

# 慢性食物過敏原分析

## ChronicFoodAllergyProfile

慢性食物過敏原分析包括九十種常見食物之慢性過敏免疫球蛋白 IgG 強度分析。慢性食物過敏已知與青春痘、濕疹、蕁麻疹、慢性疲勞、氣喘、過動、自閉、關節痛、肥胖、中耳炎、腸躁症、腸胃道不適等有密切關係。但因症狀出現的時間較慢且不具特異性，較不易自行察覺臨床亦較難判斷。因此可藉此分析測出個人飲食習慣之偏差，並協助以食物輪替方式和恢復腸黏膜健康以改善各項過敏症狀。

### 分析項目

奶蛋類(牛奶、羊奶、巧達起司、優格、蛋白、蛋黃) 肉類(牛肉、雞肉、羊肉、豬肉、鴨肉) 海產類(鮑魚/九孔、鱈魚、蟹、蛤、魷魚、鰻魚、海帶、牡蠣、鮭魚、魚翅、蝦、魷魚) 堅果/穀類(蕎麥、麥膠蛋白/麥麴、玉米、米、燕麥、小麥、薏仁、花豆、綠豆、黃豆/毛豆、葵花子、杏仁、核桃、芝麻、可可豆、花生) 蔬菜類(蘆筍、竹筍、綠花椰菜、包心菜、紅蘿蔔、白花椰菜、芹菜、小黃瓜、茄子、青蔥、韭菜、萵苣、洋蔥、豌豆、青椒、彩椒、馬鈴薯、菠菜、四季豆、蕃薯、芋頭、蕃茄、蘑菇) 水果類(蘋果、香蕉、葡萄、葡萄柚、芭樂、奇異果、檸檬、龍眼、桂圓、芒果、橄欖、柑桔類、木瓜、桃子、梨子、鳳梨、櫻桃、草莓、西瓜、椰子、酪梨) 其他(辣椒、大蒜、生薑、胡椒、酵母、蜂蜜、香草、咖啡、茶)

共 90 種慢性食物過敏原

檢體需求

紅頭 8mlx1 支

檢查前注意事項

· 採血前若有服用任何藥物，特別是類固醇類藥物或免疫抑制劑，需提前與醫師討論，檢測前須停藥四周以上。

· 採檢方式請參閱採檢說明。

報告天數

7 天

近年來食物過敏的發生率急劇增加，文獻指出依不同地區、不同食材，約 60-80% 人口對食物會引發不良反應。慢性食物過敏分析可幫助我們找出因 IgG 抗體為媒介的過敏食物。

過敏反應可分為兩大類，一種是立即性反應(Immediate，俗稱急性過敏)，另一種是延遲性反應(Delayed，俗稱慢性過敏)。造成過敏現象的過敏原，有可能是存在環境中，像是塵蟎、黴菌，或者是動物毛屑、花粉等；此外，我們所吃的食物也是主要的過敏原之一。

慢性食物過敏原分析：

食物過敏原會對身體產生廣泛性的影響，症狀表現可從輕微症狀到嚴重不適等。包括：

- 青春痘(Acne)
- 濕疹(Eczema)
- 蕁麻疹(Urticaria)
- 乾癬(Psoriasis)
- 過動/注意力不集中(ADD/ADHD)
- 自閉症(Autism)
- 疲勞(Fatigue)
- 肌纖維酸痛(Fibromyalgia)
- 焦慮(Anxiety)
- 憂鬱(Depression)
- 偏頭痛(Migraine)
- 關節炎(Arthritis)
- 中耳炎(Ear infections)
- 鼻竇炎(Sinusitis)
- 腹脹(Bloating)
- 腸道發炎(IBD)
- 腸躁症(IRS)
- 氣喘(Asthma)

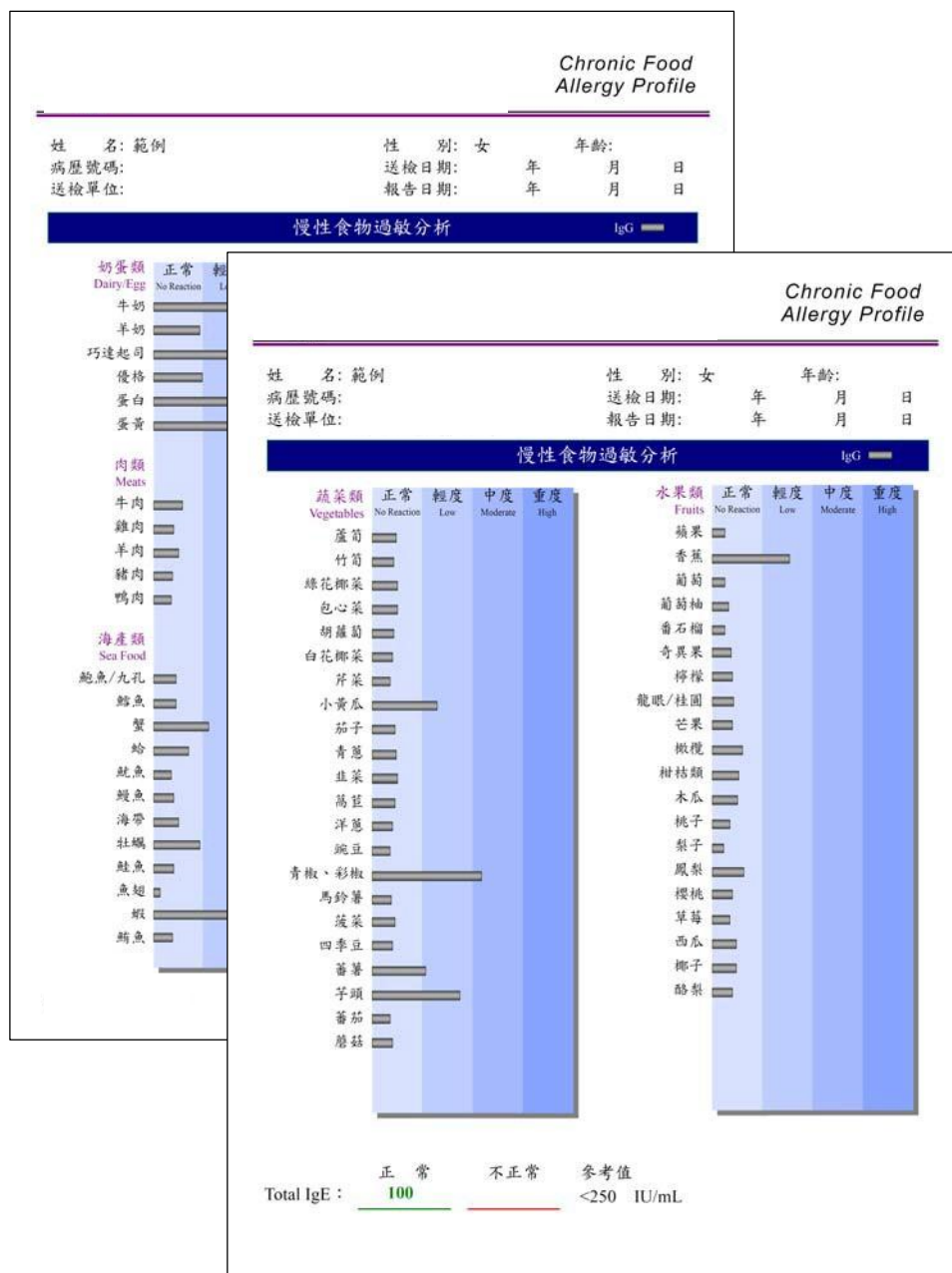
IgE 媒介過敏反應與 IgG 媒介過敏反應：

	IgE 媒介過敏	IgG 媒介過敏
發病速度	立即性反應(數分鐘)	延遲性反應(4-72 小時)
發病期間長短	短暫(數小時內)	長時間(數天至數月)
相關機轉	肥大細胞釋放組織胺	免疫複合體
引起過敏之食物量	單一食物、量少	多種食物、量較大
食物種類	常見之過敏食物	任何食物
自我警覺	常有	不易有警覺性
抗體存在的時間長短	終生	排除過敏原後數月可消失

改善建議：

- 食物輪替法：依據慢性食物過敏檢測結果之輕、中、重度過敏給予適當的飲食建議。
- 積極採取 4R 治療計畫：有效降低過敏反應與症狀。
  - % 排除(Remove)：根據輕、中、重度過敏狀況，食物輪替法或禁食過敏食物並行。
  - % 補充(Replace)：飯後補充消化酵素，使食物分解成小分子，避免刺激免疫系統產生抗體反應。如：胰臟酵素、纖維酵素、胰蛋白酵素和甜菜鹼鹽酸鹽(BetaineHCl)。
  - % 再接種(Reinoculate)：補充多樣性益生菌，幫助腸道菌相優化。
  - % 修復(Repair)：修護受損的腸道黏膜，增強腸道上皮細胞免疫功能，預防與治療腸漏症。如：麩醯胺酸(Glutamine)、乙醯葡萄糖胺(N-Acetyl-D-glucosamine)。具有抗發炎作用的高單位 Ω-3 魚油 EPA，高單位 Ω-6 次亞麻油酸(GLA)-如：琉璃苣油(Borageoil)。





此分析可提供的重要資訊如下：

- 慢性食物過敏是一種發炎反應，會改變腸道上皮細胞通透性 (Intestinal permeability)，引發頭痛、疲勞、憂鬱、焦慮、過動、情緒變化、皮膚炎、關節炎、體重增加、腸躁症、反覆感染和其他慢性疾病等。

- 慢性食物過敏原分析結果可反應個人的飲食習慣，檢測結果可做為制定個人化飲食計畫與食物輪替法，降低食物引發的免疫反應與不適。

- 由慢性食物過敏檢測結果可以知悉腸道黏膜健康程度與免疫防禦能力，過敏程度與腸漏 (Leakygut) 有直接關連。

- 慢性食物過敏檢測的好處絕對超乎您的想像，一些臨床上無法解釋的病症和莫名其妙的不適感，會因慢性食物檢測而得到解決。