

**Befund: 2507005602\_AD****Befunddatum:****Patient: Eva Testfrau****Geb.-Datum/Geschl.: 07.10.1998 / W****Probeneingang:****Probenentnahme: keine Angaben**

| Karenzdauer           | Verträglich | 3 Monate | 6 Monate | 12 Monate |
|-----------------------|-------------|----------|----------|-----------|
| Anzahl der Reaktionen | 90          | 5        | 1        | 3         |

Untersuchungsverfahren: Bestimmung von allergen-spezifischem IgG aus humanem Serum mittels Enzymimmunoassay.

### Wichtig:

Bei einer bekannten Typ-I-Allergie (IgE-vermittelt) – z. B. durch positiven IgE-Test oder Haut-Pricktest – oder bei akuten Beschwerden nach dem Verzehr bestimmter Lebensmittel gilt: Meiden Sie diese Lebensmittel konsequent, auch wenn der KyberAllergoPlex-Test unauffällig ist. IgE-Allergien können schwere Sofortreaktionen wie Juckreiz, Hautausschlag, Erbrechen oder anaphylaktischen Schock auslösen. Der KyberAllergoPlex-Test erfasst hingegen IgG-vermittelte Reaktionen und bezieht sich ausschließlich auf diese.

### Empfehlungen



#### Ausschluss-Diät und Rotation

Meiden Sie positiv getestete Lebensmittel. Achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung mit Nährstoffvielfalt. Vermeiden Sie tägliche Wiederholungen einzelner Alternativen – nutzen Sie das Rotationsprinzip (z. B. bei Reaktion auf Kuhmilch: Wechsel zwischen Soja, Hafer, Reis etc.).



#### Diagnostik der Darmflora

Bei erhöhtem IgG empfiehlt sich eine weiterführende Stuhl Diagnostik. Eine gestörte Darmbarriere kann Nahrungsmittelreaktionen verstärken. Eine gezielte Regeneration der Darmflora durch Probiotika kann sinnvoll sein. Bitte fragen Sie Ihren Arzt oder Therapeuten.



#### Kuhmilch, Ei, Gluten

Ihr Testergebnis zeigt eine Reaktion auf eines oder mehrere der folgenden Nahrungsmittel: Kuhmilch, Ei, Gluten.

Wir empfehlen, die betroffenen Lebensmittel wie folgt zu meiden: mindestens 6 Monate bei einer Reaktionsstärke von 10–20 µg/ml IgG (im Befund gelb markiert) bzw. mindestens 1 Jahr bei > 20 µg/ml IgG (im Befund rot markiert).

**\* Bitte beachten Sie, dass bei einer Reaktion auf Gluten alle glutenhaltigen Getreidearten, einschließlich Weizen, Dinkel, Einkorn, Emmer, Hartweizen, Gerste, Roggen sowie deren Verarbeitungsprodukte (z. B. Malz) zu meiden sind. Dies gilt auch, wenn einzelne der genannten Getreidesorten negativ getestet wurden („Diese Lebensmittel darf ich essen...“). Dies liegt daran, dass Getreideallergene unabhängig von Gluten getestet werden. Wir empfehlen in diesem Fall ausschließlich Produkte zu verwenden, die im Handel als „glutenfrei“ gekennzeichnet sind.**

## Individueller Kurzbefund KAP100V

IgG-Antikörper-Nachweis KyberAllergoPlex

Probenmaterial: Serum

Patient: Eva Testfrau

Geb.-Datum/Geschl.: 07.10.1998 / W

Probeneingang:

Probenentnahme: keine Angaben

Getestete Nahrungsmittel mit und ohne Reaktion im Überblick (\* finden Sie auf Seite 1)

|  Diese Lebensmittel darf ich essen, außer diejenigen Lebensmittel, für die im Vorfeld bereits eine Allergie oder eine Unverträglichkeit diagnostiziert wurde. |                      |                |                |                    |                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------|----------------|--------------------|-------------------------------|
| <b>Ei&amp;Milch</b>                                                                                                                                                                                                                            | Mais                 | Linse          | Preiselbeere   | Rotkohl            | Pfeffer (div.)                |
| Eigelb                                                                                                                                                                                                                                         | Mohnsamen            | Soja           | Wassermelone   | Salatgurke         | Vanille                       |
| Hüttenkäse                                                                                                                                                                                                                                     | Quinoa               | <b>Früchte</b> | Weintraube     | Knollensellerie    | Zimt                          |
| Kuhmilch                                                                                                                                                                                                                                       | Reis                 | Apfel          | Zitrone        | Steckrübe          | <b>Essbare Pilze</b>          |
| Parmesan                                                                                                                                                                                                                                       | Sesam                | Aprikose       | <b>Gemüse</b>  | Süßkartoffel       | Weißer Pilz                   |
| Schafskäse                                                                                                                                                                                                                                     | Sonnenblume          | Banane         | Aubergine      | Tomate             | <b>Neuartige Lebensmittel</b> |
| Schafsmilch                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Nüsse</b>         | Birne          | Avocado        | Weißkohl           | Chia-Samen                    |
| Ziegenkäse                                                                                                                                                                                                                                     | Haselnuss            | Datteln        | Blumenkohl     | Zucchini           | Maca-Wurzel                   |
| Ziegenmilch                                                                                                                                                                                                                                    | Cashewnuss           | Erdbeere       | Brokkoli       | Speisezwiebel      | Nori                          |
| <b>Getreide&amp;Saaten</b>                                                                                                                                                                                                                     | Kokosnuss            | Granatapfel    | Feldsalat      | <b>Gewürze</b>     | <b>Kaffee&amp;Tee</b>         |
| Amaranth                                                                                                                                                                                                                                       | Mandel               | Heidelbeere    | Fenchel        | Basilikum          | Pfefferminztee                |
| Buchweizen                                                                                                                                                                                                                                     | Pistazie             | Himbeere       | Karotte        | Chili (rot) Gewürz | <b>Sonstiges</b>              |
| Gerste*                                                                                                                                                                                                                                        | Walnuss              | Kirsche        | Kartoffel      | Ingwer             | Bäckerhefe                    |
| Hanfsamen                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Hülsenfrüchte</b> | Kiwi           | Lauch          | Koriander          | Honig                         |
| Hirse                                                                                                                                                                                                                                          | Erbse                | Nektarine      | Meerrettich    | Kreuzkümmel        | Rohrzucker                    |
| Kürbiskern                                                                                                                                                                                                                                     | Erdnuss              | Orange         | Olive          | Oregano            |                               |
| Leinsamen                                                                                                                                                                                                                                      | Grüne Bohne          | Pfirsich       | Rote Bete      | Petersilie         |                               |
|  Lebensmittel soll mindestens 3 Monate gemieden werden.                                                                                                       |                      |                |                |                    |                               |
| <b>Getreide&amp;Saaten</b>                                                                                                                                                                                                                     | Hafer*               | <b>Gewürze</b> | Senf           |                    |                               |
| Dinkel*                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Gemüse</b>        | Paprika Gewürz |                |                    |                               |
|                                                                                                                                                                                                                                                | Knoblauch            |                |                |                    |                               |
|  Lebensmittel soll mindestens 6 Monate gemieden werden.                                                                                                      |                      |                |                |                    |                               |
| <b>Getreide&amp;Saaten</b>                                                                                                                                                                                                                     | Roggen*              |                |                |                    |                               |
|  Lebensmittel soll mindestens 12 Monate gemieden werden.                                                                                                    |                      |                |                |                    |                               |
| <b>Getreide&amp;Saaten</b>                                                                                                                                                                                                                     | Gluten               | Weizen*        | <b>Früchte</b> | Ananas             |                               |