

Maisto netoleravimo testas klinikoje, atliekamas Dr. Folio metodu, naudojant modernų vienintelį Baltijos šalyse „Dermatron CLS 3D“ aparatą, kurį sukūrė „Pitterlig“ instituto mokslininkai iš Vokietijos. BIOFIRST klinikoje **maisto netoleravimo testą** atlieka patyrę gydytojai, kurie stažavosi „Pitterling“ institute Miunchene ir buvo paruošti profesionaliam darbui su „Dermatron CLS 3D“ aparatu.

Kas yra maisto netoleravimas?

Dietologai maisto netoleravimą apibūdina kaip neigiamą organizmo reakciją į produktus, kuriuos valgome, pasireiškiančią lėtiniais, užslėptais uždegiminiais ir imuniniais sutrikimais. Kiekvienas renkamės tokius maisto produktus ir gėrimus, kurie labiausiai patinka, tačiau gali būti, kad kai kurių produktų organizmas nesugeba įsisavinti produkte esančių maisto medžiagų ar pernelyg jautriai į tokias medžiagas reaguoja.

Išvados – iš karto

BIOFIRST klinikoje atliekamas maisto netoleravimo testas greita ir neskausminga procedūra, nereikalaujanti jokio išankstinio pasiruošimo. Tyrimo metu specialiu jutikliu liečiami rankose esantys aktyvūs taškai, o informacija iškart matosi kompiuterio monitoriuje. Į programą yra įvesta 200 skirtingų rūšių maisto produktų ir gėrimų, kurie vienas paskui kitą „įjungiami į grandinę“. Taip dirbtinai sukuriamą būseną, tarsi to produkto būtumėte ką tik valgę. Kaip organizmas į kiekvieną produktą reaguoja, iškart rodo skalės duomenys. Taigi, atlikus išsamų 1 - 1,5 val. trukmės 200 maisto produktų ir gėrimų apimančią tyrimą ir analizę yra nustatoma, kuriuos produktus galima vartoti, o kurių derėtų atsisakyti.

Kokie yra maisto netoleravimo požymiai?

Netinkamai maitinantis, organizmui daroma žala – neigiamą poveikį greičiau pajunta silpnesni organai, kyla grėsmė išsivystyti lėtinio pobūdžio negalavimams, tokiems kaip:

- bronchinė astma,
- reumatas,
- migrena, galvos skausmai,
- vaikų hiperaktyvumas,
- antsvoris,
- virškinimo sistemos sutrikimai,
- lėtinis nuovargis, miego sutrikimai,
- depresija, padidėjęs jautrumas,
- artritas,
- įvairios alergijos,
- bėrimai,
- peršalimo ligos ir t. t.

Ar maisto netoleravimas ir alergija yra tas pats?

Nereikėtų painioti maisto netoleravimo ir alergijos maistui. Maisto netoleravimas, priešingai nei alergija, iš karto nepasireiškia – jo požymiai gali išryškėti po kelių dienų ar dar vėliau.

Ar maisto netoleravimo testas gali padėti pacientams, sergantiems lėtinėmis ir periodiškai pasikartojančiomis ligomis?

Sergant kai kuriomis lėtinėmis ir periodiškai pasikartojančiomis ligomis, vien vaistų vartojimas neretai numalšina tik ligos simptomus. Svarbu išsiaiškinti ligos priežastis; gali būti, kad viena iš jų – maisto netoleravimas. Atlikus testą ir laikantis gydytojo paskirtą mitybos gairių, gali pagerėti jūsų savijauta. Kadangi kiekvieno žmogaus organizmas ir jo ligos istorija yra individualūs, tiksliausiai į jums rūpimus klausimus, susijusius su lėtinių ligų gydymu maisto netoleravimo testo pagalba, atsakys gydytojas konsultacijos metu.

Ar maisto netoleravimo testas gali padėti lieknėjantiems?

Jeigu laikotės dietos, renkatės nekaloringą maistą, stengiatės valgyti mažomis porcijomis, vengiate užkandžiauti vakarais, o svoris vis tiek nekrenta, gali būti, kad vartojate netinkamą maistą. Tokiais atvejais, kai pasibaigus dietai pasireiškia „yo – yo“ efektas t. y. sugrįžta visi numesti kilogramai arba priaugate dar daugiau svorio taip pat kaltas netinkamas maistas.

Maisto netoleravimo testas gali būti naudingas laikantis dietos, norint atsikratyti antsvorio, nes papildomi kilogramai linkę kauptis organizme, kuris prastai įsisavina maistą. Išsiaiškinus, kokių produktų organizmas nepriima ir jų atsisakius, rezultatai gali būti pajuntami per stebėtinai trumpą laiką.

Pradėjus maitintis pagal rekomenduotą mitybos planą, gali ne tik kristi svoris, tačiau kartu pagerėti: odos būklė, nuotaika, atsirasti daugiau energijos.

Individualios mitybos rekomendacijos

Maisto netoleravimo testas kartais gali atskleisti netikėtų faktų. Pavyzdžiui, jūs labai mėgstate paukštieną, o testas parodo, kad organizmas jos netoleruoja. Kiekvieną rytą pradodate puodeliu kavos su pienu? Gali būti, kad ir kava, ir pienas organizmui - nepriimtini. Dėl maisto netoleravimo kartais tenka atsisakyti net lietuviškų obuolių ar daržovių.

Pakeisti nusistovėjusius mitybos įpročius, be abejo, nėra lengva. Todėl kartu su testo išvadomis klinikos specialistai pateikia ir rekomendacijas, kad būtų kuo lengviau pereiti prie kito režimo. Pasitaiko, kad nustojus vartoti netinkamą produktą, organizmas išsivalo ir maisto toleravimas pasikeičia, tad draustą produktą vėl galima pradėti saikingai vartoti.