



## **Potravinové intolerance a jejich laboratorní vyšetřování u samoplátců**

### **Alergie na potraviny versus potravinová intolerance**

Klasická alergie, která se projeví při styku s určitou potravinou je charakteristická okamžitou a často silnou reakcí imunitního systému. Mezi příznaky potravinové alergie patří vyrážky, kýčání, podrážděná pokožka, otoky, rýma, únava, průjem a zvracení. Obvykle se tyto příznaky objeví v průběhu několika minut po konzumaci, případně styku s danou potravinou, i když se mohou opozdit i o několik hodin. Potravinová alergie se vyskytuje poměrně řídce – je diagnostikovaná u přibližně 2,5 % populace. Mezi nejčastější případy patří potravinové alergie na arašídy, ořechy (mandle a para ořechy), vejce, mléko, ryby a koryše. Při styku s původcem potravinové alergie tělo produkuje specifické protilátky (IgE) na „potlačení“ alergenů těchto potravin, a po zkonsumování daného jídla imunitní systém zareaguje uvolněním histaminu a dalších přirozeně se vyskytujících chemických látek v těle. Alergické reakce na potraviny se mohou značně lišit v závažnosti, přičemž některé z nich mohou být i smrtelné.

### **Potravinová intolerance**

Potravinová intolerance se projevují zcela jinak – reakce jsou opožděné a symptomy se mohou objevit až za několik dnů či 2–3 týdny. Je to v podstatě neobvyklá reakce těla na určité potraviny, která se může projevovat několika způsoby. Někteří lidé mohou například trpět nesnesitelnými bolestmi hlavy, zatímco jiní trpí nadýmáním, migrénou, častou únavou nebo mají kožní či respirační potíže. Pochopit, že potraviny jsou katalyzátorem konkrétních symptomů, není jednoduché, protože narozdíl od okamžitých příznaků potravinové alergie, příznaky potravinové intolerance se často objevují později a někdy není lehké si uvědomit spouštěcí mechanismus. Ve skutečnosti si mnozí lidé trpící potravinovou intolerancí, po stanovení diagnózy a po odstranění jejich problému týkajícího se potravin, uvědomují, že byli vystaveni mírným příznakům potravinové intolerance po celý svůj život.

Ačkoli potravinová intolerance není životu nebezpečná, její vliv by se neměl nikdy podceňovat. Postižené osoby mají ztíženou schopnost vést normální zdravý život. Výskyt potravinové intolerance je poměrně častý – odhaduje se, že jí trpí asi 45 % obyvatel. Mnoho lidí má zkušenost s více než jedním symptomem potravinové intolerance. Příznaky bývají často nejasné a základní příčina problému – potravina, není vždy správně diagnostikována.

### **Vyšetření potravinové intolerance**

Samotné vyšetření je pro pacienta velmi banální – stačí odběr krve ze žíly – pro vlastní test potřebujeme 5 mikrolitrů séra či plasmy. Vlastní test se provádí pomocí zařízení Genarrayt Microarray 200+ Food IgG. Sérum pacienta obsahující případné protilátky typu IgG proti jednotlivým potravinám je nanášeno na nitrocelulósovou membránu obsahující potravinové alergeny a případná vazba je ozřejmena další protilátkou obsahující molekuly křenuvé peroxidázy. V případě positivity dojde k navázání molekul protilátky na pacientskou protilátku a vizualice se provede barevnou chemickou reakcí. Nakonec se výsledek odskenuje a vyhodnotí pomocí sofistikovaného softwaru. Výstup je v barevné tištěné formě, kde jsou rozlišeny potraviny, které mohou případně způsobovat potíže. V současné době jsme schopni detekovat během jednoho vyšetření specifické IgG protilátky proti 221 potravinám.

Pokud test ukáže výsledky, které indikují zvýšenou úroveň protilátek na určitou potravinu, je vhodné vzdát se konkrétní potraviny nejméně na 3 měsíce. Následně, ale už i během období, lze očekávat postupný ústup symptomů (příznaků). Odstranění problémové potraviny z jídelníčku umožní přehodnotit životní styl a výběr jídel. Odborník na stravu nebo dietolog může pomoci přehodnotit stravovací plán a identifikovat skupiny potravin, které by mohly ze stravovacího hlediska chybět nebo by mohly být omezující.

**Vyšetření neprovádíme ze zdrojů veřejného zdrav. pojištění, ale pouze u samoplátců!**

#### **Pokyny pro zájemce o vyšetření:**

Žadatel o vyšetření (samoplátce) se dostaví do Thomayerovy nemocnice, pavilon D, přízemí vlevo, dveře D-24 Odbor zdravotního pojištění - Cizinecké oddělení, kde složí příslušnou částku (**cca 8300,- Kč**) a s potvrzením dojde na centrální odběrové místo v suterénu pavilonu A2. Není potřeba být zcela na lačno – je možné lehce posnídat.

**Odebranou krev si sám odnese na pavilon G2, kde s ním probereme přibližný termín výsledku, doplníme doklad o rodné číslo žadatele a v případě že žádá o zaslání výsledků i elektronickou poštou tak jeho e-mail adresu.**

Výsledek si ale může po domluvě také vyzvednout osobně v laboratoři (suterén pavilonu G2) nebo mu je zaslán klasickou poštou.

