

## OLETKO HERKKÄ RUOKA-AINEILLE?

Allergo-Screen on seerumista mitattava allergia-testi jolla tutkitaan ruoka-aineherkyyksiä joihin on IgG/IgG4 vaste. IgG reaktio on viivästynyt eli oireiden ilmaantuminen saattaa kestää tunneista päiviin, siksi syy-seuraussuhteen ymmärtäminen on haastavaa. Testi EI MITTAA välittömiä allergiareaktioita.

**Vastausversiot: suomi, ruotsi tai englanti.**

Korkeat IgG vasta-ainepitoisuudet osoittavat tilannetta jossa elimistö alkaa puolustautua ruoka-aineita vastaan etenkin tilanteissa joissa suoliston pinta on vaurioitunut ja läpäisee epänormaalien paljon ruoka-aineita (ns. vuotava suoli). Tutkimuksen mukaan pahimpien altistusten poistaminen ruokavaliosta helpottaa oireita suurimmalla osalla tutkituista.

Suosittellemme asiantuntevan ravintoterapeutin tai -valmentajan apua ruokavaliion koostamisessa sekä mahdollisten suoliston ongelmien korjaamisessa.

# Uudistunut AllergoScreen® (435€)

## Gluteeni ja gluteenia sisältävät viljat

emmer, gluteeni, kamut, ohra, ruis, speltti, vehnä, yksijyvävehnä

## Gluteenittomat viljat ja pseudoviljat

amarantti, hirssi, kaura, kvinoa, lupiini, maissi, riisi, tattari, Teff

## Maitotuotteet

hapanmaitotuotteet, heraproteiini, hevosenmaito, juoksete, kaseiini, lampanmaito / juusto, lehmänmaito, vuohenmaito / juusto

## Kananmuna

kananmuna, munankeltuainen, munanvalkuainen

## Liha

ankka, hanhi, hirvi, hirvi, kalkkuna, kana, kani, lammas, naudanliha, sianliha, vasikka, villisika

## Kalat ja äyriäiset

anjovis, haimonni, hauki, hummeri, kampasimpukka, kampela, karppi, katkaravut, kuha, kultaotsa-ahven, lohi, makrilli, meriantura, meribassi, merikrotti, miekkakala, mustekala, osteri, punakampela, punanapsija, punasimppu, rapu, ruijanpallas, sardiini, seiti, silli, sinisimpukka, taimen, tonnikala, turska

## Hedelmät ja marjat

ananas, appelsiini, aprikoosi, avokado, banaani, gojimarja, granaattio-mena, greippi, guava, hunajameloni, kaki, karhunvatukka, karviaismarja, katajanmarja, kiivi, kirsikka, kvitteni, lime, litsi, luumu, mandariini, mango, mansikka, mirabelle, mustikka, nektariini, omena, papaija, passiohedelmä, persikka, physalis, puolukka, päärynä, ruusunmarja, selja, sitruuna, taateli, tyrni, vadelma, vesimeloni, viikuna, viikunaopuntia, viinimarja, viinirypäle / rusina

## Pähkinät / siemenet

auringonkukansiemen, cashewpähkinä, chiasiemenet, hampunsiemen, hasselpähkinä, kastanja, kookospähkinä, kurpitsansiemen, maapähkinä, macadamiapähkinä, manteli, parapähkinä, pekaanipähkinä, pellavansiemen, pinjansiemen, pistaasipähkinä, psyllium, saksanpähkinä, seesami, unikonsiemen

## Vihannekset

artisokka, bambunverso, bataatti, endiivi, fenkoli, herkkusieni, herne, jäävuorisalaatti, kanttarelli, kapris, keltainen tattii, kesäkurpitsa, kiinankaali, kikherne, kukkakaali, kurkku, kurpitsa, kyssäkaali, lehtikaali, linssi, mangoldi, maniokki, munakoiso, mungpapu, mustajuuri, nauris, okra, oliivi, osterivino-kas, palsternakka, paprika, papu, parsaa, parsakaali, peruna, pimentopaprika, pinaatti, porkkana, punajuuri, punakaali, purjo, raparperi, retiisi, retikka, romanasalaatti, ruusukaali, salaatti, salaattisikuri, savoiijinkaali, selleri, siitakesieni, sikuri, sinappikaali, sinimailanen, sipuli, soijapapu, tomaatti, valkokaali, viiniköynnöksen lehdet, vuonankaali

## Yrtit / Mausteet

anis, basilika, cayennepippuri, chilijauhe, inkivääri, kaneli, kardemumma, karhunlaukka, kirveli, korianteri, kumina, kumina, kurkuma, kynteli, laakerinlehti, laventeli, lipstikka, meirami, muskottipähkinä, neilikka, nokkonen, oregano, paprika (mauste), persilja, piparjuuri, pippuri, rakuuna, rosmariini, ruohosipuli, sahraimi, salvia, sinapinsiemen, sitruunamelissa, tilli, timjami, valkosipuli, vanilja, vihanneskrassi

## Juomat

humala, kaakaopapu, kahvi, kamomilla, mallas, matetee, musta tee, pipar-minttu, rooibos, tanniini, vihreä tee

## Makeutus

agavesiirappi, hunaja, vaahterasiirappi

## Sakeutusaineet

agar-agar, guarukumi, johanneksenleipäpuujauhe, karrageeni, ksantaanikumi, liivate, pektiini, traganttijauhe

## Muut

aloe vera, hiiva (olut- / leivontahiiva), nori punalevä, sorbiinihappo (E200), spirulina













\*yksittäisiä muutoksia ruoka-ainelistaan voi tulla

## Näytteenotto ja vastaus

Testi otetaan verestä (2 putkea seerumia).

Näytteenotto on mahdollista Helsingissä Lääkärikeskus Astriksessa (näytteenoton ajanvaraus netissä) myös ilman lääkärin lähetettä.

Tilaamalla näytteenottopaketin voi näytteen ottaa missä tahansa laboratoriossa joka ottaa verinäytteitä, varmista asia ko. laboratorion kuitin ajanvarauksen yhteydessä.

vehnä	71,10 µg/ml	3		< 10,0 µg/ml
yksijyvävehnä	32,70 µg/ml	2		< 10,0 µg/ml
<b>GLUTEENITTOMAT VILJAT JA PSEUDOVILJAT</b>				
amarantti	3,40 µg/ml	0		< 10,0 µg/ml
hirssi	5,60 µg/ml	0		< 10,0 µg/ml
kvinoa	6,60 µg/ml	0		< 10,0 µg/ml
lupiini	16,90 µg/ml	1		< 10,0 µg/ml
maissi	8,00 µg/ml	0		< 10,0 µg/ml
riisi	5,30 µg/ml	0		< 10,0 µg/ml
tattari	10,40 µg/ml	1		< 10,0 µg/ml
Teff	10,90 µg/ml	1		< 10,0 µg/ml
<b>MAITOTUOTTEET</b>				
hapanmaitotuotteet	61,40 µg/ml	3		< 10,0 µg/ml
heraproteiini	59,50 µg/ml	3		< 10,0 µg/ml

Testin vastaus on saatavilla suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi ja se on helposti tulkittava värillisten kaavakuvien avulla. Testi sisältää myös lyhyen tulkintaohjeen.

Lisätietoja lähialueellasi antaa:



Lääkärikeskus Astriksen erityisosaamisalueena ovat monisyiset krooniset ongelmat sekä ravintoon liittyvät asiat osana kokonaishyvinvointia joita hoidetaan moniammatillisesti. Toimimme yhteistyössä useiden kansainvälisten laboratorioiden kanssa, teemme tutkimusprojekteja yliopiston kanssa ja järjestämme koulutusta lääkäreille ja terapeuteille sekä kotimaassa että Euroopassa.