

НЕТОЛЕРАНЦИЈА НА ХРАНА – ПРЕВОД, ЧИТАЊЕ РЕЗУЛТАТ и ФАКТИ



ПЗУ ПАВЛИНА дијагностичка

Лабораторија

Ул. Огњен Прица 39 тел: 02/2771-112

Содржина

1. Вовед.....	2
2. Нетолеранција на храна.....	3
3. Често поставувани прашања и одговори.....	4
4. Глутен.....	5
5. Храни што содржат Глутен.....	5
6. Интерпретација, читање на Резултати.....	5
7. Превод на продуктите од Англиски на Македонски на пакет 96.....	6
8. Превод на продуктите од Англиски на Македонски на пакет 20.....	8

ВОВЕД

Имунологијата е биомедицинска наука која се занимава со изучување на физиолошките процеси на имуниот систем како кај здрави така и кај болни луѓе. Болести во имунолошкиот систем се Автоимуни заболувања, Преосетливост, Недостаток на имунитет и отфрлање на органи при трансплантација. Постојат два вида на Имунитет Вроден и Стекнат ова претставува прва поделба но исто така се дели на клеточен и хуморален имунитет.

Покрај бројните органи, ткива, клетки и молекули ќе се задржиме кај една фамилија на протеини имуноглобулини или наречени антитела. Тие се произведуваат во лимфоцитите кој се дел од имунолошката меморија или припаѓаат на стекнатиот и хуморален имунитет. Нивната улога е да ги идентификуваат или неутрализираат многу патогени како што се бактериите и вирусите. Покрај другото Најголема Примена прават во испитувањата преку крв. За многу болести анализите поврзани со нив претставуваат златен стандард, Поготово испитувањето на Инфективни болести, Автоимуни заболувања, Реакции на сензитивност на храна и Алергии. Кога станува збор за реакции поврзани со храна треба да се обрати внимание на три вида антитела тоа се ИгА, ИгГ и ИгЕ. ИгА има два поттипа тоа е димер неговото значење сеуште не е докажано до крај меѓутоа има големи очекувања, поготово е значаен вториот тип ИгА2 кој уште е наречен секреторен ИгА поради тоа што само ова антитело се лачи во слузокожата. Така да меѓу лигавицата, мајчиното млеко, е присутен и во цревата. Некои студии покажаа дека ИгА2 дефицит е поврзан со Глутен сензитивност како и специфичните антитела за трансглутаминаза од типот ИгА се клучен фактор за поставување на дијагноза на Целијакија (Нетолеранција на глутен). Имуноглобулинот Е или ИгЕ е поврзан со Атопија или Алергија исто така луѓето со астма имаат зголемено ниво на ИгЕ во крвта. За разлика од ИгГ, ИгА и ИгМ ова антитело има функција да спречува и уништува глисти и големи паразити, Но позначајно е што предизвикува преосетливост од тип I (алергија). Механизмот е следен: кога некој антиген од храна ќе влезе б лимфоцитите ослободуваат ИгЕ додека пак тие се закачуваат на масните клетки најчесто во белите дробови кој што ослободуваат гранули на хистамин. Во поново време е докажано дека постојат и други пореметувања на преосетливост покрај алергијата како сензитивност и нетолеранција на храна. Нетолеранцијата на храна е многу почеста од алергиите и потешко се докажува. Меѓутоа кај сите овие реакции на преосетливост најзначајни се неколку антигени или материи кој предизвикуваат проблеми, а тоа се Хистаминот, Глутен, Лактоза и Фруктоза. Имуноглобулинот ИгГ е најзастапен во целиот организам има 4 типа ИгГ1, ИгГ2, ИгГ3 и ИгГ4. Тие имаат бројни функции може да се каже дека нај неактивен од нив е ИгГ4. Меѓутоа неговото активирање не значи секогаш дека е позитивно. Прекумерната активност на антителата може да предизвикаат и самоуништување на организмот, со многу сличен модел како автоимуните заболувања. Сите пореметувања како Алергии, Авотимуни заболувања и Нетолеранции спаѓаат во

групата на преосетливост. Во табелата се прикажани разликите помеѓу алергија и нетолеранција.

	Алергија	Нетолеранција на храна
Реакција	Брза	Одложена
Антитело	ИгЕ	ИгГ
Вид	Вродена	Вродена и стекната

Нетолеранција на храна

Нетолеранција на храна или неалергиска сензитивност на храна е закаснета реакција на продукти, пијалоци или адитиви на храна која предизвикува преосетливост на еден или повеќе органи или системи. За разлика од алергиите е многу почеста и многу потешко се дијагностицира.

При подолга изложеност на одредена храна први се покачуваат имуноглобулините од подкласа ИгГ4 кој што во многу примери и случаи може да бидат штетни за самиот организам. Постојат два вида на нетолеранција стекната или со зголемување на антитела и вродена или генетски мутации најчест пример фруктоза нетолеранција. Меѓутоа самиот начин на живот и одредени фактори како пушење, радијација, внес на штетни продукти може да предизвикаат одредени мутации на гени кој што ги кодираат гените од главниот ткивно совпадлив комплекс одговорен за стварањето на антитела во лимфоцитите.

За испитување на вродени нетолеранции се врши анализа на одредени антитела специфични ИгА, ИгГ на Трансглутаминаза, Глиадин, Глутен, Лактоза, Казеин, Alpha Lactoalbumin, Beta Lactoglobulin. За испитување на антителата створени со внесување на храна се испитуваат ИгГ4 специфични антитела за одредени видови на храна со помош на реакција ензимски имуноесеј и хибридно ловење.

Симптомите за алергии и нетолеранција на храна се идентични освен што нетолеранцијата на храна неможе да направи анафилактичен шок. Тоа се Подуеност во стомакот, синусит, Ринит, Дерматити, астма, херпес, афти, запек, диареја, повраќање, иритабилен колон и др.

Како вродената така и стекнатата нетолеранција може да помине едната со тек на време постојат поправања на ДНК фрагментот ова поготово важи кај млади индивидуи, а стекнатата со диети или повремено или трајно исфрлање на продуктите.

Во нашата лабораторија се испитуваа нетолеранција моментално само преку крв. Поради тоа што е докажано дека може да биде и само локална поготово во дигестивниот тракт работиме на можност за испитување преку плунка.

Испитуваме панели од 96 видови на храна на ИгГ4 специфични антитела

Поради тоа што треба да се испитуваат пациентите и понатаму кој покажале сензитивност на одредени видови на храна од 1 февруар 2016 година вметнавме уште еден помал панел од 20 видови на храна кој најчесто прават нетолеранција за да се прати нивното ниво во крв.

Често поставувани прашања и одговори

- **Како се прави нетолеранција и од што?**
Нетолеранција се изработува преку крв или поточно од крвта се двои серум или плазма, многу мало количество на крв е доволно или 20 микролитри. По земањето серумот може да се чува две недели на температура од 2 степени или да се замрзне за чување на подолги временски периоди.
- **Дали може да јадеме пред да ни земат крв?**
Да може моменталниот внес на храна не дава никаква промена на нивото на антителата потребен е сепак поголем временски период.
- **Дали се прави само еднаш во животот?**
Како што наведовме погоре нивото на антитела се менува поготово при одредување посебни диети така што најдобар начин за проверка дали диетата влијае и како би требало да се повтори.
- **Дали може да сме нетолерантни на пченица а да не сме нетолерантни на глутен?**
Да Пченицата има и други состојки како витамини, шеќери, протеини не е изградена од Глутен 100%.
- **Нетолерантни сме на глутен дали ова значи дека сме болни?**
И покрај тоа што нетолеранцијата на глутен е силно поврзана со целијакија немора да значи дека ја имате понекогаш може да се работи само за привремена преосетливост која треба итно да се избалансира со диета бидејќи може да предизвика одредени болести.

Глутен

Глутен претставува мешавина од протеини најчесто присутни во пченицата. Поврзан е со Целијакија болест које е денес многу занемарена. Претставува Имунолошки медиран интестинален процес. Може да се појави кај луѓе во сите возрасти. Од глутен сензитивност постои поточна анализа испитување на антитела на кожна трансглутаминаза меѓутоа сепак за попрецизна дијагностика се очекува да бидат секреторните ИгА антитела.

Храни што содржат Глутен

Пченица, рж, јачмен, Пиво, Шпагети, и разни адитиви како Дресинг за салата, Кечап, Мајонез, Сенф, Тортиљи, Торти, Колачиња, Сладолед, Обработено месо како пилешки прсти, поховани зденки, чипсови од компир и начо, кари, конзервирани зелечуци, Имитации на морски подови како стапчиња од јастог или шкампи, конзервирано пилешко, кари сос, помфрит, бази за супи (вештачка супа кеса или коцки), Карамела.

Доколку нема налепница за без глутен да не се користат и следните продукти
Ориз, Пченка, Житарки, Тапиока, Бомбони

Интерпретација, читање на Резултати

Резултатите се издават печатени или електронски изразени во бројки и бои
Односно три бои зелена каде што нема нетолеранција или тој продукт може слободно да се внесува, жолта Умерено внесување еднаш до два пати неделно на тој продукт и црвена што е можно избегнување или по можност без конзумирање цел месец. Препорачливо е да се провери состојбата после месец до два.

без ограничување	
2-3 пати неделно	
1 месец без тој продукт	

Превод на продуктите од Англиски на Македонски на пакет 96

Meat	месо
Allergen	
Pork	свинско
Rabbit	зајачко
Goose	месо од гуско
Lamb	јагнешко
Duck	патка
Turkey	мисирка
Chicken	пилешко
Beef	говедско

Fish & Seafood	риба и морска
Allergen	
Codfish	бакалар
Herring	харинга
Tuna	туна
Cod	бакалар
Mackerel	скуша
Squid	лигња
Carp	крап
Prawn	кинеска риба
Crab, Lobster, Prawn	рак, шкампи
Perch	морска риба
Sardine	сардина
Trout	пастрамка

Egg / Milk Products	млеко, јајце
Allergen	
Egg	јајце
Goat Milk	козјо млеко
Sheep Milk	овчо млеко
Cow Milk	кравјо млеко
Mare Milk	коњско млеко
Mozarella	моцарела
Edamer Cheese	ајдамер
Emmental Cheese	ементал
Gouda Cheese	гауда
Parmesan Cheese	пармезан
Yogurt	јогурт

Miscellaneous	разно
Allergen	
Olives	маслинки
Cocoa	какао
Coffee	кафе
Yeast	квасец
Honey	мед
Mushrooms	печурки
Black Tea	црн чај
Green Tea	зелен чај
Avocado	авокадо

Fruit	овошје
Allergen	
Apricot	кајсија
Cherry	цреша
Plum	слива
Raspberry	малина
Strawberry	јагода
Kiwi	киви
Lemon	лимун
Mandarin	мандарина
Mango	манго
Apple	јаболко
Peach	праска
Orange	портокал
Raisin	суво грозје
Pear	круша
Pineapple	ананас
Banana	банана
Grapefruit	грејфрут
Grape	грозје

Nuts / Seeds / Spices	апетисани, зачин
Allergen	
Almond	бадем
Hazelnut	лешник
Date	урма
Fennel	анасон
Laurel, Dill, Parsley	ловоров лист
Paprika, Chili, Peppers	буковец
Black, Green, White Pepper	бибер црн, бел
Walnut	орев
Sunflower Seeds	сончоглед

Vegetable	зеленчук
Allergen	
Garlic	лук
Celery	целер
Broccoli	брокула
Courgette	тиквичка
Pumpkin	тиква
Onion	кромид
Cabbage	зелка
Brussels Sprouts	проќељ
Cauliflower	карфиол
Spinach	спанаќ
Peas	грашак
Beans	грав
Lettuce	марула
Lentils	леќа
Potato	компир
Cucumber	краставица
Beetroot	цвекло
Soy	соја
Tomato	домат
Carrot	морков

Cereals / Bakery Products	житарици
Allergen	
Rice	ориз
Oat	овес
Barley	јачмен
Rye Flour	ржано брашно
Corn	пченка
Millet	просо
Wheat	пченица
Integral Wheat	интег. пченица
Wild Wheat	дива пченица

Превод на продуктите од Англиски на Македонски на пакет 20

Egg	Јајце
Cow's milk	Кравјо Млеко
Wheat	Пченица
Corn	Пченка
Rice	Ориз
Soy	Соја
Penaut	Кикирики
Susame	Сусам
Shrimp	Шкампи
Crab	Јастог
Cod	Бакалар
Pork	Свинско Месо
Tomato	Домат
Potato	Компир
Carrot	Морков
Orange	Портокал
Kiwi	Киви
Strawberry	Јагода
Banana	Банана
Apple	Јаболко