

TEST delle ALLERGIE e delle INTOLLERANZE ALIMENTARI

Che cosa sono?

L'allergia alimentare è un meccanismo di difesa dell'organismo rispetto ad una sostanza ingerita. Può essere messa in evidenza dosando le immunoglobuline IgE nel sangue. Nell'allergia alimentare i sintomi appaiono in modo intenso e immediatamente dopo l'ingestione dell'alimento. Le reazioni possono essere: gonfiore delle labbra, starnuti, lacrimazione, rinite, eruzione cutanea, sensazione di soffocamento, formicolio al viso e agli arti, rossore degli occhi, gonfiore del viso, e perfino una reazione di shock anafilattico con calo della pressione arteriosa e tachicardia che richiederà il ricovero d'urgenza. L'allergia è dunque facilmente riconoscibile in quanto i sintomi sono specifici, acuti, ed immediati.

L'intolleranza alimentare è, come nell'allergia una reazione di difesa del sistema immunitario e può essere messa in evidenza dosando le immunoglobuline IgG nel sangue. A differenza dell'allergia, i sintomi dell'intolleranza alimentare non appaiono in modo immediato ma bensì in modo ritardato. Le intolleranze alimentari si sviluppano nel corso della vita.

QUANDO È UTILE SOTTOPORSI AL TEST

I sintomi sono prevalentemente di tipo infiammatorio e autoimmune:

- Apparato respiratorio:** disturbi respiratori, rinite, sinusite, asma, otite, tosse, ostruzione nasale.
- Apparato locomotore:** infiammazioni delle articolazioni, tendiniti, dolori muscolari, fibromialgia, crampi, dolori articolari, perdita di forza muscolare.
- Cute:** orticaria, eczema, dermatite atopica, acne, psoriasi, pelle grassa.
- Apparato gastro-intestinale:** vomito, gonfiore, crampi, nausea, stitichezza, diarrea, colite, emorroidi, morbo celiaco.
- Sistema nervoso:** cefalea, emicrania, vertigini, sonnolenza, depressione, iperattività, disturbi della memoria, stanchezza. Aumento della sudorazione.
- Sistema endocrino:** diabete di tipo I, obesità, disfunzioni della tiroide, sindrome X.
- Apparato cardio-vascolare:** ipertensione arteriosa, arteriosclerosi, tachicardie.
- Occhi:** arrossamento, lacrimazione, secchezza.
- Apparato urinario:** cistite, presenza di sangue nelle urine.

IL PRELIEVO

Sangue, senza digiuno.

Contrariamente all'allergia, i sintomi delle intolleranze sono estremamente variabili e spesso appaiono solo dopo diverse ore dal momento dell'ingestione. L'intolleranza induce un'attivazione del sistema immunitario e provoca un'infiammazione cronica - senza che il paziente ne abbia conoscenza nell'immediato. Queste intolleranze disturbano la funzione intestinale e provocano l'infiammazione cronica e successivamente la lesione della mucosa intestinale. La mucosa intestinale lesa lascerà passare nell'organismo tossine, batteri, miceti, e sostanze digerite in modo incompleto che a loro volta daranno luogo a nuove intolleranze alimentari.

Secondo la "British Allergy Foundation", il 45% della popolazione europea e statunitense presenta un' intolleranza alimentare (IgG-mediata). Le allergie alimentari (IgE-mediate), rappresentano solo il 3% dei casi.

Le intolleranze alimentari sono in aumento a causa dell'industrializzazione della catena alimentare, dello stress, delle alterazioni della flora intestinale (la disbiosi) e delle cattive abitudini alimentari.

L'ANALISI

Uno studio statistico su 500 casi, realizzato alla Still Osteopathic Clinics, ha permesso di individuare gli alimenti maggiormente responsabili delle allergie e delle intolleranze alimentari. I risultati sono espressi in U/ml per le IgE e in mg/L per le IgG. Sono dunque unità di misura quantitative e non solo meramente qualitative. Questo permette un controllo preciso dell'andamento del trattamento. (Spesso altri laboratori danno solo un valore positivo o negativo senza effettuare il dosaggio preciso). In Italia, l'intolleranza alla gliadina (frazione del glutine) contenuta in vari cereali e dunque nelle farine, è molto diffusa non solo tra i bambini ma anche tra gli adulti. Tale intolleranza è alla base del Morbo Celiaco. Nel nord Italia una persona su 133 è celiaca. Nel sud Italia la percentuale aumenta a una persona su 100. Abbiamo dunque scelto di includere nel nostro gruppo di analisi di base, gli anticorpi che ci permettono di mettere in evidenza l'intolleranza al gliadina. Due gruppi di test di prima intenzione sono così stati determinati:

Test per il neonato e il bambino fino a 2 anni

IgE: Arachide, Soja, Uovo, latte, Merluzzo

IgG: Caseina, Gliadina, Alfa-lattoglobulina, Beta-lattoglobulina, Soja, Banane, Uovo, riso, lievito, Cacao, Carne di maiale, Pomodoro, Frumento

Test per il bambino di 3 anni fino all'adulto

IgE: Arachide, Soja.

IgG: Uovo, alfa-lactalbumina, Betalactoglobulina, Caseina, carne di maiale, gamberetti, tonno, aragosta, frumento, riso, soja, Glutine, cacao, Banane, lievito di birra, Caffè, Pomodoro.

Altri IgE o IgG alimentari potranno essere aggiunte a questa lista, in funzione dell'alimentazione del paziente e del sospetto clinico.

ESEMPIO GRAFICO DEI RISULTATI

	IgG Specifici	Nessuna restrizione	Dieta a rotazione	Da evitare
F245 - Uova	██████████	██████████	██████████	██████████
F76 - Alfa-lattalbumina	██████████	██████████	██████████	██████████
F77 - Beta-lattoglobulina	██████████	██████████	██████████	██████████
F78 - Caseina	██████████	██████████	██████████	██████████
F26 - Carne di maiale	██████████	██████████	██████████	██████████
F24 - Gamberetti	██████████	██████████	██████████	██████████
F40 - Tonno	██████████	██████████	██████████	██████████
F80 - Aragosta	██████████	██████████	██████████	██████████
F4 - Frumento	██████████	██████████	██████████	██████████
F9 - Riso	██████████	██████████	██████████	██████████
F14 - Soja	██████████	██████████	██████████	██████████
F79 - Glutine	██████████	██████████	██████████	██████████
F93 - Cacao	██████████	██████████	██████████	██████████
F92 - Banana	██████████	██████████	██████████	██████████
F45 - Lievito di birra	██████████	██████████	██████████	██████████
F221 - Caffè	██████████	██████████	██████████	██████████
F25 - Pomodoro	██████████	██████████	██████████	██████████