кислота	Карп	Личи	Оливки	Сироп агавы	Цукаты
Бобы мунго	Карраген	Лобстер	Опунция	Слива	Цуккини
Бразильский орех	Картофель	Лосось	Орегано	Слива мирабель	Чабёр
Брокколи	Кедровые орехи	Лук-порей	Орех кешью	Сорбиновая кислота	Чай ройбуш
Брюква	Кервель	Лук-резанец	Осьминог	Соя	Черемша
Брюсс. капуста	Киви	Льняное семя	Палтус	Спаржа	Чёрная смородина
Ваниль	Киноа	Любисток	Папайя	Спирулина	Черника
Верблюжье молоко	Китайская капуста	Люпин	Паприка	Страусиное мясо	Чёрный перец
Виноград, изюм	Кленовый сироп	Люцерна	Пастернак	Стручковый перец	Чёрный чай
Виноградные листья	Клубника	Майоран	Пектин	Сыр халлуми	Чеснок
Вишня, черешня	Клюкva ягода	Мак	Перепёлка	Сычужный сыр	Чечевица
Гвоздика	Кобылье молоко	Макадамия	Персик	Танин	Шалфей
Говядина	Козье молоко и сыр	Макрель	Петрушка	Тапиока	Шампиньоны
Горох нут	Кокос	Малина	Польский гриб	Телятина	Шафран
Горчица	Кольраби	Манго	Помидор	Тефф	Шиповник
Гранат	Кориандр	Мангольд	Проростки бамбука	Тимьян	Шпинат
Грейпфрут	Корица	Мандарин	Пшено, просо	Тмин	Эндивий
Грецкий орех	Крапива жгучая	Маниок, кассава	Радичио	Топинамбур	Яблоко

Сила реакции на продукты 1: их следует избегать в течение как минимум 5 недель					
Глютен	Камут	Кисломолоч. прод.	Морской окунь	Перепелиные яйца	Рожь
Грибы вешенки	Каштан	Козлятина	Морской язык	Пикша	Спельта
Гусь	Кефир	Коровье молоко	Пангасиус	Пшеница	Треска
Заяц	Кипяченое молоко	Кур. яич. белок	Патагонский клыкач	Рикотта	Ячмень

Сила реакции на продукты 2: их следует избегать в течение как минимум 5 недель					
Гуаровая мука	Кофе	Красный луциан	Судак		

Продукты, которые были дополнительно исключены из вашего плана питания					
Нет продуктов питания в этой категории					

Список 3 - Схема вращения

Совет: Постройте свою индивидуальную схему ротации

Приведенный здесь график ротации является примером того, как его можно составить. Вы также можете сами распределить разрешенные продукты так, чтобы, например, продукты, необходимые для приготовления ваших любимых блюд, попадали в один и тот же день в графике ротации. В принципе, важно, чтобы каждый продукт появлялся только один раз в течение 4-дневного плана ротации.

	День 1	День 2	День 3	День 4
Злаки				
	Амарант зерновой	Аррорут, маранта	Батат	Гречка
	Кароб	Киноа	Кукуруза	Люпин
	Маниок, кассава	Овёс	Пшено, просо	Рис
	Тапиока	Тефф	Топинамбур	Фонио
Яйца				
	Гусиные яйца			
Мясо				
	Баранина	Говядина	Дикий кабан	Индейка
	Кролик	Курица	Лань	Олень
	Перепёлка	Свинина	Страусиное мясо	Телятина
	Утка			
Молочные продукты				
		Верблюжье молоко		Кобылье молоко
		Козье молоко и сыр		Овечье молоко и сыр
		Сыр халлуми		Сычужный сыр
Фрукты				
	Абрикос	Авокадо	Айва	Ананас
	Апельсин	Арбуз	Банан	Виноград, изюм
	Вишня, черешня	Гранат	Грейпфрут	Груша
	Гуайява, гуава	Ежевика	Инжир	Киви
	Клубника	Клюква ягода	Красная смородина	Крыжовник
	Лайм	Лимон	Личи	Малина
	Манго	Мандарин	Медовая дыня	Нектарин
	Облепиха	Опунция	Папайя	Персик
	Ревень	Слива	Слива мирабель	Финик
	Чёрная смородина	Черника	Яблоко	
Семена и орехи				
	Арахис	Бразильский орех	Грецкий орех	Какао-бобы
	Кедровые орехи	Кокос	Кунжут	Льняное семя
	Мак	Макадамия	Миндаль	Орех кешью
	Семена подсол.	Тыквенные семечки	Фисташки	Фундук
Салаты				
	Маш-салат	Одуванчик	Радичио	Римский салат
	Рукола	Салат айсберг	Салат латук	Салат Лолло Россо
	Цикорий	Эндивий		

Список 3 - Схема вращения

	День 1	День 2	День 3	День 4
Овощи				
	Артишок	Баклажан	Бел. капуста	Бобы мунго
	Брокколи	Брюква	Брюсс. капуста	Горох нут
	Джут	Зел. струч. фасоль	Зелёный горох	Картофель
	Китайская капуста	Кольраби	Крас. капуста	Крас. струч. перец
	Листовая капуста	Лук-порей	Мангольд	Морковь
	Огурец	Окра, бамя	Оливки	Паприка
	Пастернак	Помидор	Проростки бамбука	Редис
	Репчатый лук	Савойская капуста	Свёкла	Сельдерей корневой
	Сельдерей листовой	Соя	Спаржа	Тыква
	Фасоль	Фенхель	Хабанеро	Халапеньо
	Цветная капуста	Цуккини	Чечевица	Шпинат
Специи				
	Анис	Базилик	Белый перец	Ваниль
	Гвоздика	Горчица	Имбирь	Каперсы
	Кардамон	Кервель	Кориандр	Корица
	Крас. перец	Кресс-салат	Лаванда	Лавровый лист
	Лук-резанец	Любисток	Люцерна	Майоран
	Мелисса лекарств.	Можжевельник	Мускатный орех	Орегано
	Петрушка	Римский тмин	Розмарин	Стручковый перец
	Тимьян	Тмин	Укроп	Хрен
	Чабёр	Черемша	Чёрный перец	Чеснок
	Шалфей	Шафран		
Рыба				
	Акула	Дорада	Кальмар	Камбала
	Карп	Креветки	Лангуст	Лобстер
	Лосось	Макрель	Мидии	Морские гребешки
	Морской волк, сибас	Морской черт	Осьминог	Палтус
	Рыба-меч	Сайра (белая рыба)	Сардины	Сельдь
	Тунец	Угорь	Устрицы	Форель
	Хамса			
Кофе, чай, напитки				
	Зелёный чай	Крапива жгучая	Мята перечная	Ромашка
	Танин	Чай ройбуш	Чёрный чай	Шиповник
Дрожжи				
	Дрожжи			
Грибы				
	Белые грибы	Грибы шиитаке	Лисички	Польский гриб
	Шампиньоны			
Водоросли				
	Нори	Спирулина		
Продукты из сахара				
	Кленовый сироп	Мёд	Сироп агавы	Тростниковый сахар

Общие рекомендации

Ваши результаты : Результаты теста показывают, что у вас высокие титры IgG-антител к продуктам. Однообразное питание, вместе с повышенной проницаемостью кишечника, считается причиной для IgG пищевой аллергии (Тип III). Количество IgG-положительных продуктов означает, что проницаемость кишечника может быть увеличена и ваша иммунная система неблагоприятно реагирует на пищевые продукты, которые обычно она не должна признавать. Всякий раз, когда употребляются "проблемные продукты" концентрация IgG увеличивается и это ведет к воспалительным процессам. Это может ослабить ваш организм. Опыт показывает, что простое исключение положительно протестированных продуктов не достаточно и требуются диетические модификации в соответствии с принципом ротации.

Количество IgG положительных продуктов укажет, страдаете ли вы от кишечной проницаемости (неплотности). Кроме того может быть нарушение кишечной флоры и снижение кишечного барьера. С помощью специального анализа кала можно проанализировать состав флоры кишечника и функциональность кишечного барьера.

Диагностика кишечной микрофлоры на дисбактериоз: IgG-опосредованная пищевая аллергия обычно начинается или усугубляется с нарушением проницаемости кишечника. Поэтому, диагностика кишечника с последующим восстановлением кишечной флоры (чистки толстой кишки) имеет важное значение. Это может быть полезно для состава кишечной микрофлоры и функциональности кишечного барьера, проверить все можно с помощью специализированного анализа кала. Пожалуйста, обратитесь к врачу или терапевту.

Глютен: Повышенный уровень IgG к глютену обнаружен.

Повышенный уровень IgG антител к глютену может свидетельствовать о тяжелой аутоиммунной болезни "Целиакия". Должно быть исключено, что реакция на глютен связана с целиакией. Для того, чтобы быть уверенным в этой клинической картине, мы настоятельно рекомендуем сделать следующие тесты: Анти-глиадины IgG, анти-глиадины IgA, анти-трансглутаминазы IgG, анти-трансглутаминазы IgA, Анти-эндомизий.

Даже если целиакия была исключена, у вас все равно может быть Без Целиакии Глютен Непереносимость (БЦГН) и в таком случае вы должны исключить глютен из своего рациона.

Непереносимость к глютену приводит не только к воспалению кишечника, но и активно влияет на увеличение кишечной проницаемости, что ведет к нехватке полезных элементов таких как железо, витамин D и фолиевой кислоты, а также другие побочные реакции связанные с недугами всего организма.

Примечание по овсу: По своей природе овес не содержит глютена. Однако, поскольку овес обычно выращивается рядом с другими зерновыми культурами и перерабатывается на тех же предприятиях, загрязнение глютенем в целом нельзя исключить. Поскольку результат вашего анализа показал отсутствие реакции IgG на овес, но глютен имеет повышенное значение IgG, пожалуйста, позаботьтесь о том, чтобы употреблять только тот овес, на котором четко указано "без глютена". В настоящее время доступны продукты, которые гарантируют это свойство.

Грибы рода Кандида: Повышенный уровень антител IgG против *Candida albicans* может указывать на наличие в прошлом или настоящем кандидозной инфекции (кандидоза).

Поэтому, пожалуйста, обсудите с терапевтом, рекомендуется ли вам дальнейшая диагностика *Candida*. Если дальнейшие анализы подтвердят наличие острого кандидоза, то в консультации с терапевтом следует рассмотреть меры по снижению колонизации *Candida*.

Общие рекомендации

Другие причины: Помимо замедленного типа IgG пищевой аллергии, в организме могут быть неиммунные сопутствующие расстройства пищеварения или неправильный обмен питательных веществ, и на это может быть множество причин. Вы должны обсудить это с вашим лечащим врачом или медицинским работником. Возможные причины включают в себя снижение расщепления углеводов (например, лактозы, фруктозы) из-за ферментативной недостаточности или неадекватной активности поджелудочной железы и, таким образом, недостаточной секреции пищеварительных ферментов.

Кроме того кишечные микозы и паразитоз, или нарушенная микрофлора кишечника могут быть причиной. Если изменения питания в соответствии с ИмуПро не дают улучшения ситуации, вы должны предпринять следующие диагностические шаги.