



IHR LOGO

ID PAZIENTE:

31147

NOME PAZIENTE:



DATA DI NASCITA:

07/01/1972

ID CAMPIONE:

31147

CODICE A BARRE:

80AEC114

DATA ESAME:

14/02/2024

ANTIGENI TESTATI:

286

METODO DEL TEST:

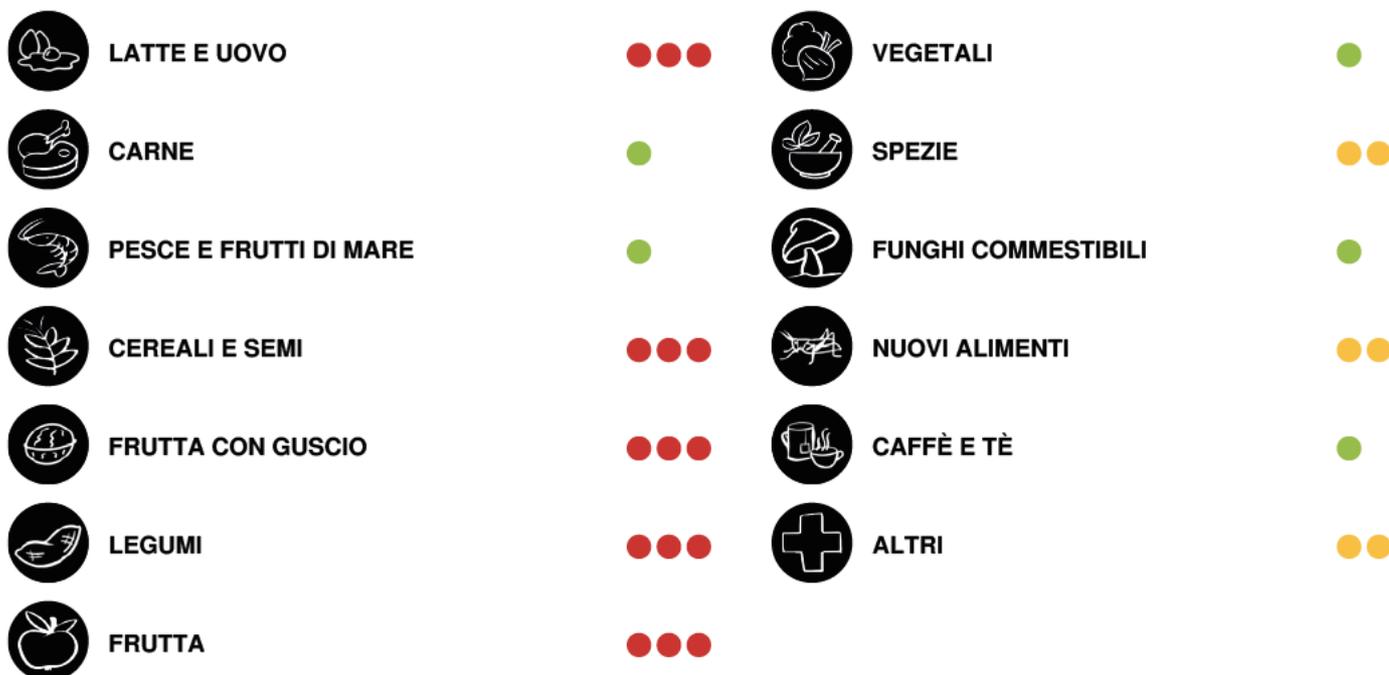
FOX

MEDICO RICHIEDENTE:

INFORMAZIONI AGGIUNTIVE:

Il QC interno (verificato con i Dot Guida) era nei limiti di accettabilità.

Report laboratorio: panoramica del profilo IgG



Valori di riferimento

0 - 9,99 $\mu\text{g/ml}$



Basso livello di IgG

10 - 19,99 $\mu\text{g/ml}$



Livello intermedio di IgG

≥ 20 $\mu\text{g/ml}$



Alto livello di IgG

Uova e Latte

Latticello	36,37 µg/ml	●●●	Latte vaccino Bos d 8 * (Caseina)	26,75 µg/ml	●●●
Camembert	29,78 µg/ml	●●●	Latte di Bufala	19,51 µg/ml	●●
Emmental	16,13 µg/ml	●●	Latte di Cammella	7,62 µg/ml	●
Formaggio Gouda	31,03 µg/ml	●●●	Formaggio di Capra	18,72 µg/ml	●●
Fiocchi di latte	33,21 µg/ml	●●●	Latte di Capra	18,53 µg/ml	●●
Latte Vaccino	24,25 µg/ml	●●●	Uova di Quaglia	14,53 µg/ml	●●
Mozzarella	32,47 µg/ml	●●●	Albume d'uovo	38,11 µg/ml	●●●
Parmigiano	30,99 µg/ml	●●●	Tuorlo d'uovo	41,94 µg/ml	●●●
Latte vaccino Bos d 4 * (Alfa-lattoalbumina)	34,12 µg/ml	●●●	Formaggio di Pecora	22,57 µg/ml	●●●
Latte vaccino Bos d 5 * (Beta-lattoalbumina)	38,34 µg/ml	●●●	Latte di pecora	28,64 µg/ml	●●●

Carne

Anatra	≤ 5,00 µg/ml	●	Pollo	≤ 5,00 µg/ml	●
Manzo	5,46 µg/ml	●	Tacchino	≤ 5,00 µg/ml	●
Vitello	≤ 5,00 µg/ml	●	Coniglio	≤ 5,00 µg/ml	●
Capriolo	≤ 5,00 µg/ml	●	Agnello	≤ 5,00 µg/ml	●
Capra	≤ 5,00 µg/ml	●	Struzzo	≤ 5,00 µg/ml	●
Cervo	≤ 5,00 µg/ml	●	Maiale	≤ 5,00 µg/ml	●
Cavallo	≤ 5,00 µg/ml	●	Cinghiale	≤ 5,00 µg/ml	●

Pesce e Frutti di Mare

Caviale	≤ 5,00 µg/ml	●	Trota	≤ 5,00 µg/ml	●
Anguilla	≤ 5,00 µg/ml	●	Ostrica	≤ 5,00 µg/ml	●
Gambero nobile	≤ 5,00 µg/ml	●	Gambero del nord	≤ 5,00 µg/ml	●
Tellina / Cuore di Mare (cockle)	≤ 5,00 µg/ml	●	Capasanta	≤ 5,00 µg/ml	●
Granchio	≤ 5,00 µg/ml	●	Razza chiodata	5,14 µg/ml	●
Aringa Atlantica	≤ 5,00 µg/ml	●	Passera di Mare Europea	≤ 5,00 µg/ml	●
Carpa	≤ 5,00 µg/ml	●	Manta spinosa	≤ 5,00 µg/ml	●
Acciuga Europea	≤ 5,00 µg/ml	●	Vongola	5,71 µg/ml	●
Luccio del nord	≤ 5,00 µg/ml	●	Salmone	≤ 5,00 µg/ml	●
Merluzzo Atlantico	≤ 5,00 µg/ml	●	Sardella Europea	≤ 5,00 µg/ml	●
Abalone	≤ 5,00 µg/ml	●	Rombo	≤ 5,00 µg/ml	●
Aragosta	≤ 5,00 µg/ml	●	Sgombro	≤ 5,00 µg/ml	●

Mix di gamberi	≤ 5,00 µg/ml	●	Scorfano Atlantico	≤ 5,00 µg/ml	●
Calamaro	≤ 5,00 µg/ml	●	Seppia	≤ 5,00 µg/ml	●
Rana pescatrice	≤ 5,00 µg/ml	●	Sogliola	≤ 5,00 µg/ml	●
Eglefino	≤ 5,00 µg/ml	●	Orata	≤ 5,00 µg/ml	●
Merluzzo	≤ 5,00 µg/ml	●	Tonno	≤ 5,00 µg/ml	●
Cozza	5,23 µg/ml	●	Pesce spada	≤ 5,00 µg/ml	●
Polipo	≤ 5,00 µg/ml	●			

Cereali e Semi

Amaranto	≤ 5,00 µg/ml	●	Pinolo	≤ 5,00 µg/ml	●
Avena	8,02 µg/ml	●	Segale	24,84 µg/ml	●●●
Colza	30,84 µg/ml	●●●	Sesamo	5,35 µg/ml	●
Semi di Canapa	≤ 5,00 µg/ml	●	Grano	31,63 µg/ml	●●●
Quinoa	≤ 5,00 µg/ml	●	Crusca di frumento	30,78 µg/ml	●●●
Semi di Zucca	≤ 5,00 µg/ml	●	Gliadina di frumento Tri a Gliadin *	33,09 µg/ml	●●●
Grano Saraceno	≤ 5,00 µg/ml	●	Erba di grano	≤ 5,00 µg/ml	●
Semi di Girasole	5,12 µg/ml	●	Glutine	35,96 µg/ml	●●●
Orzo	≤ 5,00 µg/ml	●	Farro dicocco	30,79 µg/ml	●●●
Malto (Orzo)	15,79 µg/ml	●●	Grano duro (Durum)	21,55 µg/ml	●●●
Semi di Lino	≤ 5,00 µg/ml	●	Farro monococco	35,28 µg/ml	●●●
Semi di Lupino	≤ 5,00 µg/ml	●	Grano polacco	18,18 µg/ml	●●
Riso	≤ 5,00 µg/ml	●	Farro spelta	27,25 µg/ml	●●●
Miglio	≤ 5,00 µg/ml	●	Mais	≤ 5,00 µg/ml	●
Semi di Papavero	5,21 µg/ml	●			

Frutta con guscio

Anacardo	≤ 5,00 µg/ml	●	Nocciola	16,03 µg/ml	●●
Noce del Brasile	34,81 µg/ml	●●●	Zigolo dolce	≤ 5,00 µg/ml	●
Noce Pecan	6,11 µg/ml	●	Noce	13,32 µg/ml	●●
Castagna dolce	≤ 5,00 µg/ml	●	Noce Macadamia	≤ 5,00 µg/ml	●
Bevanda al Cocco	6,94 µg/ml	●	Pistacchio	≤ 5,00 µg/ml	●
Cocco	≤ 5,00 µg/ml	●	Mandorla	47,41 µg/ml	●●●
Noce di Cola	≤ 5,00 µg/ml	●			

Legumi

Arachide	25,21 µg/ml	●●●	Fagiolino	≤ 5,00 µg/ml	●
----------	-------------	-----	-----------	--------------	---

Cece	≤ 5,00 µg/ml	●	Pisello	≤ 5,00 µg/ml	●
Soia	≤ 5,00 µg/ml	●	Taccola	≤ 5,00 µg/ml	●
Lenticchia	≤ 5,00 µg/ml	●	Tamarindo	≤ 5,00 µg/ml	●
Fagiolo bianco	≤ 5,00 µg/ml	●	Fagiolo Mungo verde	≤ 5,00 µg/ml	●

Frutta

Kiwi	≤ 5,00 µg/ml	●	Dattero	≤ 5,00 µg/ml	●
Ananas	23,01 µg/ml	●●●	Alchechengi	≤ 5,00 µg/ml	●
Papaya	≤ 5,00 µg/ml	●	Albicocca	≤ 5,00 µg/ml	●
Lime	≤ 5,00 µg/ml	●	Ciliegia	5,04 µg/ml	●
Limone	≤ 5,00 µg/ml	●	Prugna	≤ 5,00 µg/ml	●
Anguria	≤ 5,00 µg/ml	●	Pesca	≤ 5,00 µg/ml	●
Pompelmo	≤ 5,00 µg/ml	●	Nettarina	≤ 5,00 µg/ml	●
Mandarino	≤ 5,00 µg/ml	●	Melograno	≤ 5,00 µg/ml	●
Arancia	≤ 5,00 µg/ml	●	Pera	≤ 5,00 µg/ml	●
Melone	≤ 5,00 µg/ml	●	Uva spina	≤ 5,00 µg/ml	●
Fico	38,99 µg/ml	●●●	Ribes rosso	≤ 5,00 µg/ml	●
Fragola	≤ 5,00 µg/ml	●	Mora	≤ 5,00 µg/ml	●
Litchi	≤ 5,00 µg/ml	●	Lampone	≤ 5,00 µg/ml	●
Mela	≤ 5,00 µg/ml	●	Sambuco	≤ 5,00 µg/ml	●
Mango	≤ 5,00 µg/ml	●	Mirtillo	≤ 5,00 µg/ml	●
Gelso	≤ 5,00 µg/ml	●	Mirtillo	≤ 5,00 µg/ml	●
Banana	≤ 5,00 µg/ml	●	Uva	≤ 5,00 µg/ml	●
Frutto della Passione	≤ 5,00 µg/ml	●	Uva passa	≤ 5,00 µg/ml	●

Vegetali

Scalogno	≤ 5,00 µg/ml	●	Cappero	≤ 5,00 µg/ml	●
Cipolla	≤ 5,00 µg/ml	●	Indivia	≤ 5,00 µg/ml	●
Porro	≤ 5,00 µg/ml	●	Radicchio	≤ 5,00 µg/ml	●
Aglio	≤ 5,00 µg/ml	●	Cicoria	≤ 5,00 µg/ml	●
Erba Cipollina	≤ 5,00 µg/ml	●	Zucca Violina	≤ 5,00 µg/ml	●
Aglio selvatico	≤ 5,00 µg/ml	●	Zucca di Hokkaido	6,83 µg/ml	●
Bulbo di Sedano	≤ 5,00 µg/ml	●	Kiwano	≤ 5,00 µg/ml	●
Costa di sedano	≤ 5,00 µg/ml	●	Zucchini	≤ 5,00 µg/ml	●
Rafano	≤ 5,00 µg/ml	●	Cetriolo	≤ 5,00 µg/ml	●
Asparago bianco	≤ 5,00 µg/ml	●	Carciofo	≤ 5,00 µg/ml	●
Germogli di Bamboo	≤ 5,00 µg/ml	●	Carota	≤ 5,00 µg/ml	●

Bietola	≤ 5,00 µg/ml	●	Rucola	≤ 5,00 µg/ml	●
Barbabietola	≤ 5,00 µg/ml	●	Finocchio	≤ 5,00 µg/ml	●
Cavolo	≤ 5,00 µg/ml	●	Patata dolce	≤ 5,00 µg/ml	●
Cavolfiore	≤ 5,00 µg/ml	●	Crescione	≤ 5,00 µg/ml	●
Cavolo bianco	≤ 5,00 µg/ml	●	Olivo	≤ 5,00 µg/ml	●
Cavolini di Bruxelles	≤ 5,00 µg/ml	●	Pastinaca	≤ 5,00 µg/ml	●
Cavolo rapa	≤ 5,00 µg/ml	●	Avocado	≤ 5,00 µg/ml	●
Broccolo	≤ 5,00 µg/ml	●	Ravanello	≤ 5,00 µg/ml	●
Broccolo romanesco	≤ 5,00 µg/ml	●	Melanzana	≤ 5,00 µg/ml	●
Cavolo rosso	≤ 5,00 µg/ml	●	Patata	≤ 5,00 µg/ml	●
Cavolo Verde	≤ 5,00 µg/ml	●	Pomodoro	≤ 5,00 µg/ml	●
Verza (Cavolo verzotto)	≤ 5,00 µg/ml	●	Spinacio	≤ 5,00 µg/ml	●
Rapa	≤ 5,00 µg/ml	●	Foglie di ortica	≤ 5,00 µg/ml	●
Pok-Choi	≤ 5,00 µg/ml	●	Valeriana	≤ 5,00 µg/ml	●
Cavolo Cinese	≤ 5,00 µg/ml	●			

Spezie ed Aromi

Aneto	≤ 5,00 µg/ml	●	Menta	≤ 5,00 µg/ml	●
Dragoncello	≤ 5,00 µg/ml	●	Basilico	≤ 5,00 µg/ml	●
Paprika	5,88 µg/ml	●	Maggiorana	≤ 5,00 µg/ml	●
Pepe di Cayenne	≤ 5,00 µg/ml	●	Origano	≤ 5,00 µg/ml	●
Peperoncino (rosso)	≤ 5,00 µg/ml	●	Prezzemolo	≤ 5,00 µg/ml	●
Cumino dei prati (caraway)	≤ 5,00 µg/ml	●	Anice	≤ 5,00 µg/ml	●
Cannella	≤ 5,00 µg/ml	●	Pepe (nero, bianco, verde, rosso, giallo)	≤ 5,00 µg/ml	●
Curry	≤ 5,00 µg/ml	●	Rosmarino	≤ 5,00 µg/ml	●
Coriandolo	≤ 5,00 µg/ml	●	Salvia	≤ 5,00 µg/ml	●
Cumino	≤ 5,00 µg/ml	●	Senape	19,32 µg/ml	●●
Curcuma	≤ 5,00 µg/ml	●	Chiodo di Garofano	≤ 5,00 µg/ml	●
Citronella	≤ 5,00 µg/ml	●	Timo	≤ 5,00 µg/ml	●
Cardamomo	≤ 5,00 µg/ml	●	Fieno Greco	≤ 5,00 µg/ml	●
Bacca di ginepro	≤ 5,00 µg/ml	●	Vaniglia	≤ 5,00 µg/ml	●
Foglia d'alloro	≤ 5,00 µg/ml	●	Zenzero	≤ 5,00 µg/ml	●
Noce moscata	≤ 5,00 µg/ml	●			

Funghi Commestibili

Funghi bianchi	≤ 5,00 µg/ml	●	Fungo Enoki	≤ 5,00 µg/ml	●
----------------	--------------	---	-------------	--------------	---

Porcino (Boletus)	≤ 5,00 µg/ml	●	Cardoncello (Frenchhorn mushroom),	≤ 5,00 µg/ml	●
Finferlo (chanterella)	≤ 5,00 µg/ml	●	Fungo Oyster	≤ 5,00 µg/ml	●

Nuovi Alimenti

Grillo domestico	8,63 µg/ml	●	Ginseng	≤ 5,00 µg/ml	●
Baobab	≤ 5,00 µg/ml	●	Guarana	≤ 5,00 µg/ml	●
Aloe	≤ 5,00 µg/ml	●	Bevanda alla Mandorla	17,73 µg/ml	●●
Radice di bardana maggiore	≤ 5,00 µg/ml	●	Alga Nori	≤ 5,00 µg/ml	●
Aronia	≤ 5,00 µg/ml	●	Semi di Chia	≤ 5,00 µg/ml	●
Olio di cartamo	≤ 5,00 µg/ml	●	Radice di Yacón	≤ 5,00 µg/ml	●
Clorella	≤ 5,00 µg/ml	●	Spirulina	≤ 5,00 µg/ml	●
Ginkgo	≤ 5,00 µg/ml	●	Radice di Tarassaco	≤ 5,00 µg/ml	●
Radice di Maca	≤ 5,00 µg/ml	●	Verme della farina	≤ 5,00 µg/ml	●
Locusta migratoria	≤ 5,00 µg/ml	●	Alga Wakame	≤ 5,00 µg/ml	●
Tapioca	≤ 5,00 µg/ml	●			

Caffè e Tè

Tè nero	≤ 5,00 µg/ml	●	Camomilla	≤ 5,00 µg/ml	●
Tè verde	≤ 5,00 µg/ml	●	Menta piperita	≤ 5,00 µg/ml	●
Caffè	≤ 5,00 µg/ml	●	Moringa	≤ 5,00 µg/ml	●
Ibisco	≤ 5,00 µg/ml	●	Cacao	≤ 5,00 µg/ml	●
Gelsomino	≤ 5,00 µg/ml	●			

Altri

Agar Agar	≤ 5,00 µg/ml	●	Zucchero di Canna	6,78 µg/ml	●
Miele	13,45 µg/ml	●●	Lievito di birra	≤ 5,00 µg/ml	●
Aspergillus niger	8,02 µg/ml	●	Fiori di Sambuco	≤ 5,00 µg/ml	●
Luppolo	≤ 5,00 µg/ml	●	M-Transglutaminase, colla per carne	9,96 µg/ml	●
Lievito secco	≤ 5,00 µg/ml	●			

CCD

Lattoferrina umana	≤ 5,00 µg/ml	●
--------------------	--------------	---

DATA PRELIEVO
14/02/2024

DATA REFERTO
16/02/2024

FOX – Numero di antigeni alimentari testati:

283



UOVA E LATTE

17

Latte di Bufala, Latticello, Latte di Cammella, Camembert, Focchi di latte, Latte Vaccino, Albume d'uovo, Tuorlo d'uovo, Emmentaler, Formaggio di Capra, Latte di Capra, Gouda, Mozzarella, Parmigiano, Uova di Quaglia, Formaggio di Pecora, Latte di Pecora



CARNE

14

Manzo, Cinghiale, Pollo, Anatra, Capra, Cavallo, Agnello, Struzzo, Maiale, Coniglio, Cervo, Tacchino, Vitello, Capriolo



PESCE E FRUTTI DI MARE

37

Abalone, Merluzzo Atlantico, Aringa Atlantica, Scorfano Atlantico, Carpa, Caviale, Tellina/Cuore di mare (cockle), Cozza, Granchio, Anguilla, Acciuga Europea, Sardella Europea, Passera di mare/Platessa, Orata, Eglefino, Nasello, Aragosta, Sgombro, Rana pescatrice, Gambero Nobile, Luccio del nord, Gambero del nord, Polpo, Ostrica, Cannolicchio di mare, Salmone, Capasanta, Seppia, Mix di gamberi, Sogliola, Calamaro, Pesce Spada, Razza Chiodata, Trota, Tonno, Rombo, Vongola di Venere.



CEREALI E SEMI

29

Amaranto, Orzo, Grano Saraceno, Cece, Mais, Grano Duro (Durun), Farro monococco, Farro Dicocco, Glutine, Semi di Canapa, Semi di Lino, Semi di Lupino, Malto (Orzo), Miglio, Avena, Grano Polacco, Semi di Papavero, Semi di Zucca, Quinoa, Colza, Riso, Segale, Sesamo, Farro spelta, Semi di Girasole, Grano, Crusca di Frumento, Gliadina di frumento, Erba di Grano



FRUTTA CON GUSCIO

13

Mandorla, Noce del Brasile, Anacardo, Cocco, Bevanda al Cocco, Nocciola, Noce di Cola, Noce Macadamia, Noce Pecan, Pinolo, Pistacchio, Castagna dolce, Zigolo dolce, Noce



LEGUMI

10

Fagiolino, Lenticchia, Fagiolo mungo verde, Pisello, Arachide, Soia, Taccola, Tamarindo, Fagiolo bianco



VEGETALI

51

Carciofo, Rucola, Avocado, Semi di Bambù, Broccolo, Cavolini di Bruxelles, Cavolo, Capperi, Carota, Cavolfiore, Bulbo di Sedano, Costa di Sedano, Bietola, Cicoria, Cavolo Cinese, Erba Cipollina, Cetriolo, Melanzana, Indivia, Finocchio, Aglio, Cavolo Verde, Rafano, Kiwano, Cavolo Rapa, Valeriana, Porro, Foglie di Ortica, Olive, Cipolla, Pastinaca, Pok-Choi, Patata, Zucca_Violina, Zucca_Hokkaido, Radicchio, Ravanello, Barbabietola, Cavolo rosso, Broccolo Romanesco, Verza, Scalogno, Spinaci, Patata dolce, Pomodoro, Rapa, Crescione, Asparago Bianco, Cavolo Bianco, Aglio Selvatico, Zucchini



SPEZIE ED AROMI

31

Anice, Basilico, Alloro, Cumino dei prati (Caraway), Cardamomo, Pepe di Caienna, Peperoncino (rosso), Cannella, Chiodo di Garofano, Coriandolo, Cumino, Curry, Aneto, Fieno Greco, Zenzero, Bacca di Ginepro, Citronella, Maggiorana, Menta, Senape, Noce Moscata, Origano, Paprika, Prezzemolo, Pepe (nero/bianco/verde/rosso/giallo) Rosmarino, Salvia, Dragoncello, Timo, Curcuma, Vaniglia



FUNGHI COMMESTIBILI

6

Porcino (Boletus), Finferlo (Chanterelle), Enoki, Cardoncello (Frenchhorn mushroom), Fungo Oyster Funghi bianchi



NUOVI ALIMENTI

21

Bevanda alla Mandorla, Aloe, Aronia, Baobab, Semi di Chia, Alga Clorella, Radice di Tarassaco, Ginkgo, Ginseng, Radice di Bardana Maggiore, Guaranà, Grillo Domestico, Radice di Maca, Verme della Farina, Locusta Migratoria, Alga Nori, Olio di Cartamo, Spirulina, Tapioca, Alga Wakame, Radice di Yacón



CAFFÈ E TÈ

9

Camomilla, Cacao, Caffè, Ibisco, Gelsomino, Moringa, Menta Piperita, Tè nero, Tè verde



ALTRI

9

Agar Agar, Aspergillus Niger, Lievito secco, Lievito di birra, Fiori di Sambuco, Miele, Luppolo, M-transglutaminasi, Colla per carne, Zucchero di Canna, Determinanti Carboidratici Cross-reattivi.



FRUTTA

36

Mela, Albicocca, Banana, Mora, Mirtillo, Ciliegia, Mirtillo Rosso, Dattero, Sambuco, Fico, Uva Spina, Uva, Pompelmo, Kiwi, Limone, Lime, Litchi, Mango, Melone, Gelso, Nettarina, Arancia, Papaia, Frutto della Passione, Pesca, Pera, Alchechengi, Ananas, Prugna, Melograno, Uva passa, Lampone, Ribes Rosso, Fragola, Mandarino, Anguria

Sintesi interpretazione

Latte & uova

Latte di bufala

Il tuo livello di IgG per latte di bufala è 19,51 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di latte di bufala includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di test, irritabilità e nervosismo.

Prodotti alimentari e piatti che tipicamente contengono latte di bufala includono prodotti lattiero-caseari come burro, yogurt, formaggi (ad esempio, mozzarella) e gelato.

Le possibili alternative al latte di bufala includono latte di cammella, latte di capra e latte vaccino per le fonti di origine animale. Le alternative di origine vegetale includono bevanda di soia, bevanda al cocco, bevanda di mandorla e bevanda di riso. Si prega di notare che le proteine del latte di diversi animali sono strutturalmente simili alle proteine del latte vaccino. Alcuni pazienti possono tollerarle, altri possono riscontrare reazioni simili a quelle avute dopo il consumo di latte vaccino.

Latticello

Il tuo livello di IgG per il latticello è 36,37 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di latticello includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di test, irritabilità e nervosismo.

Prodotti alimentari e piatti che tipicamente contengono latticello includono biscotti, dolci, purè di patate, zuppe, pollo fritto, panini per hamburger, pane di mais, salsa ranch, frullati, pancake, gelato e formaggi cremosi.

Le possibili alternative (non lattiero-casearie) per il latticello includono opzioni a base di soia come una combinazione di bevanda di soia e acido (p. es., succo di limone o aceto), panna acida vegana o latte di origine vegetale non zuccherato (p. es., cocco, mandorle o anacardi) e acidi (ad es. succo di limone o aceto).

Camembert

Il vostro livello di IgG per il camembert è 29,78 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati dopo il consumo di camembert includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono camembert sono insalate, taglieri di formaggi, hamburger. Il camembert è spesso servito nella cucina francese.

Le possibili alternative (non casearie) per il camembert includono sostituti a base di anacardi.

Fiocchi di latte

Il tuo livello di IgG i fiocchi di latte è 33,21 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati dopo aver consumato fiocchi di latte includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono fiocchi di latte sono presenti in salse, pancake, piatti a base di uova, piatti di pasta e panini.

Le possibili alternative (non lattiero-casearie) per i fiocchi di latte includono tofu solido (sbriciolato) o sostituti a base di anacardi.

Latte vaccino

Il tuo livello di IgG per il latte vaccino è 24,25 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di latte vaccino includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono latte vaccino includono prodotti lattiero-caseari come burro, formaggio, panna, panna acida, crema pasticcera, yogurt, gelato e budino. La proteina del latte vaccino è spesso inclusa in gratin, pane, biscotti, cracker, torte, cibi pastellati, miscele per torte, cereali, cioccolato, crema al caffè, barrette di muesli, margarina, purè di patate e condimenti per insalata. Sulle etichette degli alimenti, le proteine del latte possono essere indicate come burro artificiale, aroma di formaggio, caseina, diacetile, cagliata, burro chiarificato, idrolizzati, lattealbumina, lattosio, recaldent, caglio, tagatosio o siero di latte.

Le possibili alternative per il latte vaccino includono latte di capra, latte di cammella, latte di pecora e latte di bufala per fonti di origine animale. Le alternative di origine vegetale includono bevanda al cocco, bevanda di riso, bevanda di soia, bevanda di mandorle e bevanda d'avena. Si prega di notare che le proteine del latte di diversi animali sono strutturalmente simili alle proteine del latte vaccino. Alcuni pazienti possono tollerarli, altri possono riscontrare reazioni simili a quelle avute dopo aver consumato il latte vaccino.

Albumine d'uovo

Il tuo livello di IgG per l'albumine è 38,11 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati dopo il consumo di albumine includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono albumine d'uovo comprendono tutti i tipi di piatti a base di uova (omelette, uova fritte, uova strapazzate, ecc.), nonché cibi impanati e pastellati, condimenti per insalate, torte alla crema, bignè, crepes, waffle, budini, marshmallow, pasta reale, maionese, polpettone, polpette, meringa, glassa, pasta, salse, soufflé, surimi e, in alcuni casi, vino. Sulle etichette degli alimenti, le proteine dell'uovo possono essere indicate come albumina, globulina, lecitina, livetina, lisozima, ovalbumina, ovoglobulina, ovomucina, ovovitellina o vitellina.

Le possibili alternative per gli albumine includono l'aquafaba (liquido che si trova nei ceci o nei fagioli in scatola) per meringhe e marshmallow. Se viene utilizzato un uovo intero per aggiungere umidità ai prodotti da forno, la banana schiacciata è una possibile alternativa. Per rendere i prodotti da forno più pesanti e più densi, i semi di lino macinati e i semi di chia sono buone alternative alle uova. Se l'uovo viene utilizzato come agente lievitante, 1/4 tazza di acqua gassata per uovo funziona come sostituto. La crema di tofu è usata come sostituto delle uova strapazzate.

Tuorlo d'uovo

Il tuo livello di IgG per il tuorlo d'uovo è 41,94 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di tuorlo d'uovo includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono tuorli d'uovo includono tutti i tipi di piatti a base di uova (omelette, uova fritte, uova strapazzate, ecc.), nonché cibi impanati e pastellati, condimenti per insalate, torte alla crema, bignè, crepes, waffle, cremini, budini, marshmallow, marzapane, maionese, polpettone, polpette, meringa, glassa, pasta, salse, soufflé e surimi. Sulle etichette degli alimenti, le proteine dell'uovo possono essere indicate come albumina, globulina, lecitina, livetina, lisozima, ovalbumina, ovoglobulina, ovomucina, ovovitellina o vitellina.

Le possibili alternative per i tuorli d'uovo includono la lecitina di soia (un sottoprodotto dell'olio di soia). Se viene utilizzato un uovo intero per aggiungere umidità ai prodotti da forno, la banana schiacciata è una possibile alternativa. Per rendere i prodotti da forno più pesanti e più densi, i macinati e i semi di chia sono buone alternative alle uova. Se l'uovo viene utilizzato come agente lievitante, 1/4 tazza di acqua gassata per uovo funziona come sostituto. La crema di tofu è usata come sostituto delle uova strapazzate.

Emmental

Il tuo livello di IgG per l'emmental è 16,13 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati dopo il consumo di emmental includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono formaggio emmental includono gratin, fondute di formaggio, bignè al formaggio, zuppe, pizza e taglieri di formaggio.

Le possibili alternative (non lattiero-casearie) per il formaggio emmental sono sostituti del formaggio vegani a base di frutta con guscio (ad esempio, anacardi, macadamia) o soia.

Formaggio di capra

Il tuo livello di IgG per il formaggio di capra è 18,72 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di formaggio di capra includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono formaggio di capra includono insalate, pizza, torte salate, panini, come guarnizione su pasta, dolci e taglieri di formaggi.

Le possibili alternative (non casearie) per il formaggio di capra includono il tofu e il formaggio di anacardi.

Latte di capra

Il tuo livello di IgG per il latte di capra è 18,53 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di latte di capra includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono latte di capra includono prodotti caseari come formaggio, burro, gelato, yogurt e cajeta.

Le possibili alternative per il latte di capra includono latte vaccino, latte di cammella, latte di pecora e latte di bufala per fonti di origine animale. Le alternative di origine vegetale includono bevanda al cocco, bevanda di riso, bevanda di soia, bevanda di mandorle e bevanda d'avena. Si prega di notare che le proteine del latte di diversi animali sono strutturalmente simili alle proteine del latte vaccino. Alcuni pazienti possono tollerarli, altri possono riscontrare reazioni simili a quelle avute dopo aver consumato il latte vaccino.

Gouda

Il tuo livello di IgG per gouda è 31,03 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di gouda includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono gouda includono salse al formaggio, gratin, zuppe, panini, salse, lasagne, pizza e taglieri di formaggio.

Le possibili alternative (non lattiero-casearie) per il gouda sono sostituti del formaggio vegani a base di frutta con guscio (ad esempio, anacardi, macadamia) o soia.

Mozzarella

Il tuo livello di IgG per la mozzarella è 32,47 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati dopo il consumo di mozzarella includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono mozzarella includono pizza, lasagne, insalate.

Le possibili alternative (non casearie) alla mozzarella sono i sostituti del formaggio vegani a base di anacardi o latte di riso.

Parmigiano

Il tuo livello di IgG per il parmigiano è 30,99 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di parmigiano includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono parmigiano includono pizza, lasagne, piatti di pasta, insalate di pollo (caesar salad), zuppe e taglieri di formaggi.

Le possibili alternative (non casearie) al parmigiano includono sostituti a base di soia e lievito alimentare.

Uovo di quaglia

Il tuo livello di IgG per l' uovo di quaglia è 14,53 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di uova di quaglia includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono uova di quaglia includono tutti i tipi di piatti a base di uova (frittate, uova fritte, uova strapazzate, ecc.), nonché cibi impanati e pastellati, condimenti per insalate, torte alla crema, bignè, crepes, waffle, cremini, budini, marshmallow, marzapane, maionese, polpettone, polpette, meringa, glassa, pasta, salse e soufflé.

Le possibili alternative per le uova di quaglia includono uova di gallina, uova d'oca, uova di anatra e uova di struzzo per sostituti di origine animale. I sostituti di origine vegetale includono la crema di tofu.

Formaggio di pecora

Il tuo livello di IgG per il formaggio di pecora è 22,57 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di formaggio di pecora includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono formaggio di pecora includono formaggi popolari come feta (greco), ricotta (italiano) e roquefort (francese).

Le possibili alternative (non casearie) per il formaggio di pecora sono il tofu e il formaggio di anacardi.

Latte di pecora

Il tuo livello di IgG per il latte di pecora è 28,64 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di latte di pecora includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono latte di pecora includono prodotti caseari come formaggi (ad esempio feta, ricotta, roquefort), yogurt, burro e gelato

Le possibili alternative per il latte di pecora includono latte vaccino, latte di cammella, latte di capra e latte di bufala per fonti di origine animale. Le alternative di origine vegetale includono bevanda al cocco, bevanda di riso, bevanda di soia, bevanda di mandorle e bevanda d'avena. Si prega di notare che le proteine del latte di diversi animali sono strutturalmente simili alle proteine del latte vaccino. Alcuni pazienti possono tollerarli, altri possono riscontrare reazioni simili a quelle avute dopo aver consumato il latte vaccino. "

Cereali & Semi

Grano duro (durum)

Il tuo livello di IgG per il Grano duro è 21,55 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati dopo il consumo di grano duro includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono grano duro includono farina di semola, pasta, couscous, cereali per la colazione, budini, bulgur, pane azzimo e pasta per pizza.

Le possibili alternative alla farina di grano duro (semola) includono farina per tutti gli usi, farina di amaranto, semola di mais, farina di ceci, farina di quinoa e farina di riso.

Farro (*Triticum monococcum*)

Il tuo livello di IgG per il Farro Durum è 35,28 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati dopo il consumo di farro includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono farina di monococco durum o di monococco includono pane, cracker, focacce, barrette di cereali, biscotti, barrette proteiche, muffin e altri prodotti da forno.

Le possibili alternative alla farina di monococco (farina di farro) includono farina di amaranto, farina dicocco, farina d'orzo e farina di riso.

Farro Dicocco

Il tuo livello di IgG per il farro dicocco è 30,79 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati dopo aver consumato il farro includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono farro dicocco o farina di farro dicocco includono pane, cracker, focacce, barrette di cereali, biscotti, barrette proteiche, muffin e altri prodotti da forno.

Le possibili alternative alla farina di farro dicocco includono farina di monococco, farina di amaranto, farina d'orzo e farina di riso.

Glutine

Il tuo livello di IgG per il glutine è 35,96 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di glutine includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono glutine includono frumento, varietà di frumento (farro, grano duro, couscous, semola, farina, farro, kamut, bulgur, crusca di frumento, amido di frumento seitan, farro dicocco, farina di graham, segale, orzo, pane, pitta, bagel, focacce, panini, pasta, cracker, biscotti, pasticceria, cereali per la colazione, pangrattato, crostini, birre, ales e lager. Sulle etichette degli alimenti, il glutine può essere indicato come *triticum vulgare* (grano), *triticale* (incrocio tra frumento e segale), *hordeum vulgare* (orzo), *segale cereale* (segale) e *triticum spelta* (farro).

Le possibili alternative ai prodotti a base di glutine includono grano saraceno (semole e farina), quinoa (grano o farina), riso (grano o farina), fecola di patate, farina di soia, farina di ceci, mais, amaranto, miglio, avena senza glutine, sorgo e tapioca. Le alternative alla pasta senza glutine sono a base di lenticchie, piselli, mais, riso o grano saraceno.

Malto

Il tuo livello di IgG per il malto è 15,79 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di malto includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono cereali maltati e sciroppo di malto sono birra, whisky, latte maltato, aceto di malto e prodotti da forno.

Le possibili alternative agli sciroppi di malto includono miele, melassa, sciroppo di riso integrale, sciroppo d'acero, maltosio e zucchero.

Grano polacco

Il tuo livello di IgG per il grano polacco è 18,18 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di grano polacco includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono grano polacco e farina di grano polacco includono pilaf, risotti, insalate, pane e prodotti da forno.

Le possibili alternative per la farina di grano polacco includono farina di mandorle, farina di grano saraceno, farina di sorgo, farina di amaranto, farina di teff, farina di maranta, farina di riso integrale e farina di avena.

Colza

Il tuo livello di IgG per la colza è 30,84 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati dopo il consumo di colza includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono semi di colza includono l'olio di colza.

Le possibili alternative all'olio di colza includono olio d'oliva, olio di avocado e olio di semi di zucca.

Segale

Il tuo livello di IgG per la segale è 24,84 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati dopo il consumo di segale includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono segale e farina di segale includono pane per tramezzini, crostini, pretzels, cracker, whisky di segale e birra di segale.

Le possibili alternative per la segale e la farina di segale includono l'orzo e la farina d'orzo.

Farro spelta

Il tuo livello di IgG per il farro spelta è 27,25 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di farro includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono farro spelta e farina di farro spelta includono pane, muffin, mix di pancake, biscotti, risotti e stufati.

Le possibili alternative alla farina di farro spelta sono: farina di farro monococco, farina di amaranto, farina di grano saraceno, farina d'orzo e farina di riso.

Grano

Il tuo livello di IgG per il grano è 31,63 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati dopo il consumo di grano includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono grano e farina di frumento includono pane, pangrattato, cereali per la colazione, bulgur, biscotti, couscous, cracker, focaccine, grano duro, farro, farro, farina, farro, kamut, malto, seitan, semolino, focaccine, frittelle, pizza, pasta e pasticcini. Sulle etichette degli alimenti, il grano può essere indicato come farina bromata, estratto di cereali, farina di cracker, proteine vegetali idrolizzate, proteine di grano idrolizzate, matzoh, glutammato monosodico (MSG) e triticale. Il grano si trova a volte in aromi artificiali, colorante caramello, destrina, amido alimentare, sciroppo di glucosio, maltodestrina, salsa di soia, surimi, proteine vegetali strutturate e gomme di origine vegetale.

Le possibili alternative per il grano includono amaranto, grano saraceno, miglio, quinoa e teff.

Crusca di frumento

Il tuo livello di IgG per la crusca di frumento è 30,78 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di crusca di frumento includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono crusca di frumento includono cereali, pancake, muffin e biscotti.

Le possibili alternative alla crusca di frumento includono la crusca d'avena.

Gliadina di frumento

Il tuo livello di IgG per la gliadina del frumento è 33,09 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati dopo il consumo di gliadina di frumento includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono gliadina di frumento includono le principali fonti di glutine come pane, pasta, pizza, condimenti e salse, oltre a orzo, segale e avena.

Le possibili alternative per i prodotti di gliadina di frumento includono amaranto, miglio, grano saraceno e quinoa.

Frutta con guscio

Mandorla

Il tuo livello di IgG per la mandorla è 47,41 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di mandorle includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono mandorle, mandorle tritate o farina di mandorle includono torte, pane, biscotti, confetteria, gelati, marzapane e liquori come l'Amaretto.

Le possibili alternative per le mandorle includono nocciole, noci del Brasile, anacardi e pistacchi non salati. I semi di zucca e di girasole non salati, il muesli o la farina d'avena possono funzionare come sostituti senza noci. Il tahini (burro di semi di sesamo) può essere usato come sostituto del burro di mandorle.

Noce del Brasile

Il tuo livello di IgG per la noce del Brasile è 34,81 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di noci del Brasile includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono noci del Brasile includono torte, pane, biscotti, confetteria, gelati, pane alle noci e noci tostate.

Le possibili alternative per le noci del Brasile includono noci di macadamia, mandorle e polpa di cocco cruda.

Nocciola

Il tuo livello di IgG per la nocciola è 16,03 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di nocciole includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono nocciole includono biscotti, torte, pasticcini, cioccolato, creme spalmabili al cioccolato, confetteria, cereali e pane.

Le possibili alternative per le nocciole includono mandorle, noci di macadamia, noci e anacardi.

Noce

Il tuo livello di IgG per la noce è 13,32 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di noci includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono noci includono salse al pesto, insalate, torte, biscotti, confetteria e gelati.

Le possibili alternative per le noci includono nocciole e mandorle.

Legumi

Arachidi

Il tuo livello di IgG per l'arachide è 25,21 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di arachidi includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono arachidi includono burro di arachidi, olio di arachidi, prodotti da forno (ad es. biscotti, caramelle, pasticcini, crostate), gelati, cereali, muesli, mix di semi, peperoncino, zuppe, barrette energetiche, hamburger vegetariani, insalate e condimento per insalata. Le arachidi sono spesso utilizzate nella cucina africana e asiatica.

Le possibili alternative per le arachidi includono fagioli (ad esempio ceci, ceci neri, pinto, lima, fave) e lenticchie come fonti di proteine e fibre. Come spuntino, le arachidi possono essere sostituite da semi diversi (es. zucca, girasole), semi di soia tostate e ceci tostate. L'olio di arachidi per cucinare può essere sostituito da olio di colza, olio di girasole, olio vegetale, olio di noci, olio di mandorle e olio di cartamo.

Frutti

Fico

Il tuo livello di IgG per il fico è 38,99 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati dopo il consumo di fichi includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono fichi includono marmellate, insalate e pasticcini (ad esempio crostate, torte, ecc.).

Le possibili alternative per i fichi includono pere, nettarine, albicocche, datteri secchi, prugne secche e uva passa.

Ananas

Il tuo livello di IgG per l'ananas è 23,01 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati dopo il consumo di ananas includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono ananas includono insalate, chutney, condimenti, marinate, succhi, frullati e cocktail.

Le possibili alternative per gli ananas includono mele verdi e arance.

Spezie

Senape

Il tuo livello di IgG per la senape è 19,32 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati dopo il consumo di senape includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che utilizzano semi di senape come agente aromatizzante includono salse, curry e chutney nella cucina indiana. La pasta di senape viene utilizzata per condimenti per insalate, nonché per piatti di carne e pesce (come glassa).

Le possibili alternative per i semi di senape includono semi di cumino e rafano.

Nuovi Alimenti

Bevanda alla mandorla

Il tuo livello di IgG per la bevanda alla mandorla è 17,73 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di latte di mandorle includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

La bevanda alla mandorla è un sostituto di origine vegetale del latte vaccino e viene utilizzato per cucinare porridge, farina d'avena, zuppe a base di panna, sughi, salse cremose come crema al caffè, frullati, gelati e altri dolci.

Le possibili alternative (di origine vegetale) alla bevanda alla mandorla includono bevanda di avena, bevanda di riso, bevanda al cocco, bevanda di soia, bevanda di canapa e bevanda di anacardi.

Altri

Miele

Il tuo livello di IgG per il miele è 13,45 µg/ml.

I sintomi di intolleranza alimentare associati al consumo di miele includono nausea, mal di stomaco, gas, crampi, gonfiore, vomito, bruciore di stomaco, diarrea, mal di testa, irritabilità e nervosismo.

I prodotti alimentari e i piatti che tipicamente contengono miele includono salse, condimenti per insalate, idromele, zuppe e prodotti da forno (ad es. Pane, biscotti, torte, muffin, ecc.).

Le possibili alternative per il miele includono sciroppo di malto di riso, sciroppo di riso integrale, melassa, sciroppo d'acero, nettare di agave e sciroppo d'oro.

Disclaimer

La presenza di anticorpi IgG può essere un'indicazione di intolleranze alimentari e deve essere analizzata insieme alla storia clinica e ai risultati di altri test diagnostici.

Il software di interpretazione Raven è uno strumento per assistere nell'interpretazione dei risultati FOX ma non costituisce una diagnosi. Si declina ogni responsabilità per i commenti di Raven e le conseguenti raccomandazioni dietetiche. I commenti indicati sono progettati esclusivamente per i risultati FOX.

(La connessione tra assunzione di cibo, livelli elevati di IgG e disturbi cronici è stata descritta in pubblicazioni e studi di casi sottoposti a revisione paritaria. Tuttavia questa connessione è ancora dibattuta nella comunità scientifica e finora non è stato raggiunto un consenso.)