

## اختبار التعصب الغذائي (الحساسية الغذائية)

اختبار الحساسية الغذائية يحدد الأجسام المضادة للفتنة IgG ضد العديد من الغذاء و الإضافات الغذائية . عادة يتم إجراء هذه الاختبارات فقط عندما لا تؤدي الاختبارات الطبية التقليدية وعلاجات المعتمدة عليها إلى أي تحسن مهم في الصحة، أو عندما لا تسفر التشخيصات الكلاسيكية عن نتائج واضحة.

وكثيراً ما يكون المرضى أنفسهم هم الذين إستعانوا بأساليب علاجية بديلة بالبحث عن أخصائيين يستخدمون طرق للبحث عن الاضطرابات المعوية كسبب لأعراض المرض. في هذه الحالات، تتمثل إحدى الطرق الممكنة باستخدام التاريخ المفصل للمريض لتحديد الاجسام المضادة ضد الأطعمة.

إن إنتاج الأجسام المضادة ضد المواد الغريبة (مثل الفيروسات والبكتيريا والأطعمة والمضافات الغذائية) هي عملية فسيولوجية طبيعية لا تؤدي بالضرورة إلى المرض. تتطور الحساسية الغذائية عندما يعاني المريض من اضطراب معوي (مزمن) ينتج عنه زيادة قدرة مرور المكونات الغذائية للدم (permeability). تدخل المكونات إلى مجرى الدم، وقد يتفاعل نظام المناعة عن طريق إنتاج الأجسام المضادة لـ IgG ضد المواد الغريبة. هذا يؤدي إلى تشكيل ما يسمى بالمجمعات المناعية (Immune Complexes)، والتي تسبب العديد من الأعراض عن طريق الإلتهاب. دائماً ما يتأخر ظهور الأعراض (عدة ساعات إلى أيام بعد استهلاك المواد الغذائية)، وغالباً ما يكون من الصعب جداً، حتى بالنسبة للمتخصصين، تكوين ارتباط مع صورة مرض معينة، . في كثير من الأحيان، يزيد إنتاج الأجسام المضادة من أعراض مرض الإلتهاب الموجود أو تصيح الأعراض معروفة لأول مرة. على سبيل المثال، تم وصف الارتباط بين الحساسية الغذائية والأمراض المعدية المعوية والتهاب المفاصل الروماتويدي والاضطرابات الجلدية. كما أن إنتاج الأجسام المضادة له تأثير مشدد على أعراض الصداع النصفي، أو ADHS أو التوحد (قوة وتكرار الهجمات). يمكن أن يؤثر أيضاً على الخصوبة والشيخوخة أو يسبب تغييرات كبيرة في الوزن.

سوف تتلقى نتائج الاختبار المذكورة بطريقتين مختلفتين.

- نتائج الاختبارات مدرجة حسب قوة جهاز المناعة
- نتائج الاختبارات المدرجة حسب فئة الغذاء (اقرأ أدناه)

### Food categories tested:

Gluten Containing Cereals	Gluten Free Cereals & Alternative Foods
Meat	Dairy & Egg
Fruits	Herbs & Spices
Nuts & Seeds	Vegetables
Legumes	Salads
Mushrooms	Fish & Seafood
Miscellaneous	

في النتائج ، هناك ٢١٦ نوعاً مختلفاً من الأطعمة، وهي جميعها قادرة على إحداث حساسية الطعام. يتم تحديد الأجسام المضادة لكل طعام على حدة، باستثناء الفطر، والتي يتم تجميعها في مزيجين بسبب وجود العديد من الأنواع المختلفة. يمكنك أن ترى إلى أي مدى يتفاعل جسمك مع كل طعام من خلال النظر إلى قوة ردة فعل الجهاز المناعي. يتم عرض ردود الفعل في ٥ فئات (من ٠ إلى ٤، من خلال الألوان). تشير نتائج الدورتين ٣ و ٤ إلى وجود تفاعل مناعي قوي جداً، يبين الصنف ٢ تفاعلاً معتدلاً، والفئة ٠ و ١ تشير إلى غياب أو وجود كميات صغيرة جداً من الأجسام المضادة.

Class	Concentration (U/ml)	Result
0	<= 7.50	No reaction
1	7.51 - 12.49	Weak reaction
2	12.50 - 19.99	Moderate reaction
3	20.00 - 49.99	Strong reaction
4	= 50.00	Very strong reaction

### يرجى الملاحظة:

النتائج التي يتم الحصول عليها من خلال اختبار EUROLINE FOOD لا تمثل تشخيصاً ويجب ألا تستخدم لإنشاء نظام غذائي معدل. لا يشير وجود الأجسام المضادة وحدها إلى المرض، ولكن يجب أن تكن مصحوبة بالأعراض. من فضلك لا تشخيص حالتك بنفسك. استشر أخصائياً مؤهلاً لاتخاذ قرارات بشأن التدابير اللازمة لتحسين صحتك. بشكل عام، في حالات أعراض المرض وردود الفعل المناعية للفئة ٤ (Class 4)، نوصي بإزالة الأطعمة التي تحفز تفاعل مناعي قوي من النظام الغذائي لمدة ٣ أشهر. للنتائج من الفئة ٣، ينبغي خفض أو استهلاك الطعام المعني على نظام غذائي بتناوب على مدة ٣ أشهر. مع نتائج الفئة ٢، من النادر حدوث حساسية الطعام. تظهر نتائج الفئة ٠ و ١ حالة فسيولوجية طبيعية.

يجب دائماً أن يتم تخطيط وإجراء تغيير في العادات الغذائية أو الإزالة التامة لطعام واحد أو أكثر بعناية من أجل ضمان استهلاك المكونات الغذائية الأساسية بكميات كافية. لذلك، في حالات النتائج الإيجابية، يرجى إستشارة خبير تغذية أو شخص مؤهل بالمثل.

كن على علم أن هذا الاختبار لا يحدد الأجسام المضادة للفئة IgE، والتي تزيد في الحساسية الكلاسيكية (حساسية الطعام). تظهر الحساسية مع أعراض فورية مثل وخز في الفم، وقشعريرة، وتورم في الشفتين والوجه واللسان والحلق أو في الحالات الشديدة صدمة الحساسية (Anaphylactic Shock)، مما يجعل التعرف على المرض أسهل. إذا كان لديك حساسية غذائية فمن المستحسن التوقف عن أكل الأطعمة التي تسبب ردود فعل إيجابية من النظام الغذائي الخاص بك بشكل دائم. وينطبق الشيء نفسه إذا كان لديك مرض الاضطرابات الهضمية أو على سبيل المثال حساسية اللاكتوز.

نأمل أن تكون حياتك قريباً خالية من الشكاوى الصحية!