

ČÍSLO PACIENTA:



JMÉNO PACIENTA:



DATUM NAROZENÍ:



ČÍSLO VZORKU:



ČÁROVÝ KÓD:



TESTOVÁNO DNE:



TESTOVANÉ ANTIGENY:



286

TESTOVACÍ METODA:



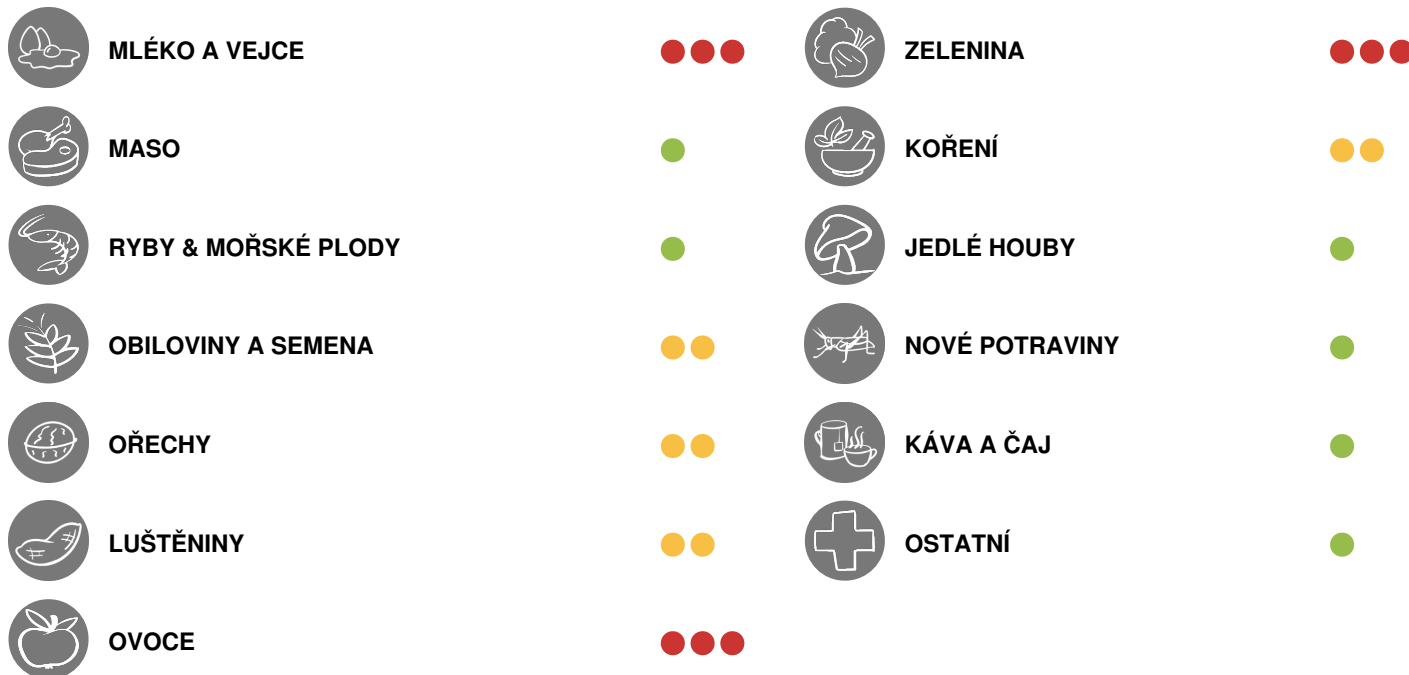
FOX

ODKAZUJÍCÍ LÉKAŘ:

DODATEČNÉ INFORMACE:

Poznámka: Vnitřní QC (kontrola kvality pro GD) byla v požadovaném rozmezí.

## Laboratorní zpráva: Přehled profilu IgG



### Nejvyšší naměřená koncentrace IgG

0 - 9,99 µg/ml



Nízká hladina IgG

10 - 19,99 µg/ml



Střední hladina IgG

≥ 20 µg/ml



Vysoká hladina IgG

## Mléko a vejce

Buvolí mléko	12,57 µg/ml	●●	Kravné mléko Bos d 8 *	15,00 µg/ml	●●
Camembert	12,04 µg/ml	●●	(Kasein)		
Cottage cheese	13,23 µg/ml	●●	Křepelčí vejce	15,15 µg/ml	●●
Ementál	16,08 µg/ml	●●	Mozzarella	13,99 µg/ml	●●
Gouda	10,61 µg/ml	●●	Ovčí mléko	9,97 µg/ml	●
Kozí mléko	9,14 µg/ml	●	Ovčí sýr	8,74 µg/ml	●
Kozí sýr	8,07 µg/ml	●	Parmezán	9,35 µg/ml	●
Kravné mléko	11,77 µg/ml	●●	Podmáslí	12,48 µg/ml	●●
Kravné mléko Bos d 4 * (Alfa-Laktalbumin)	17,86 µg/ml	●●	Vaječný bílek	24,35 µg/ml	●●●
Kravné mléko Bos d 5 * (Beta-Laktoglobulin)	15,54 µg/ml	●●	Vaječný žloutek	26,47 µg/ml	●●●
			Velbloudí mléko	≤ 5,00 µg/ml	●

## Maso

Hovězí maso	≤ 5,00 µg/ml	●	Králičí maso	≤ 5,00 µg/ml	●
Jehněčí maso	≤ 5,00 µg/ml	●	Krůtí maso	≤ 5,00 µg/ml	●
Jelení maso	≤ 5,00 µg/ml	●	Kuřecí maso	≤ 5,00 µg/ml	●
Kachní maso	≤ 5,00 µg/ml	●	Pštrosí maso	≤ 5,00 µg/ml	●
Kančí maso	≤ 5,00 µg/ml	●	Telecí maso	≤ 5,00 µg/ml	●
Koňské maso	≤ 5,00 µg/ml	●	Vepřové maso	≤ 5,00 µg/ml	●
Kozí maso	≤ 5,00 µg/ml	●	Zvěřina	≤ 5,00 µg/ml	●

## Ryby & Mořské plody






Abalone (mořské uši)	≤ 5,00 µg/ml	●	Pakambala	≤ 5,00 µg/ml	●
Ančovička evropská	≤ 5,00 µg/ml	●	Platýs evropský	≤ 5,00 µg/ml	●
Břítka	≤ 5,00 µg/ml	●	Pražma královská	≤ 5,00 µg/ml	●
Ďas	≤ 5,00 µg/ml	●	Pstruh	≤ 5,00 µg/ml	●
Hřebenatka	≤ 5,00 µg/ml	●	Rak říční	≤ 5,00 µg/ml	●
Humr	≤ 5,00 µg/ml	●	Rejnok ostnatý	≤ 5,00 µg/ml	●
Chobotnice	≤ 5,00 µg/ml	●	Sardinka evropská	≤ 5,00 µg/ml	●
Jazyk mořský	≤ 5,00 µg/ml	●	Sépie	≤ 5,00 µg/ml	●
Kapr	≤ 5,00 µg/ml	●	Slávka	≤ 5,00 µg/ml	●
Kaviár	≤ 5,00 µg/ml	●	Sled' atlantický	≤ 5,00 µg/ml	●
Koukol (srdcovkoviť)	≤ 5,00 µg/ml	●	Škeble venus	≤ 5,00 µg/ml	●
Krab	≤ 5,00 µg/ml	●	Štika severní	≤ 5,00 µg/ml	●

Kreveta severní	≤ 5,00 µg/ml		Štikozubec	≤ 5,00 µg/ml	
Krevety mix	≤ 5,00 µg/ml		Treska atlantická	≤ 5,00 µg/ml	
Losos	≤ 5,00 µg/ml		Treska jednoskvrnná	≤ 5,00 µg/ml	
Makrela	≤ 5,00 µg/ml		Tuňák	≤ 5,00 µg/ml	
Mečoun obecný	≤ 5,00 µg/ml		Úhoř	≤ 5,00 µg/ml	
Okouník atlantický	≤ 5,00 µg/ml		Ústřice	≤ 5,00 µg/ml	
Oliheň	≤ 5,00 µg/ml				


## Obiloviny a semena

Amarant	≤ 5,00 µg/ml		Piniový oříšek	≤ 5,00 µg/ml	
Durum pšenice	6,24 µg/ml		Pohanka	≤ 5,00 µg/ml	
Dýňové semínko	8,23 µg/ml		Proso	≤ 5,00 µg/ml	
Einkorn pšenice	16,29 µg/ml	 	Pšenice	14,11 µg/ml	 
Emmer pšenice	10,60 µg/ml	 	Pšenice špalda	7,16 µg/ml	
Ječmen	≤ 5,00 µg/ml		Pšenice španělská	11,88 µg/ml	 
Konopné semínko	≤ 5,00 µg/ml		Pšeničné otruby	9,47 µg/ml	
Kukuřice	≤ 5,00 µg/ml		Pšeničný gliadin Tri a Gliadin *	11,02 µg/ml	 
Lepek	15,93 µg/ml	 	Rýže	≤ 5,00 µg/ml	
Lněné semínko	≤ 5,00 µg/ml		Řepka	9,32 µg/ml	
Lupina semínko	≤ 5,00 µg/ml		Sezam	≤ 5,00 µg/ml	
Mák	≤ 5,00 µg/ml		Slad (ječmen)	10,28 µg/ml	 
Merlík	≤ 5,00 µg/ml		Slunečnicové semínko	≤ 5,00 µg/ml	
Mladá pšenice (tráva)	≤ 5,00 µg/ml		Žito	8,96 µg/ml	
Oves	≤ 5,00 µg/ml				

## Ořechy

Kešu	15,03 µg/ml	 	Para ořech	≤ 5,00 µg/ml	
Kokosové mléko	≤ 5,00 µg/ml		Pekanový ořech	5,94 µg/ml	
Kokosový ořech	≤ 5,00 µg/ml		Pistácie	9,29 µg/ml	
Kola ořech	≤ 5,00 µg/ml		Sladký kaštan	≤ 5,00 µg/ml	
Lískový ořech	13,13 µg/ml	 	Vlašský ořech	14,32 µg/ml	 
Makadamový ořech	≤ 5,00 µg/ml		Zemní mandle	≤ 5,00 µg/ml	
Mandle	11,10 µg/ml	 			

## Luštěniny

Arašíd	≤ 5,00 µg/ml		Hrách	≤ 5,00 µg/ml	
Bílé fazole	17,36 µg/ml	 	Mungo fazole	≤ 5,00 µg/ml	

Cizrna	≤ 5,00 µg/ml	●	Sója	≤ 5,00 µg/ml	●
Cukrový hrášek	≤ 5,00 µg/ml	●	Tamarind	≤ 5,00 µg/ml	●
Čočka	≤ 5,00 µg/ml	●	Zelené fazole	9,79 µg/ml	●

## Ovoce

Ananas	26,96 µg/ml	●●●	Liči	≤ 5,00 µg/ml	●
Angrešt	≤ 5,00 µg/ml	●	Limetka	≤ 5,00 µg/ml	●
Banán	≤ 5,00 µg/ml	●	Malina	≤ 5,00 µg/ml	●
Bezinka	≤ 5,00 µg/ml	●	Mandarinka	≤ 5,00 µg/ml	●
Borůvka	≤ 5,00 µg/ml	●	Mango	≤ 5,00 µg/ml	●
Broskev	≤ 5,00 µg/ml	●	Marakuja	≤ 5,00 µg/ml	●
Brusinka	≤ 5,00 µg/ml	●	Meloun cukrový	≤ 5,00 µg/ml	●
Citrón	≤ 5,00 µg/ml	●	Meruňka	≤ 5,00 µg/ml	●
Červený rybíz	≤ 5,00 µg/ml	●	Moruše	≤ 5,00 µg/ml	●
Datle	≤ 5,00 µg/ml	●	Nektarinka	≤ 5,00 µg/ml	●
Fík	12,18 µg/ml	●●	Ostružina	≤ 5,00 µg/ml	●
Granátové jablko	≤ 5,00 µg/ml	●	Papája	≤ 5,00 µg/ml	●
Grapefruit	≤ 5,00 µg/ml	●	Physalis	≤ 5,00 µg/ml	●
Hrozny	≤ 5,00 µg/ml	●	Pomeranč	≤ 5,00 µg/ml	●
Hruška	≤ 5,00 µg/ml	●	Rozinky	≤ 5,00 µg/ml	●
Jablko	≤ 5,00 µg/ml	●	Švestka	≤ 5,00 µg/ml	●
Jahoda	6,12 µg/ml	●	Třešně	≤ 5,00 µg/ml	●
Kiwi	11,68 µg/ml	●●	Vodní meloun	≤ 5,00 µg/ml	●

## Zelenina

Artyčok	≤ 5,00 µg/ml	●	Kiwano	≤ 5,00 µg/ml	●
Avokádo	≤ 5,00 µg/ml	●	Křen	≤ 5,00 µg/ml	●
Bambusové výhonky	≤ 5,00 µg/ml	●	Kvěkolice (Romanesco)	≤ 5,00 µg/ml	●
Bílé zelí	≤ 5,00 µg/ml	●	Květák	≤ 5,00 µg/ml	●
Bílý chřest	≤ 5,00 µg/ml	●	Lilek	≤ 5,00 µg/ml	●
Brambory	7,58 µg/ml	●	Listy kopřivy	≤ 5,00 µg/ml	●
Brokolice	≤ 5,00 µg/ml	●	Mangold	≤ 5,00 µg/ml	●
Brukev čínská	≤ 5,00 µg/ml	●	Mrkev	≤ 5,00 µg/ml	●
Celer	≤ 5,00 µg/ml	●	Okurka	≤ 5,00 µg/ml	●
Celer nať	≤ 5,00 µg/ml	●	Olivovník	≤ 5,00 µg/ml	●
Cibule	≤ 5,00 µg/ml	●	Pastinák	≤ 5,00 µg/ml	●
Cuketa	≤ 5,00 µg/ml	●	Pažitka	≤ 5,00 µg/ml	●

Čekanka	≤ 5,00 µg/ml	●	Pórek	≤ 5,00 µg/ml	●
Čekanka červená (Radicchio)	≤ 5,00 µg/ml	●	Rajče	11,02 µg/ml	●●
Červená řepa	≤ 5,00 µg/ml	●	Rukola	≤ 5,00 µg/ml	●
Červené zelí	≤ 5,00 µg/ml	●	Růžičková kapusta	≤ 5,00 µg/ml	●
Česnek	28,68 µg/ml	●●●	Ředkev	≤ 5,00 µg/ml	●
Čínské zelí	≤ 5,00 µg/ml	●	Řeřicha	≤ 5,00 µg/ml	●
Divoký česnek	≤ 5,00 µg/ml	●	Salát polníček	≤ 5,00 µg/ml	●
Dýně hokkaido	≤ 5,00 µg/ml	●	Sladké brambory (batáty)	≤ 5,00 µg/ml	●
Fenykl (bulva)	≤ 5,00 µg/ml	●	Šalotka	≤ 5,00 µg/ml	●
Hlávková kapusta	≤ 5,00 µg/ml	●	Špenát	≤ 5,00 µg/ml	●
Hlávkové zelí	≤ 5,00 µg/ml	●	Štěrbák (endivie)	≤ 5,00 µg/ml	●
Kadeřavá kapusta	≤ 5,00 µg/ml	●	Tuřín	≤ 5,00 µg/ml	●
Kapary	≤ 5,00 µg/ml	●	Tykev muškátová	≤ 5,00 µg/ml	●
Kedlubna	≤ 5,00 µg/ml	●			

## Koření

Anýz	≤ 5,00 µg/ml	●	Majoránka	≤ 5,00 µg/ml	●
Bazalka	≤ 5,00 µg/ml	●	Máta	≤ 5,00 µg/ml	●
Bobkový list	≤ 5,00 µg/ml	●	Muškátový oříšek	≤ 5,00 µg/ml	●
Citronová tráva	≤ 5,00 µg/ml	●	Oregano	≤ 5,00 µg/ml	●
Estragon	≤ 5,00 µg/ml	●	Paprika	14,32 µg/ml	●●
Hořčiče	5,87 µg/ml	●	Pepř (černý / bílý / zelený / červený / žlutý)	≤ 5,00 µg/ml	●
Hřebíček	≤ 5,00 µg/ml	●	Petržel	≤ 5,00 µg/ml	●
Chili (červené)	≤ 5,00 µg/ml	●	Pískavice semínka	≤ 5,00 µg/ml	●
Jalovcové bobule	≤ 5,00 µg/ml	●	Rozmarýn	≤ 5,00 µg/ml	●
Kajenský pepř	≤ 5,00 µg/ml	●	Římský kmín	≤ 5,00 µg/ml	●
Kardamon	≤ 5,00 µg/ml	●	Skořice	≤ 5,00 µg/ml	●
Kari	≤ 5,00 µg/ml	●	Šalvěj	≤ 5,00 µg/ml	●
Kmín	≤ 5,00 µg/ml	●	Tymián	≤ 5,00 µg/ml	●
Kopr	≤ 5,00 µg/ml	●	Vanilka	≤ 5,00 µg/ml	●
Koriandr	≤ 5,00 µg/ml	●	Zázvor lékařský	≤ 5,00 µg/ml	●
Kurkuma	≤ 5,00 µg/ml	●			

## Jedlé houby










Hlíva máčková	≤ 5,00 µg/ml	●	Liška	≤ 5,00 µg/ml	●
Hlíva ústřičná	≤ 5,00 µg/ml	●	Penízovka sametonohá (enoki)	≤ 5,00 µg/ml	●

Hřib	≤ 5,00 µg/ml		Žampióny	≤ 5,00 µg/ml	
------	--------------	---	----------	--------------	---










## Nové potraviny

Aloe	≤ 5,00 µg/ml		Kořen yakuonu	≤ 5,00 µg/ml	
Aronie	≤ 5,00 µg/ml		Mandlové mléko	≤ 5,00 µg/ml	
Baobab	≤ 5,00 µg/ml		Moučný červ	≤ 5,00 µg/ml	
Cvrček domácí	≤ 5,00 µg/ml		Nori řasa	≤ 5,00 µg/ml	
Ginkgo	≤ 5,00 µg/ml		Řasy wakame	≤ 5,00 µg/ml	
Guarana	≤ 5,00 µg/ml		Saranče stěhovavá	≤ 5,00 µg/ml	
Chia semínka	≤ 5,00 µg/ml		Spirulina	≤ 5,00 µg/ml	
Chlorella	≤ 5,00 µg/ml		Světlicový olej	≤ 5,00 µg/ml	
Kořen lopuchu většího	≤ 5,00 µg/ml		Tapioka	≤ 5,00 µg/ml	
Kořen maky (řeřicha peruánská)	≤ 5,00 µg/ml		Ženšen	≤ 5,00 µg/ml	
Kořen pampelišky	≤ 5,00 µg/ml				

## Káva a čaj

Čaj, černý	≤ 5,00 µg/ml		Kakao	≤ 5,00 µg/ml	
Čaj, zelený	≤ 5,00 µg/ml		Káva	≤ 5,00 µg/ml	
Heřmánek	≤ 5,00 µg/ml		Máta peprná	≤ 5,00 µg/ml	
Ibišek	≤ 5,00 µg/ml		Moringa olejodárná	≤ 5,00 µg/ml	
Jasmín	≤ 5,00 µg/ml				

## Ostatní

Agar agar	≤ 5,00 µg/ml		Med	≤ 5,00 µg/ml	
Aspergillus niger	≤ 5,00 µg/ml		Pekařské droždí	≤ 5,00 µg/ml	
Bezový květ	≤ 5,00 µg/ml		Pivovarské droždí	≤ 5,00 µg/ml	
Chmel	≤ 5,00 µg/ml		Třtinový cukr	≤ 5,00 µg/ml	
M-transglutamináza, masové lepidlo	≤ 5,00 µg/ml				

## CCD

Lidský laktoferin	≤ 5,00 µg/ml	
-------------------	--------------	---

ODEBRÁNO

VYTIŠTĚNO (DNE)

## Počet testovaných zdrojů potravin:

## 283



### MLÉKO A VEJCE

**17**

Buvolí mléko, camembert, cottage cheese, ementál, goudam, kravské mléko, kozí mléko, kozí sýr, podmásílí, křepelčí vejce, mozzarella, ovčí mléko, ovčí sýr, parmezán, vaječný bílek, vaječný žloutek, velbloudí mléko.



### MASO

**14**

Hovězí, kančí, kuřecí, kachní, kozí, koňské, jehněčí, pštroší, vepřové, králíčí, jelení, krůtí, telecí, zvěřina



### RYBY & MOŘSKÉ PLODY

**37**

Ančovička obecná, břitka, hřebenatka, humr, chobotnice, jazyk mořský, kambala, kapr, kaviár, koukol, krab, kreveta severní, losos, makrela, mečoun obecný, mořský rak, mušle, paprsek trnový, pstruh, platýs evropský, pražma cejlonská, okouník atlantický, rak potoční, sardinka obecná, sépie, směs krevet, sled' atlantický, mušle, škeble venušská, štika obecná, štikozubec, treska jednoskvrnná, treska atlantická, tuňák, úhoř, ústřice, chobotnice



### OBILOVINY A SEMENA

**29**

Amarant, dýňové semínko, ječmen, konopné semínko, kukuřice, lepek, lněné semínko, lupina, mladá pšenice, oves, mák, piniový ořech, pohanka, proso, pšenice, pšenice durum, pšenice einkorn, pšenice emmer, pšenice španělská, pšeničné otruby, slad (ječmen), quinoa, rýže, řepka, sezam, slunečnice, špalda, žito



### OŘECHY

**13**

Kaštan, kešu, kokosové mléko, kokosový ořech, kolový ořech, lískový ořech, makadam, mandle, para ořech, pekanový ořech, pistácie, vlašský ořech, zemní mandle



### LUŠTĚNINY

**10**

Arašíd, bílá fazole, cizrna, čočka, hrách cukrový, hrách setý, mungo, sója, tamarind, zelená fazole



### OVOCE

**36**

Ananas, angrešt, banán, bezinka, borůvka, broskev, brusinka, citrón, červený rybíz, datle, fík, granátové jablko, grapefruit, hrozny, hruška, jablko, jahoda, kiwi, limetka, liči, mandarinka, malina, mango, marakuja, meloun, meloun vodní, meruňka, moruše, nektarinka, ostružina, papája, physalis, pomeranč, rozinka, švestka, třešeň



### ZELENINA

**51**

Artyčok, avokádo, bambusové výhonky, batát, brambory, brokolice, bílý chřest, brukev čínská, celer, celer-nat', cibule, cuketa, čekanka, česnek, česnek divoký, fenykl, hokkaido, kapary, kapusta hlávková, kapusta kadeřavá, kapusta růžičková, kedlubna, kopřiva listy, květák, kvěkolice (Romanesco), křen, Kiwano, lilek, mangold, mrkev, okurka, olivy, pažitka, petržel, polníček, pórek, rajče, rukola, ředkvička, ředkev, řepa červená, řeřicha, šalotka, špenát, štěrbák (endivie), tuřín, tykev muškátová, zelí hlávkové, zelí červené, zelí čínské, zelí bílé



### KOŘENÍ

**31**

Anýz, bazalka, bobkový list, hřebíček, hořčice, citronová tráva, cumin (Římský kmín), chilli (červené), estragon, jalovec, kardamom, kajenský pepř, kari, kmín, kopr, koriandr, kurkuma, majoránka, máta, muškátový oříšek, oregano, paprika, petržel, pepř (černý / bílý / zelený / červený / žlutý), pískavice, rozmarýn, skořice, šalvěj, tymián, vanilka, zázvor



### JEDLÉ HOUBY

**6**

Enoki (penízovka sametonohá), hlíva máčková, hlíva ústřičná, hřib, liška, žampion dvouvýtrusý



### NOVÉ POTRAVINY

**21**

Aloe, aronie (jeřáb černý), baobab, cvrček domácí, ginkgo, guarana, chia semínka, chlorella řasa, kořen lopuchu většího, kořen pampelišky, kořen maca (řeřicha peruánská), mandlové mléko, moučný červ, řasa nori, saranče stěhovavá, světlicový olej, spirulina, tapioca, wakame řasa, ženšen



### KÁVA A ČAJ

**9**

Čaj černý, čaj zelený, heřmánek, kakao, káva, ibišek, jasmín, moringa, máta peprná



### OSTATNÍ

**9**

Agar agar, Aspergillus niger, bezový květ, chmel, med, masové lepidlo M-transglutamináza, pekařské droždí, pivovarské kvasnice, třtinový cukr

## Souhrn interpretace

### Mléko & vejce

#### Buvolí mléko

Vaše hladina IgG na buvolí mléko je 12,57 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci buvolího mléka zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny, které mohou obsahovat buvolí mléko patří mléčné výrobky jako máslo, jogurt, sýr (např. Mozzarella) a zmrzlina.

Možné alternativy buvolího mléka ze zdrojů živočišného původu jsou velbloudí mléko, kozí mléko a kravské mléko. Mezi rostlinné alternativy patří sójové mléko, kokosové mléko, mandlové mléko a rýžové mléko. Proteiny v mléce různých zvířat jsou strukturálně podobné proteinům v buvolím mléce. Někteří pacienti je mohou tolerovat, jiní mohou pociťovat podobné reakce, jaké zažívají po konzumaci buvolího mléka.

#### Podmáslí

Vaše hladina IgG na podmáslí je 12,48 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci podmáslí zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny typicky obsahující podmáslí patří sušenky, koláče, bramborová kaše, polévky, smažené kuře, hamburgerové housky, kukuřičný chléb, dresinky, smoothies, palačinky, zmrzlina a smetanový sýr.

Mezi možné alternativy (bez mléka) pro podmáslí patří možnosti na bázi sóji, jako je kombinace sójového mléka a kyseliny (např. citronová šťáva nebo ocet), veganská zakysaná smetana a voda, nebo neslazené rostlinné mléko (např. kokosové, mandlové nebo kešu) a kyseliny (např. citronová šťáva nebo ocet).

#### Camembert

Vaše hladina IgG na camembert je 12,04 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci camembertu zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny typicky obsahující camembert patří saláty, sýrové mísy, hamburgery. Camembert se často podává ve francouzské kuchyni.

Mezi možné alternativy (nemléčné) camembertu patří náhražky na bázi kešu.

#### Cottage cheese

Vaše hladina IgG na cottage cheese je 13,23 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci cottage cheese zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny typicky obsahující cottage cheese patří snídaňové mísy, dipy, palačinky, vaječné pokrmy, těstoviny a sendviče.

Mezi možné alternativy (nemléčné) pro cottage cheese patří pevné tofu (rozdobené) nebo náhražky na bázi kešu.

#### Kravské mléko

Vaše hladina IgG na kravské mléko je 11,77 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci kravského mléka zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny obsahující kravské mléko patří mléčné výrobky, jako je máslo, sýr, smetana, zakysaná smetana, pudink, jogurt a zmrzlina. Bílkovina z kravského mléka je často obsažena v gratinovaných pokrmech, chlebu, sušenkách, krekrech, koláčích, těstovinách, koláčových směsích, cereáliích, čokoládě, smetaně do kávy, granolových tyčinkách, margarínu, bramborové kaši a salátových dresingech. Na etiketách potravin může být mléčná bílkovina označována jako umělé máslo, sýrová příchuť, kasein, diacetyl, tvaroh, ghí, hydrolyzáty, laktalbumin, laktóza, rekalid, syřidlo, tagatóza nebo syrovátka.

Mezi možné alternativy kravského mléka patří kozí mléko, velbloudí mléko, ovčí mléko a buvolí mléko ze zdrojů živočišného původu. Mezi rostlinné alternativy patří kokosové mléko, rýžové mléko, sójové mléko, mandlové mléko a ovesné mléko. Proteiny v mléce různých zvířat jsou strukturálně podobné proteinům v kravském mléce. Někteří pacienti je mohou tolerovat, u jiných se mohou vyskytnout podobné reakce, jaké zažívají po konzumaci kravského mléka.

#### Vaječný bílek



Vaše hladina IgG na vaječný bílek je 24,35 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci vaječného bílku zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Potravinářské výrobky a pokrmy obsahující vaječné bílky zahrnují všechny druhy vaječných pokrmů (omelety, smažená vejce, míchaná vejce atd.). Dále jídla obalovaná v trojobalu a v těstíčku, salátové dresinky, krémové koláče, krémové zákusky z odpalovaného těsta, palačinky, vafle, pudinky, marshmallows, marcipán, majonéza, sekaná, karbanátky, pusinky, poleva, těstoviny, omáčky, soufflé, surimi a v některých případech víno. Na etiketách potravin mohou být vaječné proteiny označovány jako albumin, globulin, lecitin, livetin, lysozym, ovalbumin, ovaglobulin, ovomucin, ovovitellin nebo vitellin.

Mezi možné alternativy vaječných bílků patří aquafaba (tekutina obsažená v konzervované cizrně nebo fazolích) pro pusinky a marshmallow. Pokud se do pečiva přidává celé vejce, je možnou alternativou rozmačkaný banán. Aby bylo pečivo hutnější, jsou dobrou alternativou k vejším mletá lněná semínka a chia semínka. Pokud je vejce použito jako kypřící prostředek, funguje jako náhrada za jedno vejce 1/4 šálku vody sycené oxidem uhličitým. Silken (hedvábné) tofu se používá jako náhrada míchaných vajec.

### Vaječný žloutek

Vaše hladina IgG na vaječný žloutek je 26,47 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci vaječného žloutku zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny obsahující vaječné žloutky patří všechny druhy vaječných pokrmů (omelety, smažená vejce, míchaná vejce atd.). Dále jídla obalovaná v trojobalu a v těstíčku, salátové dresinky, krémové koláče, krémové zákusky z odpalovaného těsta, palačinky, vafle, pudinky, marshmallows, marcipán, majonéza, sekaná, karbanátky, pusinky, poleva, těstoviny, omáčky, soufflé, surimi a v některých případech víno. Na etiketách potravin mohou být vaječné proteiny označovány jako albumin, globulin, lecitin, livetin, lysozym, ovalbumin, ovaglobulin, ovomucin, ovovitellin nebo vitellin.

Mezi možné alternativy vaječných žloutků patří sójový lecitin (produkt ze sójového oleje). Pokud se do pečiva přidává celé vejce, je možnou alternativou rozmačkaný banán. Aby bylo pečivo hutnější, jsou dobrou alternativou k vejším mletá lněná semínka a chia semínka. Pokud je vejce použito jako kypřící prostředek, funguje jako náhrada za jedno vejce 1/4 šálku vody sycené oxidem uhličitým. Silken (hedvábné) tofu se používá jako náhrada míchaných vajec.

### Ementál

Vaše hladina IgG na ementál je 16,08 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci ementálu zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny typicky obsahující ementál patří gratinované sýrové fondue, sýrové puфы, polévky, pizza a sýrové mísy.

Možné alternativy (nemléčné) pro ementál jsou veganské náhražky sýrů na bázi ořechů (např. Kešu, makadamie) nebo sóji.

### Gouda

Vaše hladina IgG na goudu je 10,61 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci goudy zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny typicky obsahující goudu patří sýrové dipy, gratinované pokrmy, polévky, sendviče, omáčky, lasagne, pizzu a sýrové mísy.

Možnými alternativami (nemléčnými) goudy jsou veganské náhražky sýrů na bázi ořechů (např. Kešu, makadamie) nebo sóji.

### Mozzarella

Vaše hladina IgG na mozzarellu je 13,99 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci mozzarellly zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny typicky obsahující mozzarellu patří pizza, lasagne, saláty caprese a ovocné saláty.

Možnými alternativami (nemléčnými) mozzarellly jsou veganské náhražky sýrů na bázi kešu oříšků nebo rýžového mléka.

### Křepelčí vejce

Vaše hladina IgG na křepelčí vejce je 15,15 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci křepelčích vajec zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny, které typicky obsahují křepelčí vejce patří všechny druhy vaječných pokrmů (omelety, smažená vejce, míchaná vejce atd.). Dále jídla v trojobalu a těstíčku, salátové dresinky, krémové koláče, krémové zákusky z odpalovaného těsta, palačinky, vafle, pudinky, marshmallows, marcipán, majonéza, sekaná, karbanátky, pusinky, poleva, těstoviny, omáčky a suflé.

Možné alternativy pro křepelčí vejce jsou slepičí vejce, husí vejce, kachní vejce a pštrosí vejce z živočišných zdrojů. Mezi rostlinné náhražky patří silken (hedvábné) tofu.

## Obiloviny & Semena

### Einkorn pšenice

Vaše hladina IgG na pšenici einkorn (jednozrnka) je 16,29 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci pšenice einkorn zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny typicky obsahující pšenici einkorn, nebo einkorn mouku patří chleby, kreky, placky, cereální tyčinky, sušenky, proteinové tyčinky, muffiny a další pečivo.

Mezi možné alternativy k mouce z jednozrnky patří špaldová mouka, amarantová mouka, mouka z dvouzrnky, ječná mouka a rýžová mouka.

### Emmer pšenice (naduřelá dvouzrnka)

Vaše hladina IgG na pšenici emmer je 10,6 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci pšenice emmer zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny typicky obsahující pšenici emmer nebo mouku z pšenice emmer patří chleby, kreky, placky, cereální tyčinky, sušenky, proteinové tyčinky, muffiny a další pečivo.

Mezi možné alternativy mouky z pšenice emmer patří špaldová mouka, einkorn mouka, amarantová mouka, ječná mouka a rýžová mouka.

### Lepek

Vaše hladina IgG na lepek je 15,93 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci lepku zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny typicky obsahující lepek patří pšenice, odrůdy pšenice (špalda, semolinová mouka, kuskus, krupice, farina, farro, kamut, jednozrnka, bulgur, pšeničné otruby, pšeničný škrob, emmer, seitan, grahamová mouka, žito, ječmen), chléb, pittas, bagely, placky, rohlíky, těstoviny, kreky, sušenky, pečivo, snídaňové cereálie, strouhanka, krutony, všechny piva a ležáky. Na etiketách potravin může být lepek označován jako *triticum vulgare* (pšenice), *triticale* (kříženec pšenice a žito), *hordeum vulgare* (ječmen), *secale cereale* (žito) a *triticum spelta* (špalda).

Mezi možné alternativy lepkových produktů patří pohanka (kroupy a mouka), quinoa (zrno nebo mouka), rýže (zrno nebo mouka), bramborová mouka, sójová mouka, cizrnová mouka, kukuřice, amarant, jáhly, bezlepkový oves, čirok a tapioka. Bezlepkové alternativy těstovin jsou vyrobeny z čočky, hrachu, kukuřice, rýže nebo pohanky. Zeleninové nudle se vyrábí z cukety, mrkve nebo tykve.

### Slad

Vaše hladina IgG na slad je 10,28 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci sladu zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny typicky obsahující sladová zrna a sladový sirup patří pivo, whisky, sladové mléko, sladový ocet, cukrovinky jako Maltesers a Whoppers, ochucené nápoje jako Horlicks, Ovaltine a Milo a pečivo, jako je sladový bochník a bagely.

Mezi možné alternativy sladových sirupů patří med, melasa, sirup z hnědé rýže, javorový sirup, maltóza a cukr.

### Pšenice španělská

Vaše hladina IgG na pšenici španělskou je 11,88 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci španělské pšenice zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny, které typicky obsahující španělskou pšenici a španělskou pšeničnou mouku patří pilafy, rizota, saláty, chléb a pečivo.

Mezi možné alternativy španělské pšeničné mouky patří mandlová mouka, pohanková mouka, čiroková mouka, amarantová mouka, teffová mouka, amarantová mouka (arrow root), mouka z hnědé rýže a ovesná mouka.

## Pšenice

Vaše hladina IgG na pšenici je 14,11 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci pšenice zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny, které obvykle obsahují pšenici a pšeničnou mouku, patří chléb, strouhanka, snídaňové cereálie, bulgur, sušenky, kuskus, krekry, lívance, durum, einkorn, emmer, farina, farro, kamut, slad, seitan, krupice, koláčky, palačinky, pizza, těstoviny a pečivo. Na etiketách potravin může být pšenice označována jako bromovaná mouka, obilný extrakt, krekrová moučka, hydrolyzovaný rostlinný protein, hydrolyzovaný pšeničný protein, matzoh, glutamát sodný (MSG) a tritikale. Pšenice se někdy vyskytuje v umělých příchutích, karamelovém barvivu, dextrinu, potravinářském škrobu, glukózovém sirupu, maltodextrinu, sójové omáčce, surimi, texturované rostlinné bílkovině a rostlinné gumě.

Mezi možné alternativy pšenice patří amarant, pohanka, proso, quinoa a teff.

## Pšeničný lepek

Vaše hladina IgG na pšeničný lepek je 11,02 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci pšeničného lepku zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny typicky obsahující lepek patří chléb, těstoviny, pizza, dresinky a omáčky, stejně jako ječmen, žito a oves.

Mezi možné alternativy pšeničného gliadinu patří amarant, proso, pohanka a quinoa.

## Ořechy

### Mandle

Vaše hladina IgG na mandle je 11,1 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci mandlí zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny, které typicky obsahují mandle, mleté mandle nebo mandlovou mouku patří dorty, chleby, sušenky, cukrovinky, zmrzlina, marcipán a likéry, jako je Amaretto.

Mezi možné alternativy mandlí patří lískové ořechy, para ořechy, kešu oříšky a nesolené pistácie. Nesolená dýňová a slunečnicová semínka, granola nebo ovesné vločky mohou fungovat jako neořechové náhražky. Tahini (sezamové máslo) lze použít jako náhradu za mandlové máslo.

### Kešu

Vaše hladina IgG na kešu je 15,03 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci kešu zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny typicky obsahující kešu ořechy patří pesto, dorty, müsli, cukrovinky, zmrzlina a čokoláda. Indická, čínská a thajská kuchyně často používá kešu.

Mezi možné alternativy kešu ořechů patří piniové oříšky, mandle, vlašské ořechy a lískové ořechy. Nesolená slunečnicová a dýňová semínka mohou fungovat jako neořechová náhražka. Tahini (sezamové máslo) lze použít jako náhradu za kešu máslo.

### Lískový ořech

Vaše hladina IgG na lískový ořech je 13,13 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci lískových ořechů zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny které mohou obsahovat lískové ořechy patří sušenky, koláče, pečivo, čokoláda, čokoládové pomazánky, cukrovinky, cereálie a chléb.

Mezi možné alternativy lískových ořechů patří mandle, makadamové ořechy, vlašské ořechy a kešu ořechy. Oves, nesolená slunečnicová a dýňová semínka a rozinky lze při pečení použít jako neořechovou náhražku.

### Vlašský ořech

Vaše hladina IgG na vlašský ořech je 14,32 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci vlašských ořechů zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny, které mohou obsahovat vlašské ořechy patří pesto omáčky, saláty, koláče, sušenky, cukrovinky a zmrzlina.

Mezi možné alternativy vlašských ořechů patří lískové ořechy a mandle. Nesolená slunečnicová a dýňová semínka mohou sloužit jako neořechová náhražka.

## Luštěniny

### Bílé fazole

Vaše hladina IgG na bílé fazole je 17,36 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci bílých fazolí zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny typicky obsahující bílé fazole patří dušená masa, chilli, hummus, polévky a saláty.

Mezi možné alternativy bílých fazolí patří hrách, čočka a další fazole (např. cizrna, černá, pinto, lima, fava).

## Ovoce

### Fík

Vaše hladina IgG na fíky je 12,18 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci fíků zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Potraviny typicky obsahující fíky zahrnují džemy, saláty a pečivo (např. koláče, koláče atd.).

Mezi možné alternativy fíků patří hrušky, nektarinky, meruňky, sušené datle, sušené švestky a rozinky.

### Kiwi

Vaše hladina IgG na kiwi je 11,68 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci kiwi zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Potraviny typicky obsahující kiwi zahrnují saláty, smoothies, zmrzlinu a pečivo (např. koláče, buchty, dorty atd.).

Mezi možné alternativy kiwi patří jahody (s trochou limetkové šťávy), ananas a dračí ovoce.

### Ananas

Vaše hladina IgG na ananas je 26,96 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci ananasu zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny, které mohou obsahovat ananas patří saláty, chutney, různé pochutiny, marinády, džusy, smoothies a koktejly.

Možné alternativy pro ananas zahrnují zelená jablka a pomeranče.

## Zelenina

### Česnek

Vaše hladina IgG na česnek je 28,68 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci česneku zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny které mohou obsahovat česnek patří těstoviny, polévky, dušená jídla, omáčky, máslo a oleje, dipy, dresinky a chutney.

Mezi možné alternativy česneku patří pažitka, šalotka, cibule a citronová kůra.

### Rajče

Vaše hladina IgG na rajče je 11,02 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci rajčat zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Mezi potraviny, které mohou obsahovat rajčata patří omáčky, těstoviny, saláty, dušená jídla, polévky, dipy, chutney, salsa a džemy.

Mezi možné alternativy rajčat patří červená paprika a olivy.

## Koření

## Paprika

Vaše hladina IgG na papriku je 14,32 µg/ml.

Související příznaky potravinové intolerance po konzumaci papriky zahrnují nevolnost, bolest žaludku, plynatost, křeče, zvracení, pálení žáhy, průjem, bolesti hlavy, podrážděnost a nervozitu.

Potraviny využívající papriku jako ochucovadlo zahrnují masové pokrmy, pokrmy z ryb a korýšů, dušená jídla, polévky a omáčky. Paprika se obvykle používá ve španělské, mexické a maďarské kuchyni.

Mezi možné alternativy papriky patří kajenský pepř, chilli prášek a chilli vločky.

### Disclaimer

The presence of IgG-antibodies may be an indication of food intolerances and has to be analyzed in conjunction with the clinical history and other diagnostic test results.

The Raven Interpretation Software is a tool to assist in the interpretation of FOX results but does not constitute a diagnosis. No liability is accepted for Raven comments and the resulting dietary recommendations. The stated comments are designed exclusively for FOX results.

(The connection between food intake, elevated IgG levels and chronic disorders has been described in peer reviewed publications and case studies. Nonetheless this connection is still debated in the scientific community and a consensus has not been reached thus far.)