

Proben ID:

 250700557098

Name Patient:

 EVA 2 TESTFRAU

Geburtsdatum:

 10.01.1979

analysiert am:



getestete Antigene:

 286

Zusätzliche Information:

Laborbericht: Übersicht des IgG Profils



Höchste gemessene IgG-Konzentration

0 - 9.99 µg/ml



Niedriges IgG Level

10 - 19.99 µg/ml



Mittleres IgG Level

≥ 20 µg/ml



Hohes IgG Level

Milch & Ei

Büffelmilch	< 5.00 µg/ml	●	Kuhmilch Bos d 5 *	33.16 µg/ml	●●●
Buttermilch	29.37 µg/ml	●●●	Kuhmilch Bos d 8 *	< 5.00 µg/ml	●
Camembert	12.64 µg/ml	●●	Mozzarella	21.58 µg/ml	●●●
Eigelb	37.70 µg/ml	●●●	Parmesan	7.40 µg/ml	●
Eiweiß	39.82 µg/ml	●●●	Schafskäse	8.82 µg/ml	●
Emmentaler	17.92 µg/ml	●●	Schafsmilch	10.88 µg/ml	●●
Gouda	11.26 µg/ml	●●	Wachtelei	19.15 µg/ml	●●
Hüttenkäse	16.48 µg/ml	●●	Ziegenkäse	12.40 µg/ml	●●
Kamelmilch	< 5.00 µg/ml	●	Ziegenmilch	5.15 µg/ml	●
Kuhmilch Bos d 4 *	34.89 µg/ml	●●●			

Fleisch

Ente	< 5.00 µg/ml	●	Reh	< 5.00 µg/ml	●
Hirsch	< 5.00 µg/ml	●	Rindfleisch	< 5.00 µg/ml	●
Huhn	< 5.00 µg/ml	●	Schwein	< 5.00 µg/ml	●
Kalbfleisch	< 5.00 µg/ml	●	Strauß	< 5.00 µg/ml	●
Kaninchen	< 5.00 µg/ml	●	Truthahn	< 5.00 µg/ml	●
Lamm	< 5.00 µg/ml	●	Wildschwein	< 5.00 µg/ml	●
Pferd	< 5.00 µg/ml	●	Ziege	< 5.00 µg/ml	●

Fisch & Meeresfrüchte

Aal	< 5.00 µg/ml	●	Makrele	< 5.00 µg/ml	●
Abalone	< 5.00 µg/ml	●	Miesmuschel	10.24 µg/ml	●●
Atlantischer Hering	< 5.00 µg/ml	●	Nordische Garnele	< 5.00 µg/ml	●
Atlantischer Rotbarsch	< 5.00 µg/ml	●	Nordischer Hecht	< 5.00 µg/ml	●
Auster	< 5.00 µg/ml	●	Oktopus	< 5.00 µg/ml	●
Edelkrebs	5.48 µg/ml	●	Schellfisch	< 5.00 µg/ml	●
Europäische Sardelle	< 5.00 µg/ml	●	Schwertfisch	< 5.00 µg/ml	●
Europäische Sardine	< 5.00 µg/ml	●	Schwertmuschel	5.13 µg/ml	●
Europäische Scholle	< 5.00 µg/ml	●	Seehecht	< 5.00 µg/ml	●
Forelle	< 5.00 µg/ml	●	Seeteufel	< 5.00 µg/ml	●
Goldbrasse	< 5.00 µg/ml	●	Seezunge	< 5.00 µg/ml	●
Herzmuschel	< 5.00 µg/ml	●	Sepia	< 5.00 µg/ml	●
Hummer	< 5.00 µg/ml	●	Shrimp Mix	< 5.00 µg/ml	●
Jakobsmuschel	< 5.00 µg/ml	●	Stachelrochen	< 5.00 µg/ml	●
Kabeljau	< 5.00 µg/ml	●	Steinbutt	< 5.00 µg/ml	●

* Molekulares Antigen

MVZ Institut für Mikroökologie GmbH | Auf den Luppen 8 | 35745 Herborn | Germany

Karpfen	< 5.00 µg/ml	
Kaviar	29.95 µg/ml	  
Krabbe	< 5.00 µg/ml	
Lachs	< 5.00 µg/ml	

Thunfisch	< 5.00 µg/ml	
Tintenfisch	< 5.00 µg/ml	
Venusmuschel	5.49 µg/ml	

Getreide & Samen

Amaranth	< 5.00 µg/ml	
Buchweizen	< 5.00 µg/ml	
Dinkel	11.70 µg/ml	 
Einkorn	35.68 µg/ml	  
Emmer	< 5.00 µg/ml	
Gerste	< 5.00 µg/ml	
Gluten	16.94 µg/ml	 
Hafer	< 5.00 µg/ml	
Hanfsamen	< 5.00 µg/ml	
Hartweizen	18.98 µg/ml	 
Hirse	< 5.00 µg/ml	
Kürbiskerne	< 5.00 µg/ml	
Leinsamen	< 5.00 µg/ml	
Lupinsamen	< 5.00 µg/ml	
Mais	< 5.00 µg/ml	

Malz (Gerste)	15.84 µg/ml	 
Mohnsamens	< 5.00 µg/ml	
Pinienkerne	< 5.00 µg/ml	
Polnischer Weizen	22.04 µg/ml	  
Quinoa	< 5.00 µg/ml	
Raps	< 5.00 µg/ml	
Reis	< 5.00 µg/ml	
Roggen	8.84 µg/ml	
Sesam	12.34 µg/ml	 
Sonnenblume	< 5.00 µg/ml	
Weizen	28.28 µg/ml	  
Weizen-Gliadin Tri a Gliadin *	8.92 µg/ml	
Weizengras	< 5.00 µg/ml	
Weizenkleie	25.14 µg/ml	  

Nüsse

Cashew	< 5.00 µg/ml	
Edelkastanie	< 5.00 µg/ml	
Erdmandel	< 5.00 µg/ml	
Haselnuss	5.02 µg/ml	
Kokosnuss	5.47 µg/ml	
Kokosnussmilch	5.11 µg/ml	
Kolanuss	< 5.00 µg/ml	

Macadamia	< 5.00 µg/ml	
Mandel	6.38 µg/ml	
Paranuss	< 5.00 µg/ml	
Pekannuss	< 5.00 µg/ml	
Pistazie	< 5.00 µg/ml	
Walnuss	< 5.00 µg/ml	

Hülsenfrüchte

Erbse	< 5.00 µg/ml	
Erdnuss	6.84 µg/ml	
Grüne Bohne	< 5.00 µg/ml	
Kichererbse	< 5.00 µg/ml	
Linse	< 5.00 µg/ml	

Mungobohne	< 5.00 µg/ml	
Soja	< 5.00 µg/ml	
Tamarinde	< 5.00 µg/ml	
Weißer Bohne	< 5.00 µg/ml	
Zuckerschote	< 5.00 µg/ml	

* Molekulares Antigen

Früchte

Ananas	43.68 µg/ml		Mandarine	< 5.00 µg/ml	
Apfel	< 5.00 µg/ml		Mango	< 5.00 µg/ml	
Aprikose	< 5.00 µg/ml		Maulbeere	< 5.00 µg/ml	
Banane	< 5.00 µg/ml		Melone	< 5.00 µg/ml	
Birne	< 5.00 µg/ml		Nektarine	< 5.00 µg/ml	
Brombeere	< 5.00 µg/ml		Orange	< 5.00 µg/ml	
Dattel	< 5.00 µg/ml		Papaya	< 5.00 µg/ml	
Erdbeere	< 5.00 µg/ml		Passionsfrucht	< 5.00 µg/ml	
Feige	40.37 µg/ml		Pfirsich	< 5.00 µg/ml	
Granatapfel	< 5.00 µg/ml		Pflaume	< 5.00 µg/ml	
Grapefruit	< 5.00 µg/ml		Physalis	< 5.00 µg/ml	
Heidelbeere	< 5.00 µg/ml		Preiselbeere	< 5.00 µg/ml	
Himbeere	< 5.00 µg/ml		Rosine	< 5.00 µg/ml	
Holunderbeere	< 5.00 µg/ml		Rote Johannisbeere	< 5.00 µg/ml	
Kirsche	19.00 µg/ml		Stachelbeere	< 5.00 µg/ml	
Kiwi	21.42 µg/ml		Wassermelone	< 5.00 µg/ml	
Limette	< 5.00 µg/ml		Weintraube	< 5.00 µg/ml	
Litschi	< 5.00 µg/ml		Zitrone	< 5.00 µg/ml	

Gemüse

Artischocke	< 5.00 µg/ml		Mangold	< 5.00 µg/ml	
Aubergine	< 5.00 µg/ml		Meerrettich	< 5.00 µg/ml	
Avocado	< 5.00 µg/ml		Olive	< 5.00 µg/ml	
Bambussprossen	< 5.00 µg/ml		Pastinake	< 5.00 µg/ml	
Bärlauch	< 5.00 µg/ml		Pok-Choi	5.93 µg/ml	
Blumenkohl	7.55 µg/ml		Radicchio	< 5.00 µg/ml	
Brennnesselblätter	< 5.00 µg/ml		Radieschen	6.90 µg/ml	
Brokkoli	< 5.00 µg/ml		Romanesco	< 5.00 µg/ml	
Brunnenkresse	< 5.00 µg/ml		Rosenkohl	< 5.00 µg/ml	
Chicorée	< 5.00 µg/ml		Rote Rübe	< 5.00 µg/ml	
Chinakohl	< 5.00 µg/ml		Rotkohl	14.97 µg/ml	
Endivie	< 5.00 µg/ml		Rucola	< 5.00 µg/ml	
Feldsalat	< 5.00 µg/ml		Schalotte	< 5.00 µg/ml	
Fenchel (Zwiebel)	< 5.00 µg/ml		Schnittlauch	< 5.00 µg/ml	
Grünkohl	5.94 µg/ml		Sellerie Knolle	8.54 µg/ml	
Gurke	< 5.00 µg/ml		Spinat	< 5.00 µg/ml	

Kaper	< 5.00 µg/ml		Staudensellerie	< 5.00 µg/ml	
Karotte	< 5.00 µg/ml		Steckrübe	< 5.00 µg/ml	
Kartoffel	< 5.00 µg/ml		Süßkartoffel	< 5.00 µg/ml	
Kiwano	< 5.00 µg/ml		Tomate	20.88 µg/ml	  
Knoblauch	6.01 µg/ml		Weißer Spargel	< 5.00 µg/ml	
Kohlrabi	< 5.00 µg/ml		Weißkohl	< 5.00 µg/ml	
Kraut	10.23 µg/ml	 	Wirsing	< 5.00 µg/ml	
Kürbis_Butternuss	< 5.00 µg/ml		Zucchini	9.28 µg/ml	
Kürbis_Hokkaido	< 5.00 µg/ml		Zwiebel	< 5.00 µg/ml	
Lauch	< 5.00 µg/ml				

Gewürze

Anis	< 5.00 µg/ml		Majoran	< 5.00 µg/ml	
Basilikum	< 5.00 µg/ml		Minze	< 5.00 µg/ml	
Boxhornklee	< 5.00 µg/ml		Muskatnuss	< 5.00 µg/ml	
Cayeenepfeffer	< 5.00 µg/ml		Oregano	< 5.00 µg/ml	
Chili (rot)	6.92 µg/ml		Paprika	14.59 µg/ml	 
Curry	9.09 µg/ml		Petersilie	< 5.00 µg/ml	
Dille	< 5.00 µg/ml		Pfeffer (schwarz/weiß/grün/rot/gelb)	< 5.00 µg/ml	
Estragon	< 5.00 µg/ml		Rosmarin	< 5.00 µg/ml	
Gewürznelke	< 5.00 µg/ml		Salbei	< 5.00 µg/ml	
Ingwer	19.88 µg/ml	 	Senf	< 5.00 µg/ml	
Kardamom	< 5.00 µg/ml		Thymian	5.44 µg/ml	
Koriander	< 5.00 µg/ml		Vanille	< 5.00 µg/ml	
Kreuzkümmel	< 5.00 µg/ml		Wacholderbeere	< 5.00 µg/ml	
Kümmel	< 5.00 µg/ml		Zimt	< 5.00 µg/ml	
Kurkuma	< 5.00 µg/ml		Zitronengras	< 5.00 µg/ml	
Lorbeerblatt	< 5.00 µg/ml				

Speisepilze

Austernpilz	< 5.00 µg/ml		Kräuterseitling	< 5.00 µg/ml	
Champignon	< 5.00 µg/ml		Pfifferling	< 5.00 µg/ml	
Enoki	< 5.00 µg/ml		Steinpilz	< 5.00 µg/ml	

Neuartige Lebensmittel

Aloe	< 5.00 µg/ml		Löwenzahnwurzel	< 5.00 µg/ml	
------	--------------	---	-----------------	--------------	---

Aronia	< 5.00 µg/ml	●	Macawurzel	< 5.00 µg/ml	●
Baobab (Affenbrotbaum)	< 5.00 µg/ml	●	Mandelmilch	< 5.00 µg/ml	●
Chia-Samen	< 5.00 µg/ml	●	Mehlwurm	< 5.00 µg/ml	●
Chlorella	7.80 µg/ml	●	Nori	5.41 µg/ml	●
Distelöl	< 5.00 µg/ml	●	Spirulina	< 5.00 µg/ml	●
Ginkgo	< 5.00 µg/ml	●	Tapioka	< 5.00 µg/ml	●
Ginseng	< 5.00 µg/ml	●	Wakame	< 5.00 µg/ml	●
Große Klettenwurzel	< 5.00 µg/ml	●	Wanderheuschrecke	< 5.00 µg/ml	●
Guarana	< 5.00 µg/ml	●	Yacónwurzel	< 5.00 µg/ml	●
Heuschrecke	6.63 µg/ml	●			

Kaffee & Tee

Hibiskus	< 5.00 µg/ml	●	Moringa	< 5.00 µg/ml	●
Jasmin	< 5.00 µg/ml	●	Pfefferminze	< 5.00 µg/ml	●
Kaffee	< 5.00 µg/ml	●	Tee, grün	< 5.00 µg/ml	●
Kakao	< 5.00 µg/ml	●	Tee, schwarz	< 5.00 µg/ml	●
Kamille	< 5.00 µg/ml	●			

Sonstige

Agar Agar	< 5.00 µg/ml	●	Honig	21.03 µg/ml	●●●
Aspergillus niger	10.33 µg/ml	●●	Hopfen	< 5.00 µg/ml	●
Bäckerhefe	< 5.00 µg/ml	●	M-Transglutaminase, Fleischkleber	6.12 µg/ml	●
Bierhefe	< 5.00 µg/ml	●	Rohrzucker	< 5.00 µg/ml	●
Holunderblüte	< 5.00 µg/ml	●			

CCD

Humanes Lactoferrin	< 5.00 µg/ml	●
---------------------	--------------	---

Dieser Test wurde nur für eine ausgewählte Anzahl an Antigenen durchgeführt, wie in der Zusammenfassung angegeben.

MUSTERBEEFUND

Zusammenfassung der Interpretation

Zu den Symptomen einer Nahrungsmittelunverträglichkeit nach dem Verzehr des verdächtigen Lebensmittels gehören Übelkeit, Magenschmerzen, Blähungen, Krämpfe, Blähungen, Erbrechen, Sodbrennen, Durchfall, Kopfschmerzen, Reizbarkeit und Nervosität.

Milch & Ei

Buttermilch

Ihr IgG-Wert für Buttermilch beträgt 29.37 µg/ml.

Zu den typischen Lebensmitteln und Gerichten, die Buttermilch enthalten, gehören Kekse, Kuchen, Kartoffelpüree, Suppen, Brathähnchen, Hamburgerbrötchen, Maisbrot, Ranch-Dressing, Smoothies, Pfannkuchen, Eiscreme und Frischkäse.

Mögliche (milchfreie) Alternativen für Buttermilch sind auf Sojabasis: wie eine Kombination aus Sojamilch und Säure (z.B. Zitronensaft oder Essig), vegane saure Sahne und Wasser oder ungesüßte Pflanzenmilch (z.B. Kokosnuss, Mandel oder Cashew) und Säure (z.B. Zitronensaft oder Essig).

Camembert

Ihr IgG-Wert für Camembert beträgt 12.64 µg/ml.

Zu den typischen Lebensmitteln und Gerichten, die Camembert enthalten, gehören Salate, Käseplatten und Burger. Camembert wird häufig in der französischen Küche serviert.

Zu den möglichen (milchfreien) Alternativen für Camembert gehören Ersatzprodukte auf der Basis von Cashews.

Hüttenkäse

Ihr IgG-Wert für Hüttenkäse beträgt 16.48 µg/ml.

Zu den typischen Lebensmitteln und Gerichten, die Hüttenkäse enthalten, gehören Frühstücksbowls, Dips, Pfannkuchen, Eierspeisen, Nudelgerichte und Sandwiches.

Mögliche (milchfreie) Alternativen für Hüttenkäse sind z.B. fester Tofu (zerbröselt) oder Ersatzprodukte auf der Basis von Cashews.

Kuhmilch

Ihr IgG-Wert für Kuhmilch beträgt 34.89 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die Kuhmilch enthalten, gehören Milchprodukte wie Butter, Käse, Sahne, saure Sahne, Pudding, Joghurt, Eiscreme und Pudding. Kuhmilcheiweiß ist häufig in Gratins, Brot, Keksen, Crackern, Kuchen, Backmischungen, Müsli, Schokolade, Kaffeeweißer, Müsliriegeln, Margarine, Kartoffelpüree und Salatdressings enthalten. Auf Lebensmitteletiketten kann Milcheiweiß als künstliche Butter, Käsearoma, Kasein, Diacetyl, Quark, Ghee, Hydrolysate, Lactalbumin, Laktose, Recaldent, Lab, Tagatose oder Molke bezeichnet werden.

Mögliche Alternativen für Kuhmilch sind Ziegenmilch, Kamelmilch, Schafsmilch und Büffelmilch als tierische Quellen. Zu den pflanzlichen Alternativen zählen Kokosmilch, Reismilch, Sojamilch, Mandelmilch und Hafermilch. Bitte beachten Sie, dass die Proteine in der Milch verschiedener Tiere den Proteinen in Kuhmilch strukturell ähnlich sind. Manche Patienten vertragen sie, bei anderen können ähnliche Reaktionen auftreten wie nach dem Verzehr von Kuhmilch.

Hühnereiweiß

Ihr IgG-Wert für Hühnereiweiß beträgt 39.82 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die Hühnereiweiß enthalten, gehören alle Arten von Eierspeisen (Omelette, Spiegeleier, Rührei usw.) sowie panierte und gebackene Lebensmittel, Salatdressing, Sahnetorten, Windbeutel, Crêpes, Waffeln, Eiercreme, Pudding, Marshmallows, Marzipan, Mayonnaise, Hackbraten, Hackbällchen, Baiser, Zuckerguss, Nudeln, Soßen, Soufflés, Surimi und in einigen Fällen auch Wein. Auf Lebensmitteletiketten können Eiweiße als Albumin, Globulin, Lecithin, Livetin, Lysozym, Ovalbumin, Ovoglobulin, Ovumucin, Ovovitellin oder Vitellin bezeichnet werden.

Mögliche Alternativen für Hühnereiweiß sind Aquafaba (Flüssigkeit aus Kichererbsen oder Bohnen in Dosen) für Baiser und Marshmallows. Wenn ein Vollei verwendet wird, um Backwaren Feuchtigkeit zuzuführen, ist zerdrückte Banane eine mögliche Alternative. Um Backwaren schwerer und dichter zu machen, sind gemahlene Leinsamen und Chiasamen eine gute Alternative für Eier. Wenn das Ei als Backtriebmittel verwendet wird, kann 1/4 Tasse kohlensäurehaltiges Wasser pro Ei als Ersatz verwendet werden. Seidentofu wird als Rührei-Ersatz verwendet.

Eigelb

Ihr IgG-Wert für Eigelb beträgt 37.70 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die Eigelb enthalten, gehören alle Arten von Eierspeisen (Omelette, Spiegeleier, Rührei usw.) sowie panierte und gebackene Lebensmittel, Salatdressing, Sahnetorten, Windbeutel, Crêpes, Waffeln, Eiercreme, Pudding, Marshmallows, Marzipan, Mayonnaise, Hackbraten, Hackbällchen, Baiser, Zuckerguss, Nudeln, Soßen, Soufflés und Surimi. Auf Lebensmitteletiketten können Eiproteine als Albumin, Globulin, Lecithin, Livetin, Lysozym, Ovalbumin, Ovaglobulin, Ovamucin, Ovovitellin oder Vitellin bezeichnet werden.

Eine mögliche Alternative für Eigelb ist Sojalecithin (ein Nebenprodukt von Sojabohnenöl). Wenn ein Vollei verwendet wird, um Backwaren Feuchtigkeit zuzuführen, ist zerdrückte Banane eine mögliche Alternative. Um Backwaren schwerer und dichter zu machen, sind gemahlene Leinsamen und Chiasamen eine gute Alternative für Eier. Wenn das Ei als Backtriebmittel verwendet wird, kann 1/4 Tasse kohlensäurehaltiges Wasser pro Ei als Ersatz verwendet werden. Seidentofu wird als Rührei-Ersatz verwendet.

Emmentaler

Ihr IgG-Wert für Emmentaler beträgt 17.92 µg/ml.

Zu den typischen Lebensmitteln und Gerichten, die Emmentaler Käse enthalten, gehören Gratins, Käsefondues, Käsebällchen, Suppen, Pizza und Käseplatten.

Mögliche (milchfreie) Alternativen für Emmentaler Käse sind vegane Käseersatzprodukte auf der Basis von Nüssen (z.B. Cashew, Macadamia) oder Soja.

Ziegenkäse

Ihr IgG-Wert für Ziegenkäse beträgt 12.40 µg/ml.

Zu den typischen Lebensmitteln und Gerichten, die Ziegenkäse enthalten, gehören Salate, Pizza, pikante Torten, Sandwiches, als Beilage zu Pasta, Desserts und Käseplatten.

Mögliche Alternativen (ohne Milchprodukte) für Ziegenkäse sind Tofu und Cashew-Käse.

Gauda

Ihr IgG-Wert für Gauda beträgt 11.26 µg/ml.

Zu den typischen Lebensmitteln und Gerichten, die Gouda enthalten, gehören Käsedips, Gratins, Suppen, Sandwiches, Soßen, Lasagne, Pizza und Käseplatten.

Mögliche (milchfreie) Alternativen für Gouda sind vegane Käseersatzprodukte auf der Basis von Nüssen (z.B. Cashew, Macadamia) oder Soja.

Mozzarella

Ihr IgG-Wert für Mozzarella beträgt 21.58 µg/ml.

Zu den typischen Lebensmitteln und Gerichten, die Mozzarella enthalten, gehören Pizza, Lasagne, Caprese Salate und Obstsalate.

Mögliche (milchfreie) Alternativen für Mozzarella sind vegane Käseersatzprodukte auf der Basis von Cashewnüssen oder Reismilch.

Wachtelei

Ihr IgG-Wert für Wachtelei beträgt 19.15 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die typischerweise Wachteleier enthalten, gehören alle Arten von Eierspeisen (Omelettes, Spiegeleier, Rühreier usw.) sowie panierte und gebackene Lebensmittel, Salatdressing, Sahnetorten, Windbeutel, Crêpes, Waffeln, Eiercreme, Pudding, Marshmallows, Marzipan, Mayonnaise, Hackbraten, Frikadellen, Baiser, Zuckerguss, Nudeln, Soßen und Aufläufe.

Mögliche Alternativen für Wachteleier sind Hühnereier, Gänseeier, Enteneier und Straußeneier als tierische Ersatzprodukte. Zu den pflanzlichen Ersatzprodukten zählt Seidentofu.

Schafsmilch

Ihr IgG-Wert für Schafsmilch beträgt 10.88 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die typischerweise Schafsmilch enthalten, gehören Milchprodukte wie Käse (z.B. Feta, Ricotta, Roquefort), Joghurt, Butter und Eiscreme.

Mögliche Alternativen für Schafsmilch sind Kuhmilch, Kamelmilch, Ziegenmilch und Büffelmilch als tierische Quellen. Zu den pflanzlichen Alternativen gehören Kokosnussmilch, Reismilch, Sojamilch, Mandelmilch und Hafermilch. Bitte beachten Sie, dass die Proteine in der Milch verschiedener Tiere den Proteinen in Kuhmilch strukturell ähnlich sind. Manche Patienten vertragen sie, bei anderen können ähnliche Reaktionen auftreten wie nach dem Verzehr von Schafsmilch.

Fisch & Meeresfrüchte

Kaviar

* Molekulares Antigen

Ihr IgG-Wert für Kaviar beträgt 29.95 µg/ml.

Zu den typischen Lebensmitteln und Gerichten, die Kaviar als Beilage enthalten, gehören Eierspeisen, Nudelgerichte, Kartoffelpuffer, Fischgerichte, Blinis und Suppen.

Mögliche Alternativen für Kaviar sind Seehasenrogen sowie Couscous (mit Butter gewürzt und mit Sepiatinte gefärbt) und Sojaperlen als pflanzliche Ersatzprodukte.

Miesmuschel

Ihr IgG-Wert für Miesmuschel beträgt 10.24 µg/ml.

Zu den typischen Lebensmitteln und Gerichten, die Miesmuscheln enthalten, gehören Meeresfrüchtepasteten, Paellas, Suppen, Eintöpfe, Nudelgerichte und Salate.

Mögliche Alternativen zu Miesmuscheln sind Austernpilze als pflanzlicher Ersatz.

Getreide & Samen

Hartweizen

Ihr IgG-Wert für Hartweizen beträgt 18.98 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die typischerweise Hartweizen enthalten, gehören Grießmehl, Nudeln, Couscous, Frühstückscerealien, Pudding, Bulgur, ungesäuertes Brot und Pizzateig.

Mögliche Alternativen zu Hartweizenmehl (Grieß) sind Allzweckmehl, Amaranthmehl, Maisgrieß, Kichererbsenmehl, Quinoamehl und Reismehl.

Einkorn

Ihr IgG-Wert für Einkorn beträgt 35.68 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die typischerweise Einkorn oder Einkornmehl enthalten, gehören Brot, Cracker, Fladenbrot, Müsliriegel, Kekse, Proteinriegel, Muffins und andere Backwaren.

Mögliche Alternativen zu Einkornmehl sind Dinkelmehl, Amaranthmehl, Emmermehl, Gerstenmehl und Reismehl.

Gluten

Ihr IgG-Wert für Gluten beträgt 16.94 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die typischerweise Gluten enthalten, gehören Weizen, Weizensorten (Dinkel, Hartweizen, Couscous, Grieß, Farina, Farro, Kamut, Einkorn, Bulgur, Weizenkleie, Weizenstärke, Emmer, Seitan, Grahammehl, Roggen, Gerste), Brot, Pitas, Bagels, Fladenbrot, Brötchen, Nudeln, Cracker, Kekse, Gebäck, Frühstücksflocken, Paniermehl, Croutons, Biere, Ales und Lagerbiere. Auf Lebensmitteletiketten kann Gluten als Triticum vulgare (Weizen), Triticale (Kreuzung aus Weizen und Roggen), Hordeum vulgare (Gerste), Secale cereale (Roggen) und Triticum spelta (Dinkel) bezeichnet werden.

Mögliche Alternativen zu Glutenprodukten sind Buchweizen (Grütze und Mehl), Quinoa (Korn oder Mehl), Reis (Korn oder Mehl), Kartoffelmehl, Sojamehl, Kichererbsenmehl, Mais, Amaranth, Hirse, glutenfreier Hafer, Sorghum und Tapioka. Glutenfreie Nudelalternativen werden aus Linsen, Erbsen, Mais, Reis oder Buchweizen hergestellt. Gemüsenudeln werden aus Zucchini, Karotten oder Kürbis hergestellt.

Malz

Ihr IgG-Wert für Malz beträgt 15.84 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die typischerweise Malzkörner und Malzsirup enthalten, gehören Bier, Whiskey, Malzmilch, Malzessig, Süßwaren wie Maltesers und Whoppers, aromatisierte Getränke wie Horlicks, Ovaltine und Milo sowie Backwaren wie Malzbrot und Bagels.

Mögliche Alternativen für Malzsirup sind Honig, Melasse, brauner Reissirup, Ahornsirup, Maltose und Zucker.

Polnischer Weizen

Ihr IgG-Wert für Polnischen Weizen beträgt 22.04 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die typischerweise Polnischen Weizen und polnisches Weizenmehl enthalten, gehören Pilaws, Risottos, Salate, Brot und Backwaren.

Mögliche Alternativen für Polnisches Weizenmehl sind Mandelmehl, Buchweizenmehl, Sorghummehl, Amaranthmehl, Teffmehl, Pfeilwurzelmehl, braunes Reismehl und Hafermehl.

Sesam

Ihr IgG-Wert für Sesam beträgt 12.34 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die typischerweise Sesam und Sesamöl enthalten, gehören Bagels, Brot, Brotstangen, Hamburgerbrötchen, Semmelbrösel, Müsli, Cracker, Hummus, Tahini, Baba Ghanoush, Dressings, Marinaden, Soßen, Falafel, Hummus, verarbeitete Fleisch- und Wurstwaren, Energieriegel, Sushi, Tempeh, vegetarische Burger und ein Großteil der asiatischen Küche. Auf Lebensmitteletiketten kann Sesam als Benne, Benne-Samen, Benniseed, Gingelly, Gingelly-Öl, Gomasio, Halvah, Sesam-Mehl, Sesam-Öl, Sesam-Paste, Sesam-Salz, Sesam-Samen, Sesamol, Sesamum indicum, Sesemolina, Sim Sim, Tahini, Tahina, Tehina, und Til bezeichnet werden.

Mögliche Alternativen für Sesam sind Mohn und Leinsamen. Sesamöl kann durch Perillaöl, Walnussöl, Olivenöl, Rapsöl und Avocadoöl ersetzt werden.

Dinkel

Ihr IgG-Wert für Dinkel beträgt 11.70 µg/ml.

Zu den typischen Lebensmitteln und Gerichten, die Dinkel und Dinkelmehl enthalten, gehören Brot, Muffins, Pfannkuchenmischungen, Kekse, Risotto und Eintöpfe.

Mögliche Alternativen für Dinkelmehl sind Einkornmehl, Amaranthmehl, Buchweizenmehl, Gerstenmehl und Reismehl.

Weizen

Ihr IgG-Wert für Weizen beträgt 28.28 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die typischerweise Weizen und Weizenmehl enthalten, gehören Brot, Brotkrümel, Frühstücksflocken, Bulgur, Kekse, Couscous, Cracker, Kekse, Hartweizen, Einkorn, Emmer, Farina, Farro, Kamut, Malz, Seitan, Grieß, Scones, Pfannkuchen, Pizza, Nudeln und Backwaren. Auf Lebensmitteletiketten kann Weizen als Brommehl, Getreideextrakt, Crackermehl, hydrolisiertes pflanzliches Eiweiß, hydrolisiertes Weizenprotein, Matze, Mononatriumglutamat (MSG) und Triticale bezeichnet werden. Weizen ist manchmal in künstlichen Aromen, Karamellfarbe, Dextrin, Lebensmittelstärke, Glukosesirup, Maltodextrin, Sojasauce, Surimi, texturiertem pflanzlichem Eiweiß und pflanzlichen Kaugummi enthalten.

Mögliche Alternativen für Weizen sind Amaranth, Buchweizen, Hirse, Quinoa und Teff.

Weizenkleie

Ihr IgG-Wert für Weizenkleie beträgt 25.14 µg/ml.

Zu den typischen Lebensmitteln und Gerichten, die Weizenkleie enthalten, gehören Müsli, Pfannkuchen, Muffins und Kekse.

Eine mögliche Alternative für Weizenkleie ist Haferkleie.

Früchte

Kirsche

Ihr IgG-Wert für Kirsche beträgt 19.00 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die typischerweise Kirschen enthalten, gehören Backwaren (z.B. Kuchen, Torten, Törtchen usw.), Eis, Saft, Kompotte und (getrocknete) Studentenfutter.

Mögliche Alternativen für Kirschen beim Backen sind Pflaumen, Aprikosen und Nektarinen.

Feige

Ihr IgG-Wert für Feige beträgt 40.37 µg/ml.

Zu den typischen Lebensmitteln und Gerichten, die Feigen enthalten, gehören Konfitüren, Salate und süße Backwaren (z.B. Torten, Kuchen usw.).

Mögliche Alternativen für Feigen sind Birnen, Nektarinen, Aprikosen, getrocknete Datteln, getrocknete Pflaumen und Rosinen.

Kiwi

Ihr IgG-Wert für Kiwi beträgt 21.42 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die typischerweise Kiwis enthalten, gehören Salate, Smoothies, Eiscreme und süße Backwaren (z.B. Torten, Kuchen, Törtchen usw.).

Mögliche Alternativen zur Kiwi sind Erdbeeren (mit etwas Limettensaft), Ananas und Drachenfrüchte.

Ananas

Ihr IgG-Wert für Ananas beträgt 43.68 µg/ml.

Zu den typischen Lebensmitteln und Gerichten, die Ananas enthalten, gehören Salate, Chutneys, Relishes, Marinaden, Säfte, Smoothies und Cocktails.

Mögliche Alternativen für Ananas sind grüne Äpfel und Orangen.

Gemüse

Grünkohl

Ihr IgG-Wert für Grünkohl beträgt 10.23 µg/ml.

Zu den typischen Lebensmitteln und Gerichten, die Grünkohl enthalten, gehören Schmorgerichte, Pfannengerichte, Suppen und Salate.

Mögliche Alternativen für Grünkohl sind Kohlrabi, Kohlsprossen, Endivien und Pok Choi.

Rotkohl

Ihr IgG-Wert für Rotkohl beträgt 14.97 µg/ml.

Zu den typischen Lebensmitteln und Gerichten, die Rotkohl enthalten, gehören Salate, Pfannengerichte, Suppen und Eintöpfe.

Mögliche Alternativen für Rotkohl sind Grünkohl und Chinakohl.

Tomate

Ihr IgG-Wert für Tomate beträgt 20.88 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die typischerweise Tomaten enthalten, gehören Saucen, Nudelgerichte, Salate, Eintöpfe, Suppen, Dips, Chutneys, Salsa und Konfitüren.

Mögliche Alternativen zur Tomate sind rote Paprika und Oliven.

Gewürze

Ingwer

Ihr IgG-Wert für Ingwer beträgt 19.88 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, in denen Ingwer als Gewürz verwendet wird, gehören verschiedene Soßen, Glasuren, Marinaden, Suppen, Salate und Pfannengerichte. Ingwer wird typischerweise in der asiatischen Küche verwendet und ist auch ein Grundnahrungsmittel in der Weihnachtsbäckerei (z.B. Lebkuchen).

Mögliche Alternativen für Ingwer sind Kardamom, Zimt und Muskatnuss oder eine Kombination aus diesen drei Zutaten.

Paprika

Ihr IgG-Wert für Paprika beträgt 14.59 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die Paprika als Gewürz verwenden, gehören Fleischgerichte, Fisch- und Schalentiergerichte, Eintöpfe, Suppen und Soßen. Paprika wird typischerweise in der spanischen, mexikanischen und ungarischen Küche verwendet.

Mögliche Alternativen für Paprika sind Cayennepfeffer, Chilipulver und Chiliflocken.

Andere

Aspergillus niger (Schwarzsimmel)

Ihr IgG-Wert für Aspergillus niger (Schwarzsimmel) beträgt 10.33 µg/ml.

Aspergillus niger wächst auf Lebensmitteln wie Brot, Gemüse, Trockenfrüchten und Nüssen sowie in Kompost, Biotonnen, Blumenerde und hinter Tapeten und alten Polstermöbeln.

Es ist fast unmöglich, den Kontakt mit Aspergillus niger vollständig zu vermeiden. Intolerante Patienten sollten die Lebensmittel, die sie verzehren, auf Anzeichen von Schimmel überprüfen und sich von Orten fernhalten, an denen sie mit Schimmel in Berührung kommen können, z.B. Baustellen und Komposthaufen.

Honig

Ihr IgG-Wert für Honig beträgt 21.03 µg/ml.

Zu den Lebensmitteln und Gerichten, die typischerweise Honig enthalten, gehören Saucen, Salatdressings, Met, Suppen und Backwaren (z.B. Brot, Kekse, Kuchen, Muffins usw.).

Mögliche Alternativen für Honig sind Reismalzsirup, brauner Reissirup, Melasse, Ahornsirup, Agavennektar und goldener Sirup.

Haftungsausschluss

Das Vorhandensein von IgG-Antikörpern kann ein Hinweis auf Nahrungsmittelunverträglichkeiten sein und muss in Übereinstimmung mit der Anamnese und den Resultaten anderer diagnostischer Verfahren analysiert werden.

Die Raven-Interpretationsunterstützungssoftware ist ein Werkzeug zur Auswertung spezifischer Testergebnisse, stellt jedoch keine Diagnose dar. Für die von Raven generierten Kommentare und daraus abgeleiteten Diätempfehlungen wird keine Haftung übernommen. Die bereitgestellten Hinweise beziehen sich ausschließlich auf die Ergebnisse des zugrunde liegenden Tests.