



IHR LOGO

رقم المريض:

4795

اسم المريض:

[REDACTED]

تاريخ الولادة:

03/06/1958

رقم تعريف العينة:

4795

الباركود:

80AEC084

تم التحليل في:

20/02/2024

المستضدات المختبرة:

286

طريقة اختبار:

FOX

اسم الطبيب / العيادة:

معلومة اضافية:

كان ضمن نطاق (GD الداخلي) التحقق من المعقولية ل QC ال المقبول

Gوا تقرير المختبر : نظرة عامة على مستوى ال

 الحليب والبيض	●●●	 الخضروات	●●●
 اللحوم	●	 البهارات	●●
 الأسماك والمأكولات البحرية	●	 الفطريات الصالحة للأكل	●
 الحبوب والبذور	●●●	 الأطعمة الجديدة	●●●
 المكسرات	●●●	 شاي وقهوة	●
 البقوليات	●●●	 أطعمة أخرى	●●●
 الفاكهة	●●●		

تم قياسه Gوا أعلى تركيز

0 - 9,99 µg/ml



منخفض Gوا مستوى

10 - 19,99 µg/ml



المتوسط Gوا المستوى

≥ 20 µg/ml



مرتفع Gوا مستوى

الحليب والبيض

إيمنتال	28,67 µg/ml	●●●	حليب الجاموس	26,99 µg/ml	●●●
اللبن	35,77 µg/ml	●●●	حليب الجمل	≤ 5,00 µg/ml	●
بياض البيض	41,18 µg/ml	●●●	حليب المعاز	14,40 µg/ml	●●
بيض السمان	≤ 5,00 µg/ml	●	حليب بقر	35,22 µg/ml	●●●
جبن القريش	43,89 µg/ml	●●●	حليب بقر Bos d 4 * (α-Lactalbumin)	33,14 µg/ml	●●●
جبن الكمبيري	37,47 µg/ml	●●●	حليب بقر Bos d 5 * (β-Lactoglobulin)	33,73 µg/ml	●●●
جبن المعاز	17,28 µg/ml	●●	حليب بقر Bos 8 * (كازين)	39,43 µg/ml	●●●
جبنة البارميزان	23,12 µg/ml	●●●	حليب غنم	20,80 µg/ml	●●●
جبنة غنم	18,00 µg/ml	●●	صفار البيض	41,84 µg/ml	●●●
جودة	41,85 µg/ml	●●●	موزاريلا	38,46 µg/ml	●●●

اللحوم

الأيل	≤ 5,00 µg/ml	●	دجاج	≤ 5,00 µg/ml	●
أرنب	≤ 5,00 µg/ml	●	ديك رومى	≤ 5,00 µg/ml	●
المعاز	≤ 5,00 µg/ml	●	عجل	≤ 5,00 µg/ml	●
حصان	≤ 5,00 µg/ml	●	غزال	≤ 5,00 µg/ml	●
خروف	≤ 5,00 µg/ml	●	لحم البط	≤ 5,00 µg/ml	●
خنزير	≤ 5,00 µg/ml	●	لحم بقر	≤ 5,00 µg/ml	●
خنزير البري	≤ 5,00 µg/ml	●	نعامة	≤ 5,00 µg/ml	●

الأسماك والمأكولات البحرية

الأنشوفة الاوروية	≤ 5,00 µg/ml	●	حبار	≤ 5,00 µg/ml	●
البلايس	≤ 5,00 µg/ml	●	حبر الصبيدج	≤ 5,00 µg/ml	●
البيلشارد الاوروية	≤ 5,00 µg/ml	●	راي	≤ 5,00 µg/ml	●
الترس	≤ 5,00 µg/ml	●	سلطعون	≤ 5,00 µg/ml	●
الترويت	≤ 5,00 µg/ml	●	سمك أبو سيف	≤ 5,00 µg/ml	●
التونا	≤ 5,00 µg/ml	●	سمك الانكليس	≤ 5,00 µg/ml	●
الدنيس المذهبة	≤ 5,00 µg/ml	●	سمك الراهب	≤ 5,00 µg/ml	●
القذ الأطلسي	≤ 5,00 µg/ml	●	سمك الرنجة	≤ 5,00 µg/ml	●
أخطبوط	≤ 5,00 µg/ml	●	سمك الماكريل	≤ 5,00 µg/ml	●
أذن البحر	5,89 µg/ml	●	سمك النهري	≤ 5,00 µg/ml	●
أسماك البايك الشمالية	≤ 5,00 µg/ml	●	سمك موسى	≤ 5,00 µg/ml	●
الأسماك الحمراء الأطلسية	≤ 5,00 µg/ml	●	فينوس البطلينوس	≤ 5,00 µg/ml	●
الجمبري الشمالي	≤ 5,00 µg/ml	●	كافيار	≤ 5,00 µg/ml	●
الحدوق	≤ 5,00 µg/ml	●	كوكل	5,80 µg/ml	●

السلمون	≤ 5,00 µg/ml	●
القرديس/الروبيان	≤ 5,00 µg/ml	●
الكرند	≤ 5,00 µg/ml	●
المحارات الصدفية	≤ 5,00 µg/ml	●
بلح البحر	7,51 µg/ml	●

محار	≤ 5,00 µg/ml	●
محار البطليونس الشائك	≤ 5,00 µg/ml	●
نبيل جراد البحر	≤ 5,00 µg/ml	●
هاك	≤ 5,00 µg/ml	●

الحبوب والبذور

الصنوبر	≤ 5,00 µg/ml	●
أرز	≤ 5,00 µg/ml	●
الحنطة	≤ 5,00 µg/ml	●
الحنطة السوداء	≤ 5,00 µg/ml	●
الشعير	≤ 5,00 µg/ml	●
الغلوتين	16,08 µg/ml	●●
القمح البولندي	≤ 5,00 µg/ml	●
القمح القاسي	≤ 5,00 µg/ml	●
الكينوا	≤ 5,00 µg/ml	●
اينكورن	5,57 µg/ml	●
بذر الترمس	≤ 5,00 µg/ml	●
بذر الخشخاش	≤ 5,00 µg/ml	●
بذر القنب	≤ 5,00 µg/ml	●
بذر الكتان	29,01 µg/ml	●●●
بذر اللفت	36,45 µg/ml	●●●

بذر اليقطين	17,90 µg/ml	●●
حبة الدخن	≤ 5,00 µg/ml	●
حبوب الجودار	≤ 5,00 µg/ml	●
حبوب السيلت	≤ 5,00 µg/ml	●
دوار الشمس	9,42 µg/ml	●
ذرة	≤ 5,00 µg/ml	●
سمسم	≤ 5,00 µg/ml	●
شعير	≤ 5,00 µg/ml	●
شوفان	≤ 5,00 µg/ml	●
Tri a Gliadin * غليادين القمح	14,11 µg/ml	●●
قطيفة	≤ 5,00 µg/ml	●
قمح	6,46 µg/ml	●
قمح إمر	6,10 µg/ml	●
نخالة القمح	≤ 5,00 µg/ml	●

المكسرات

الجوز البقان	≤ 5,00 µg/ml	●
الكاجو	≤ 5,00 µg/ml	●
الكستناء الحلو	≤ 5,00 µg/ml	●
اللوز	47,64 µg/ml	●●●
المكاديميا	≤ 5,00 µg/ml	●
بندق	≤ 5,00 µg/ml	●
جوز	≤ 5,00 µg/ml	●

جوز البرازيلي	≤ 5,00 µg/ml	●
جوز التايغر	≤ 5,00 µg/ml	●
جوز الكولا	≤ 5,00 µg/ml	●
جوزة الهند	≤ 5,00 µg/ml	●
حليب جوز الهند	9,34 µg/ml	●
فستق	≤ 5,00 µg/ml	●

البقوليات

البازلاء	≤ 5,00 µg/ml	●
البازلاء السكري	≤ 5,00 µg/ml	●
الحمص	≤ 5,00 µg/ml	●
الصويا	≤ 5,00 µg/ml	●

الفاصوليا مونغ الصينية	≤ 5,00 µg/ml	●
الفاصوليا السوداني	≤ 5,00 µg/ml	●
تمر هندي	≤ 5,00 µg/ml	●
عدس	≤ 5,00 µg/ml	●

الفاصوليا البيضاء

23,24 µg/ml ●●●

فاصوليا خضراء

17,30 µg/ml ●●

الفاكهة

أناناس	≤ 5,00 µg/ml ●
الاجاص	≤ 5,00 µg/ml ●
البرتقالي	≤ 5,00 µg/ml ●
التوت	≤ 5,00 µg/ml ●
التوت البري	≤ 5,00 µg/ml ●
الحامض	≤ 5,00 µg/ml ●
الخوخ	≤ 5,00 µg/ml ●
الدراق	≤ 5,00 µg/ml ●
الفريز	27,28 µg/ml ●●●
الكشمش الأحمر	≤ 5,00 µg/ml ●
اليوسفي	≤ 5,00 µg/ml ●
بابايا	≤ 5,00 µg/ml ●
بطيخ	≤ 5,00 µg/ml ●
تفاح	≤ 5,00 µg/ml ●
تمر	≤ 5,00 µg/ml ●
توت العليق	≤ 5,00 µg/ml ●
توت بري	≤ 5,00 µg/ml ●
تين	7,29 µg/ml ●

ثمر الخمان	≤ 5,00 µg/ml ●
جريب فروت	≤ 5,00 µg/ml ●
حامض ليمون	≤ 5,00 µg/ml ●
رمان	≤ 5,00 µg/ml ●
زبيب	≤ 5,00 µg/ml ●
شمام	≤ 5,00 µg/ml ●
عليق الأسود	≤ 5,00 µg/ml ●
عنب	≤ 5,00 µg/ml ●
عنب الثعلب	≤ 5,00 µg/ml ●
فاكهة الباشن	≤ 5,00 µg/ml ●
فيساليس	≤ 5,00 µg/ml ●
كرز	32,96 µg/ml ●●●
كيوي	≤ 5,00 µg/ml ●
ليتشي	≤ 5,00 µg/ml ●
مانجو	≤ 5,00 µg/ml ●
مشمش	≤ 5,00 µg/ml ●
موز	≤ 5,00 µg/ml ●
نكتارين	≤ 5,00 µg/ml ●

خضروات

نبات القراص	≤ 5,00 µg/ml ●
أفوكادو	≤ 5,00 µg/ml ●
الأرضي شوكي	≤ 5,00 µg/ml ●
الأنديف	≤ 5,00 µg/ml ●
البطاط	≤ 5,00 µg/ml ●
البقلة	≤ 5,00 µg/ml ●
البندورة	≤ 5,00 µg/ml ●
الثوم المعمر	≤ 5,00 µg/ml ●
الجزر الأبيض	≤ 5,00 µg/ml ●
الخيار	≤ 5,00 µg/ml ●
السلق	≤ 5,00 µg/ml ●
الشمام الهلامي	≤ 5,00 µg/ml ●
الشعندر الأحمر	≤ 5,00 µg/ml ●
الفجل	≤ 5,00 µg/ml ●

بروكلي	≤ 5,00 µg/ml ●
بصل	≤ 5,00 µg/ml ●
بصل صغير	≤ 5,00 µg/ml ●
بصلة الشمر	≤ 5,00 µg/ml ●
بصلة الكرفس	≤ 5,00 µg/ml ●
بطاطا حلوة	≤ 5,00 µg/ml ●
ثوم	≤ 5,00 µg/ml ●
ثوم بري	≤ 5,00 µg/ml ●
جرجير	≤ 5,00 µg/ml ●
جزر	≤ 5,00 µg/ml ●
خس النعجة	≤ 5,00 µg/ml ●
خس بوك تشوي	≤ 5,00 µg/ml ●
راديكيو	≤ 5,00 µg/ml ●
رومانسكو	≤ 5,00 µg/ml ●

القرع	≤ 5,00 µg/ml	●
الكبر	≤ 5,00 µg/ml	●
الكراث	≤ 5,00 µg/ml	●
الكرنب السلقي	≤ 5,00 µg/ml	●
الملفوف الأحمر	≤ 5,00 µg/ml	●
الملفوف الصيني	≤ 5,00 µg/ml	●
الهلين	≤ 5,00 µg/ml	●
الهندبة	≤ 5,00 µg/ml	●
اليقطين	23,28 µg/ml	●●●
باذنجان	≤ 5,00 µg/ml	●
براعم الخيزران	≤ 5,00 µg/ml	●
براعم بروكسل	≤ 5,00 µg/ml	●

البهارات

أوراق الغار	≤ 5,00 µg/ml	●
اكليل الجبل	≤ 5,00 µg/ml	●
التوت العرعر	≤ 5,00 µg/ml	●
الشبت	≤ 5,00 µg/ml	●
الفلفل الحار (أحمر)	≤ 5,00 µg/ml	●
الفليفلة الحارة	≤ 5,00 µg/ml	●
القرنفل	≤ 5,00 µg/ml	●
القصعين	≤ 5,00 µg/ml	●
الكزبرة	≤ 5,00 µg/ml	●
المردقوش	≤ 5,00 µg/ml	●
بذور الحلبة	≤ 5,00 µg/ml	●
بقدونس	≤ 5,00 µg/ml	●
توابل	≤ 5,00 µg/ml	●
جوزة الطيب	≤ 5,00 µg/ml	●
حب الهال	≤ 5,00 µg/ml	●
خردل	19,79 µg/ml	●●

الفطريات الصالحة للأكل

إينوكي	≤ 5,00 µg/ml	●
فطر ابيض	≤ 5,00 µg/ml	●
فطر البوليطوس	≤ 5,00 µg/ml	●

زيتون	≤ 5,00 µg/ml	●
سافوي	≤ 5,00 µg/ml	●
ساق الكرفس	≤ 5,00 µg/ml	●
سبانخ	≤ 5,00 µg/ml	●
فجل حار	≤ 5,00 µg/ml	●
قرنبيط	≤ 5,00 µg/ml	●
كوسة	≤ 5,00 µg/ml	●
لفت	≤ 5,00 µg/ml	●
ملفوف	≤ 5,00 µg/ml	●
ملفوف أبيض	≤ 5,00 µg/ml	●
ملفوف اخضر	≤ 5,00 µg/ml	●

ريحان	≤ 5,00 µg/ml	●
زعتر	≤ 5,00 µg/ml	●
زنجبيل	11,82 µg/ml	●●
عشب الليمون	≤ 5,00 µg/ml	●
فانيلا	≤ 5,00 µg/ml	●
فلفل (أسود / أبيض / أخضر / أحمر / أصفر)	≤ 5,00 µg/ml	●
فلفل أحمر	≤ 5,00 µg/ml	●
قرفة	≤ 5,00 µg/ml	●
كاري	≤ 5,00 µg/ml	●
كراوية	≤ 5,00 µg/ml	●
كركم	≤ 5,00 µg/ml	●
كمون	≤ 5,00 µg/ml	●
نبات الطرخون	≤ 5,00 µg/ml	●
نعناع	≤ 5,00 µg/ml	●
يانسون	≤ 5,00 µg/ml	●

فطر الشانتيريل	≤ 5,00 µg/ml	●
فطر القرن الفرسى	≤ 5,00 µg/ml	●
فطر المحار	≤ 5,00 µg/ml	●

الأطعمة الجديدة

جذر الأرقطيون	≤ 5,00 µg/ml	●	بيت الكريكيت	5,58 µg/ml	●
أرونيا	≤ 5,00 µg/ml	●	جذر الهندباء	≤ 5,00 µg/ml	●
الألوة فيرا	≤ 5,00 µg/ml	●	جذر الياكون	≤ 5,00 µg/ml	●
التايوكو	≤ 5,00 µg/ml	●	جذور الماكا	≤ 5,00 µg/ml	●
الجراد المهاجر	≤ 5,00 µg/ml	●	حليب اللوز	22,28 µg/ml	●●●
الجنسج	≤ 5,00 µg/ml	●	زيت القرطم	≤ 5,00 µg/ml	●
الجينكو	≤ 5,00 µg/ml	●	سبيرولينا	≤ 5,00 µg/ml	●
الدودة القشرية	≤ 5,00 µg/ml	●	غرنا	≤ 5,00 µg/ml	●
الكلوريل	≤ 5,00 µg/ml	●	نوري	≤ 5,00 µg/ml	●
باوباب	≤ 5,00 µg/ml	●	واكامي	≤ 5,00 µg/ml	●
بذور الشيا	≤ 5,00 µg/ml	●			

شاي وقهوة

البابونج	≤ 5,00 µg/ml	●	قهوة	≤ 5,00 µg/ml	●
النشاي أسود	≤ 5,00 µg/ml	●	كاكاو	≤ 5,00 µg/ml	●
المورينجا	≤ 5,00 µg/ml	●	كركدية	≤ 5,00 µg/ml	●
النعناع	≤ 5,00 µg/ml	●	ياسمين	≤ 5,00 µg/ml	●
شاي أخضر	≤ 5,00 µg/ml	●			

أطعمة أخرى

أجار أجار	≤ 5,00 µg/ml	●	زهرة الدر	≤ 5,00 µg/ml	●
الرشاشية السوداء	≤ 5,00 µg/ml	●	عسل	30,98 µg/ml	●●●
ترانسغلوتاميناز	28,77 µg/ml	●●●	قصب السكر	5,25 µg/ml	●
خميرة البيرة	≤ 5,00 µg/ml	●	نبات الجنجل	≤ 5,00 µg/ml	●
خميرة الخبز	≤ 5,00 µg/ml	●			

CCD

اللاكتوفيرين البشري	≤ 5,00 µg/ml	●
---------------------	--------------	---

تاريخ سحب العينة
20/02/2024

تاريخ اصدار تقرير المختبر
23/02/2024

عدد مصادر الغذاء المختبرة - FOX

283



الحليب والبيض

17

حليب الجاموس ، اللبن ، حليب الجمل ، جبنة الكممبير ، الجبن القريش ، حليب البقر ، بياض البيض ، صفار البيض ، الايمنتال ، جبن الماعز ، حليب الماعز ، جبنة الجودة ، الموزاريلا ، البارميزان ، بيض السممان ، جبن الغنم ، حليب الأغنام



اللحوم

14

البقر ، الخنزير البري ، الدجاج ، البط ، الماعز ، الحصان ، الخروف ، النعامة ، الخنزير ، الأرانب ، الأيل ، الديك الرومي ، العجل ، الغزال



الأسماك والمأكولات البحرية

37

أذن البحر ، القند الأطلسي ، الرنجة الأطلسية ، الأسماك الحمراء الأطلسية ، الكارب ، الكافيار ، كوكل ، بلح البحر ، السلطعون ، سمك الانكليس ، الأنشوجة الأوروبية ، البلشارد الأوروبية ، البلايس ، الدنيس المذهبة ، الحدوق ، الهاك ، الكركند ، الماكريل ، سمك الراهب ، جراد البحر النليل ، البايك الشمالية ، الجمبري الشمالي ، الأخطبوط ، المحار ، محار البطليونس الشائك ، السلمون ، المحارات الصفية ، حبر الصيدج ، القريدس/الروبيان ، اسماك موسى ، الحبار ، سمك أبو سيف ، الراي ، الترويت ، التونا ، الترس ، فينوس البطليونس



الحبوب والبذور

29

قطيفة ، شعير ، حنطة سوداء ، ذرة ، القمح القاسي ، إينكورن ، قمح امر ، بذر القنب ، بذر الكتان ، الترمس ، الشعير ، الدخن ، الشوفان ، الصنوبر ، القمح البولندي ، بذر الخشخاش ، بذر اليقطين ، الكينوا ، بذر اللفت ، أرز ، الجودار ، السمسم ، حبوب السبلت ، البذر دوار الشمس ، القمح ، الغلوتين ، نخالة القمح ، الحنطة



المكسرات

13

لوز ، جوز برازيلي ، كاجو ، جوز الهند ، حليب جوز الهند ، بندق ، جوز الكولا ، مكاديميا ، جوز البقان ، فستق ، كستناء حلو ، تجوز التايغر ، جوز



البقوليات

10

حمص ، فاصوليا خضراء ، عدس ، فاصوليا مونغ الصينية ، فول سوداني ، بازلاء ، صويا ، بازلاء سكري ، تمر هندي ، فاصوليا بيضاء



الفاكهة

36

تفاح ، مشمش ، موز ، عليق الأسود ، توت أزرق ، كرز ، توت بري ، بلح ، ثمر الخمان ، تين ، عنب الثعلب ، عنب ، جريب فروت ، كيوي ، حامض ، حامض الليمون ، ليتشي ، مانغا ، شمام ، توت ، نكتارين ، برتقال ، بابايا ، فاكهة الباشن ، الدراق ، اجاص ، فيسالييس ، أناناس ، خوخ ، رمان ، زبيب ، التوت ، كشمش الأحمر ، الفريز ، يوسفى ، بطيخ



خضروات

51

الأرضي شوكي ، جرجير ، أفوكادو ، براعم الخيزران ، بروكلي ، براعم بروكسل ، ملفوف ، كبر ، جزر ، قرنبيط ، بصلة الكرفس ، ساق الكرفس ، السلق ، الهندبة ، ملفوف الصيني ، ثوم المعمر ، الخيار ، باذنجان ، أنديف ، بصلة الشمز ، ثوم ، ملفوف الأخضر ، الفجل الحار ، شمام الهلامي ، كرنب السلق ، خس النعجة ، كراث ، نبات القراص ، زيتون ، بصل ، الجزر الأبيض ، بوك تشوي ، البطاطا ، القرع ، اليقطين ، راديكيو ، فجل ، شمندر الأحمر ، رومانسكو ، سافوي ، بصل صغير ، سباخ ، بطاطا حلوة ، البندورة ، لفت ، البقلة ، هليون ، ملفوف أبيض ، ثوم بري ، كوسة



البهارات

31

يانسون ، ريحان ، أوراق الغار ، كراوية ، حب الهال ، الفيلفة الحارة ، الفلفل الأحمر ، قرفة ، قرنفل ، كزبرة ، كمون ، كاري ، شبت ، بذور الحلبة ، زنجبيل ، توت العرعر ، عشب الليمون ، مردقوش ، نعناع ، خردل ، جوزة الطيب ، أوريجانو ، بابريكا ، بقدونس ، فلفل (أسود / أبيض / أخضر / أحمر / أصفر) ، إكليل الجبل ، قصعين ، نبات الطرخون ، زعتر ، كركم ، فانيللا



الفطريات الصالحة للأكل

6

البوليطوس ، الشانتيريل ، الأينوكي ، القرن الفرنسي ، المحار ، فطر الأبيض



الأطعمة الجديدة

21

حليب اللوز ، الألو فيرا ، أرونيا ، باوباب ، بذور الشيا ، كلوريلا ، جذر الهندباء ، جينكو ، جنسنج ، جذر الأرقطيون ، غرنا ، الكريكيك المنزلي ، جذر الماكا ، الدودة القشرية ، الجراد المهاجر ، نوري ، زيت القرطم ، سبيرولينا ، تايوكا ، واكامي ، بزر اليقون



شاي وقهوة

9

بابونج ، كاكاو ، قهوة ، كركديه ، ياسمين ، فورينجا ، نعناع ، شاي الأسود ، الشاي الأخضر



أطعمة أخرى

9

أجار أجار ، الرشاشية السوداء ، خميرة الخبز ، خميرة البيرة ، قصب السكر ، زهرة الدر ، عسل ، نبات الجنجل ، ترانسغلوتاميناز

ملخص تفسير

الحليب والبيض

حليب الجاموس

لحليب الجاموس هو 26,99 ميكروغرام / مل Gوا مستوى

تشمل الأعراض المصاحبة لعدم تحمل الطعام بعد تناول حليب الجاموس الغثيان وآلام المعدة والغازات والتشنجات والانتفاخ والقيء وحرقة المعدة والإسهال والصداع والتهيج والعصبية.

تشمل المنتجات الغذائية والأطباق التي تحتوي عادةً على حليب الجاموس منتجات الألبان مثل الزبدة واللبن والجبن (مثل الموزاريلا) والآيس كريم.

تشمل البدائل المحتملة لحليب الجاموس حليب الإبل وحليب الماعز وحليب البقر كمصادر مشتقة من الحيوانات. تشمل البدائل النباتية حليب الصويا وحليب جوز الهند وحليب اللوز وحليب الأرز. يرجى ملاحظة أن البروتينات الموجودة في حليب الحيوانات المختلفة تشبه بنويًا البروتينات الموجودة في حليب البقر. قد يتحملها بعض المرضى ، وقد يعاني البعض الآخر من ردود فعل مماثلة لما يختبرونه بعد تناول حليب البقر.

اللبن

لحليب الجاموس هو 35,77 ميكروغرام / مل Gوا مستوى

تشمل الأعراض المصاحبة لعدم تحمل الطعام بعد تناول حليب الجاموس الغثيان وآلام المعدة والغازات والتشنجات والانتفاخ والقيء وحرقة المعدة والإسهال والصداع والتهيج والعصبية.

تشمل المنتجات الغذائية والأطباق التي تحتوي عادةً على اللبن الرائب البسكويت والكعك والبطاطا المهروسة والحساء والدجاج المقلي وكعك الهمبرغر وخبز الذرة وتبيلة الرانش والعصائر والفطائر والآيس كريم والجبن الكريمي.

البدائل الممكنة (غير الألبان) للبن تشمل الخيارات القائمة على فول الصويا مثل مزيج من حليب الصويا والحامض (مثل عصير الليمون أو الخل) ، والقشدة الحامضة النباتية والماء ، أو الحليب النباتي غير المحلى (على سبيل المثال ، جوز الهند ، اللوز ، أو الكاجو) والحامض (مثل عصير الليمون أو الخل).

جبن الكمبير

جبن الكمبير هو 37,47 ميكروغرام / مل Gوا مستوى

تشمل الأعراض المصاحبة لعدم تحمل الطعام بعد تناول حليب الجاموس الغثيان وآلام المعدة والغازات والتشنجات والانتفاخ والقيء وحرقة المعدة والإسهال والصداع والتهيج والعصبية.

المنتجات الغذائية والأطباق التي تحتوي عادةً على الكامبير هي السلطات وألواح الجبن والبرغر. غالبًا ما يتم تقديم الكمبير في المطبخ الفرنسي.

البدائل الممكنة (غير الألبان) للكامبير تشمل بدائل تعتمد على الكاجو.

جبن القريش

جبن القريش هو 43,89 ميكروغرام / مل Gوا مستوى

تشمل الأعراض المصاحبة لعدم تحمل الطعام بعد تناول حليب الجاموس الغثيان وآلام المعدة والغازات والتشنجات والانتفاخ والقيء وحرقة المعدة والإسهال والصداع والتهيج والعصبية.

تشمل المنتجات الغذائية والأطباق التي تحتوي عادةً على الجبن القريش أوعية الإفطار ، والتغميسات ، والفطائر ، وأطباق البيض ، وأطباق المعكرونة ، والسندويشات.

تشمل البدائل الممكنة (غير الألبان) للجبن القريش التوفو الصلب (المفتت) أو البدائل التي تعتمد على الكاجو.

حليب بقر

لحليب بقر هو 35,22 ميكروغرام / مل Gوا مستوى

تشمل الأعراض المصاحبة لعدم تحمل الطعام بعد تناول حليب الجاموس الغثيان وآلام المعدة والغازات والتشنجات والانتفاخ والقيء وحرقة المعدة والإسهال والصداع والتهيج والعصبية.

تشمل المنتجات الغذائية والأطباق التي تحتوي على حليب البقر منتجات الألبان مثل الزبدة والجبن والقشدة والقشدة الحامضة والكاسترد واللبن والآيس كريم والحلوى. غالبًا ما يتم تضمين بروتين حليب البقر في الغراتين ، والخبز ، والبسكويت ، والبسكويت ، والكعك ، والأطعمة المخفوقة ، ومزيج الكيك ، والحبوب ، والشوكولاتة ، ومبيض القهوة ، وألواح الجرانولا ، والسمن ، والبطاطا المهروسة ، وتوابل السلطة. على الملصقات الغذائية ، قد يُشار إلى بروتين الحليب على أنه زبدة صناعية ، أو نكهة الجبن ، أو الكازين ، أو نثائي الأسيتيل ، أو اللبن الرائب ، أو السمن ، أو التحلل المائي ، أو اللاكتوز ، أو اللاكتوز ، أو المنفحة ، أو التاجاتوز ، أو مصّل اللبن.

تشمل البدائل المحتملة لحليب الجاموس حليب الإبل وحليب الماعز وحليب البقر كمصادر مشتقة من الحيوانات. تشمل البدائل النباتية حليب الصويا وحليب جوز الهند وحليب اللوز وحليب الأرز. يرجى ملاحظة أن البروتينات الموجودة في حليب الحيوانات المختلفة تشبه بنويًا البروتينات الموجودة في حليب البقر. قد يتحملها بعض المرضى ، وقد يعاني البعض الآخر من ردود فعل مماثلة لما يختبرونه بعد تناول حليب البقر.

بياض البيض

بياض البيض هو 41,18 ميكروغرام / مل Gوا مستوى

تشمل الأعراض المصاحبة لعدم تحمل الطعام بعد تناول حليب الجاموس الغثيان وآلام المعدة والغازات والتشنجات والانتفاخ والقيء وحرقة المعدة والإسهال والصداع والتهيج والعصبية.

تشمل المنتجات الغذائية والأطباق التي تحتوي على بياض البيض جميع أنواع أطباق البيض (عجة ، بيض مقلي ، بيض مخفوق ، إلخ) ، بالإضافة إلى الأطعمة المخبوزة والمخلوطة ، وتبيل السلطة ، وفطائر الكريمة ، ونفث الكريمة ، والكريب ، والوافل ، والكاسترد ، والحلويات ، أعشاب من الفصيلة الخبازية ، مرزبانية ، مايونيز ، رغيف اللحم ، كرات اللحم ، المرنغ ، التجميد ، المعكرونة ، الصلصات ، السوفليه ، سورييمي ، وفي بعض الحالات ، النيبيذ على الملصقات الغذائية ، قد يشار إلى بروتينات البيض بالألبومين ، الجلوبيولين ، الليسيثين ، ليفيتين ، اليزوزيم ، البيضوي ، أوفاجلوبولين ، أوفاموسين ، أوفوفيتينين ، أو فيتالين .

تشمل البدائل الممكنة لبياض البيض الأكوافا (السائل الموجود في الحمص أو الفاصوليا المعلب) للمرينغ وأعشاب من الفصيلة الخبازية . إذا تم استخدام بيضة كاملة لإضافة الرطوبة إلى المخبوزات ، فإن الموز المهروس هو بديل محتمل لجعل المخبوزات أثقل وأكثر كثافة ، تعد بذور الكتان المطحونة وبذور الشيا بدائل جيدة للبيض . إذا تم استخدام البيض كعامل تخمير ، فإن 1/4 كوب من الماء المكرن لكل بيضة يعمل كبديل . يستخدم التوفو الحريري كبديل للبيض المخفوق .

صفار البيض

بياض البيض 41,84 ميكروغرام / مل Gوا مستوى

تشمل الأعراض المصاحبة لعدم تحمل الطعام بعد تناول حليب الجاموس الغثيان وآلام المعدة والغازات والتشنجات والانتفاخ والقيء وحرقة المعدة والإسهال والصداع والتهيج والعصبية .

تشمل المنتجات الغذائية والأطباق التي تحتوي على بياض البيض جميع أنواع أطباق البيض (عجة ، بيض مقلي ، بيض مخفوق ، إلخ) ، بالإضافة إلى الأطعمة المخبوزة والمخلوطة ، وتبيل السلطة ، وفطائر الكريمة ، ونفث الكريمة ، والكريب ، والوافل ، والكاسترد ، والحلويات ، أعشاب من الفصيلة الخبازية ، مرزبانية ، مايونيز ، رغيف اللحم ، كرات اللحم ، المرنغ ، التجميد ، المعكرونة ، الصلصات ، السوفليه ، سورييمي ، وفي بعض الحالات ، النيبيذ على الملصقات الغذائية ، قد يشار إلى بروتينات البيض بالألبومين ، الجلوبيولين ، الليسيثين ، ليفيتين ، اليزوزيم ، البيضوي ، أوفاجلوبولين ، أوفاموسين ، أوفوفيتينين ، أو فيتالين .

تشمل البدائل الممكنة لبياض البيض الأكوافا (السائل الموجود في الحمص أو الفاصوليا المعلب) للمرينغ وأعشاب من الفصيلة الخبازية . إذا تم استخدام بيضة كاملة لإضافة الرطوبة إلى المخبوزات ، فإن الموز المهروس هو بديل محتمل لجعل المخبوزات أثقل وأكثر كثافة ، تعد بذور الكتان المطحونة وبذور الشيا بدائل جيدة للبيض . إذا تم استخدام البيض كعامل تخمير ، فإن 1/4 كوب من الماء المكرن لكل بيضة يعمل كبديل . يستخدم التوفو الحريري كبديل للبيض المخفوق .

إيمنتال

إيمنتال 28,67 ميكروغرام / مل Gوا مستوى

تشمل الأعراض المصاحبة لعدم تحمل الطعام بعد تناول حليب الجاموس الغثيان وآلام المعدة والغازات والتشنجات والانتفاخ والقيء وحرقة المعدة والإسهال والصداع والتهيج والعصبية .

تشمل المنتجات الغذائية والأطباق التي تحتوي عادةً على جبن إيمنتال الجبن ، ومخبوزات الجبن ، ونفث الجبن ، والحساء ، والبيتزا ، وألواح الجبن البديل الممكنة (غير الألبان) للجبن الإيمنتال هي بدائل الجبن النباتي القائمة على المكسرات (مثل الكاجو والمكاديميا) أو فول الصويا .

جبن الماعز

جبن القريش هو 17,28 ميكروغرام / مل Gوا مستوى

تشمل الأعراض المصاحبة لعدم تحمل الطعام بعد تناول حليب الجاموس الغثيان وآلام المعدة والغازات والتشنجات والانتفاخ والقيء وحرقة المعدة والإسهال والصداع والتهيج والعصبية .

شمل المنتجات الغذائية والأطباق التي تحتوي عادةً على جبن الماعز السلطات والبيتزا والفطائر اللذيذة والسندويشات ، كمقليات على المعكرونة والحلويات وألواح الجبن .

تشمل البدائل الممكنة (غير الألبان) للجبن القريش التوفو الصلب (المفتت) أو البدائل التي تعتمد على الكاجو .

حليب الماعز

لحليب الماعز 14,4 ميكروغرام / مل Gوا مستوى

تشمل الأعراض المصاحبة لعدم تحمل الطعام بعد تناول حليب الجاموس الغثيان وآلام المعدة والغازات والتشنجات والانتفاخ والقيء وحرقة المعدة والإسهال والصداع والتهيج والعصبية .

Food products and dishes typically containing goat's milk include dairy products such as cheese, butter, ice cream, yogurt, and cajeta.

Possible alternatives for goat's milk include cow's milk, camel's milk, sheep's milk, and buffalo's milk for animal derived sources. Plant-based alternatives include coconut milk, rice milk, soy milk, almond milk, and oat milk. Please note that the proteins in the milk of different animals are structurally similar to the proteins in cow's milk. Some patients may tolerate them, others might experience similar reactions to what they experience after consuming cow's milk.

Gouda

Your IgG level for gouda is 41,85 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming gouda include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing gouda include cheese dips, gratins, soups, sandwiches, sauces, lasagna, pizza, and cheese boards.

Possible alternatives (non-dairy) for gouda are vegan cheese substitutes based on nuts (e.g., cashew, macadamia) or soy.

Mozzarella

Your IgG level for mozzarella is 38,46 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming mozzarella include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing mozzarella include pizza, lasagna, caprese salads, and fruit salads.

Possible alternatives (non-dairy) for mozzarella cheese are vegan cheese substitutes based on cashew nuts or rice milk.

Parmesan

Your IgG level for parmesan is 23,12 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming parmesan include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing parmesan include pizza, lasagne, pasta dishes, chicken ceasar salads, soups, and cheese boards.

Possible alternatives (non-dairy) for parmesan includes substitutes based on soy and nutritional yeast.

Sheep cheese

Your IgG level for sheep cheese is 18 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming sheep cheese include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing sheep cheese include popular cheeses such as feta (Greek), ricotta (Italian), and roquefort (French).

Possible alternatives (non-dairy) for sheep cheese are tofu and cashew cheese.

Sheep's milk

Your IgG level for sheep's milk is 20,8 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming sheep's milk include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing sheep's milk include dairy products such as cheeses (e.g., feta, ricotta, roquefort), yogurt, butter, and ice cream.

Possible alternatives for sheep milk include cow's milk, camel's milk, goat's milk, and buffalo's milk for animal derived sources. Plant-based alternatives include coconut milk, rice milk, soy milk, almond milk, and oat milk. Please note that the proteins in the milk of different animals are structurally similar to the proteins in cow's milk. Some patients may tolerate them, others might experience similar reactions to what they experience after consuming cow's milk.

Cereals & Seeds

Gluten

Your IgG level for gluten is 16,08 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming gluten include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing gluten include wheat, wheat varieties (spelt, durum, couscous, semolina, farina, farro, kamut, einkorn, bulgur, wheat bran, wheat starch, emmer, seitan, graham flour, rye, barley), bread, pittas, bagels, flatbreads, rolls, pasta, crackers, biscuits, pastry, breakfast cereals, breadcrumbs, croutons, beers, ales, and lagers. On food labels, gluten may be referred to as triticum vulgare (wheat), triticale (cross between wheat and rye), hordeum vulgare (barley), secale cereale (rye), and triticum spelta (spelt).

Possible alternatives to gluten products include buckwheat (groats and flour), quinoa (grain or flour), rice (grain or flour), potato flour, soy flour, chickpea flour, corn, amaranth, millet, gluten-free oats, sorghum, and tapioca. Gluten-free pasta alternatives are made from lentils, peas, corn, rice, or buckwheat. Vegetable noodles are made from zucchini, carrot, or squash.

Line seed

Your IgG level for line seed is 29,01 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming line seeds include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing line seeds include whole line seed oil, whole grain breads, crackers, cereals, pasta, energy bars, and meatless meat products.

Possible alternatives to line seeds include chia seeds, hemp seeds, and lupine seeds.

Pumpkin seed

Your IgG level for pumpkin seed is 17,9 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming pumpkin seeds include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing pumpkin seeds include pumpkin seed butter, cookies, granola, pesto, and bread. Pumpkin seeds are often used as garnish for salads, pasta, risotto, and oatmeal.

Possible alternatives for pumpkin seeds include sunflower seeds.

Rapeseed

Your IgG level for rapeseed is 36,45 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming rapeseed include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing rapeseeds include rapeseed oil.

Possible alternatives for rapeseed oil include olive oil, avocado oil, and pumpkin seed oil.

Wheat gliadin

Your IgG level for wheat gliadin is 14,11 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming wheat gliadin include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing gliadin include major sources of gluten such as bread, pasta, pizza, dressing, and sauces, as well as barley, rye, and oats.

Possible alternatives for wheat gliadin products include amaranth, millet, buckwheat, and quinoa.

Nuts

Almond

Your IgG level for almond is 47,64 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming almonds include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing almonds, ground almonds, or almond flour include cakes, breads, biscuits, confectionary, ice cream, marzipan, and liqueurs such as Amaretto.

Possible alternatives for almonds include hazelnuts, Brazil nuts, cashews, and unsalted pistachios. Unsalted pumpkin and sunflower seeds, granola, or oatmeal can function als nut-free substitutes. Tahini (sesame seed butter) can be used as a substitute for almond butter.

Legumes

Green bean

Your IgG level for green bean is 17,3 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming green beans include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing green beans include soups, stews, sautéés, stir frys, casseroles, and salads.

Possible alternatives for green beans include asparagus, wax beans, peas, lentils, string beans, and broccoli.

White bean

Your IgG level for white bean is 23,24 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming white beans include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing white beans include stews, chilis, hummus, soups, and salads.

Possible alternatives for white beans include peas, lentils, and other beans (e.g., chickpea, black, pinto, lima, fava).

Fruits

Cherry

Your IgG level for cherry is 32,96 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming cherry include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing cherries include pastries (e.g., pies, tarts, cakes, cobblers, etc.), ice cream, juice, compotes, and in trail mix (dried).

Possible alternatives for cherries in baking include plums, apricots, and nectarines.

Strawberry

Your IgG level for strawberry is 27,28 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming strawberry include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing strawberries include pastries (e.g., cakes, tarts, muffins, etc.), jams, salads, juices, smoothies, and cocktails.

Possible alternatives for strawberries include kiwis, figs, rhubarb, and raspberries.

Vegetables

Pumpkin hokkaido

مستند جزئي *

Your IgG level for hokkaido pumpkin is 23,28 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming hokkaido pumpkin include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing hokkaido pumpkin include soups, risottos, salads, and curries.

Possible alternatives for hokkaido pumpkin include butternut pumpkin, sweet potatoes and carrots.

Spices

Ginger

Your IgG level for ginger is 11,82 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming ginger include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes using ginger as a flavoring agent include various sauces, glazes, marinades, soups, salads, and stir fries. Ginger is typically used in Asian cooking and is also a staple in holiday baking (e.g., gingerbread cookies).

Possible alternatives for ginger include cardamom, cinnamon, and nutmeg, or a combination of the three.

Mustard

Your IgG level for mustard is 19,79 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming mustard include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes using mustard seeds as a flavoring agent include sauces, curries, and chutneys in Indian cooking. Mustard paste is used for salad dressings, as well as meat and fish dishes (as a glaze).

Possible alternatives for mustard seeds include caraway seeds and horseradish.

Novel Foods

Almond milk

Your IgG level for almond milk is 22,28 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming almond milk include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Almond milk is a plant-based substitute for cow's milk and is used for cooking porridge, oatmeal, cream-based soups, creamy sauces, gravies, as a coffee creamer, smoothies, ice creams, and other desserts.

Possible alternatives (plant-based) to almond milk include oat milk, rice milk, coconut milk, soy milk, hemp milk, and cashew milk.

Other

Honey

Your IgG level for honey is 30,98 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming honey include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing honey include sauces, salad dressings, meads, soups, and baked goods (e.g., breads, cookies, cakes, muffins, etc.).

Possible alternatives for honey include rice malt syrup, brown rice syrup, molasses, maple syrup, agave nectar, and golden syrup.

M-Transglutaminase (meat glue)

Your IgG level for M-Transglutaminase is 28,77 µg/ml.

Associated food intolerance symptoms after consuming M-Transglutaminase include nausea, stomach pain, gas, cramps, bloating, vomiting, heartburn, diarrhea, headaches, irritability, and nervousness.

Food products and dishes typically containing M-Transglutaminase include sausages, ham, fish balls, chicken nuggets, and surimi.

Possible alternatives for M-Transglutaminase include gelatin and carrageenan (derived from seaweeds).

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.)