

FoodDetective™

„... Čo je pre niekoho jedlom, môže byť pre druhého jedom... (Lukrécius, 75 rokov p. n. l.) ...“

Návod krok za krokom

FoodDetective™ dokáže identifikovať potraviny, ktoré spúšťajú produkciu protilátok. Tieto sa zvyčajne objavujú v súvislosti s viacerými nepriaznivými stavmi organizmu, ako je napr. neznášanlivosť určitých potravín, syndróm podráždených čriev, ekzémy a artritída. Akonáhle ich raz identifikujete, viete sa vyvarovať potravinovej intolerancie.

Test neidentifikuje klasické potravinové alergie vyvolané IgE protilátkami (viac <http://slnieckova.sk/c/krvne-skupiny-a-potravinova-intolerancia>). Na testovacej podložke sú nanesené rôzne proteínové extrakty. Z končeka prsta sa po malom vpichnutí odoberie vzorka krvi, tá sa nižšie uvedeným, definovaným procesom skúma na testovacej podložke.

V nasledujúcich krokoch za použitia detekčného a vývojového roztoku identifikujete prítomnosť potravinových protilátok, prostredníctvom jedného alebo viacerých modro zafarbených miest, ktoré sa objavujú na testovacej podložke. Po porovnaní s priloženou schémou môžete ľahko identifikovať, na ktorú z potravín sa vytvorili protilátky.

Jednoduchý test potravinovej intolerancie s výsledkami o 40 min

Obsah balenia **FoodDetective™**

- **2 ks sterilnej lancety**, len na jednorazové použitie (farba krytu lancety sa môže odlišovať); vyrobené v MediPurpose Pte Ltd, 896 Dunearn Road, Sime Darby Centre, Singapur 589472 [CE 0197],
- **1 ks sklenená kapilára** (označená čiarkou), vyrobené vo Vitrex Medical A/S, Vasekaer 6-8, 2730 Herlev, Dánsko [označené CE],
- **1 ks testovacia podložka** (Reaction tray), zabalené v ochrannej fólii,
- **1 ks utierka** s obsahom alkoholu (určená na dezinfekciu miesta vpichu)
- **1 ks náplast'**,
- **1 ks uzatvriteľný plastový sáčok**,
- **roztok A (Solution A)** – riedidlo na vzorku krvi 5 ml (koncentrovaný soľný roztok so stabilizátorom; 0,09% azid sodný ako konzervant; červeno zafarbený),
- **roztok B (Solution B)** – detekčný roztok 5 ml (peroxidáza z chrenu konjugovaná s protilátkou IgG; 0,05% Proclin 300 ako konzervant; modro zafarbený),
- **roztok C (Solution C)** – vývojový roztok 5 ml (roztok tetrametyl benzidínu s miernym oxidačným činidlom),
- **roztok D (Solution D)** – čistiaci priehľadný roztok 2 x 100 ml (koncentrovaný soľný roztok s obsahom 0,01% detergentu).

1. Získanie vzorky krvi

Nevyberajte z ochrannej fólie testovaciu podložku, pokiaľ nie je úspešne odobraná vzorka.

FoodDetective™ je jednorazový test, môže byť vykonávaný len dospelou osobou; test a lanceta môžu byť použité iba raz. Prosím, pred použitím si pozorne prečítajte tento návod.

1. Umyte si ruky v teplej vode, aby koža zmäkla a prekrvila sa.
2. Prst alebo palec, do ktorého sa urobí vpichnutie, utrite priloženou utierkou s alkoholom a nechajte uschnúť.
3. Odstráňte z lancety ochranný kryt (farba krytu lancety sa môže odlišovať).



4. Pridržte červený koniec lancety na prste alebo palci, z ktorého chcete odobrať vzorku.
5. Lancetu zľahka pritlačte k prstu. V momente, kedy je koža prepichnutá, môžete pociťovať ľahké pichnutie.
6. Prst masírujte smerom k prepichnutému miestu, aby ste získali kvapky krvi.
7. Priložte sklenú kapiláru tak, aby mohla do nej vtiecť krv. Opačný koniec kapiláry musí zostať odokrytý. Naplňte ju doplna. Ak sa nepodarí získať dostatočné množstvo krvi, je potrebné použiť ďalšiu lancetu a zopakovať krok 1 (Získanie vzorky krvi) s iným prstom.

5 až 10 minút



8. Keď budete mať kapiláru naplnenú, otvorte vrchnák fľaštičky s roztokom A (Solution A), riedidlo na vzorku krvi a vhodte do nej opatrne kapiláru s krvnou vzorkou. Fľaštičku opäť uzavrite a zľahka zatrasťe tak, aby sa krv v tekutine rovnomerne rozplynula.

2. Vykonanie testu

Pre túto časť testu použijete miesto v blízkosti drezu a tečúcej vody.

9. VYBERTE TESTOVACIU PODLOŽKU Z OCHRANNEJ FÓLIE A ZAFARBENÚ TEKUTINU NA ňU VYLEJTE (roztok A so vzorkou odobranej krvi).

Testovaciu podložku zľahka potraste, aby ste zabezpečili, že všetky krúžky na testovacej podložke budú pokryté tekutinou obsahujúcou krvnú vzorku. V prípade, že sú stále prítomné vzduchové bubliny, opatrne ťukajte do testovacej podložky, kým nezmiznú.



20 minút

10. NECHAJTE PÔSOBIŤ 20 MINÚT pri izbovej teplote a mimo priameho slnečného žiarenia.

11. PO 20 MINÚTACH vylejte obsah testovacej podložky do drezu.

12. NA TESTOVACIU PODLOŽKU NALEJTE TOĽKO ČISTIACEHO ROZTOKU D (Solution D), aby bola pokrytá celá plocha testovacej podložky. Po dobu niekoľkých sekúnd intenzívne testovaciu podložku traste, aby sa roztokom D celá premyla. Následne vylejte do drezu. Tento umývací proces zopakujte ešte trikrát. Pred uskutočnením ďalšieho kroku sa ubezpečte, že na nej nezostala žiadna tekutina, neutierajte!



1 až 2 minúty

13. ROZTOK B, detekčný roztok, modro zafarbený (Solution B) rozlejeme na testovaciu podložku, ktorou ľahko potrasíme, aby sme zabezpečili, že sú pokryté všetky krúžky na testovacej podložke. Pokiaľ sa vyskytujú vzduchové bubliny, treba testovaciu podložku zľahka poklepať po stole, kým sa bubliny nerozplynú.



10 minút

14. NECHAJTE PÔSOBIŤ ROZTOK B 10 MINÚT pri izbovej teplote a mimo priameho slnečného žiarenia.

15. PO 10 MINÚTACH obsah testovacej podložky vylejte do drezu a premyte umývacím roztokom D (Solution D); použijete približne polovicu obsahu roztoku D, aby premytie bolo dokonalé.

16. VÝVOJOVÝ ROZTOK C (Solution C) nalejte na testovaciu podložku. Uistite sa, že sú všetky krúžky na testovacej podložke pokryté. Pokiaľ sa vyskytujú vzduchové bubliny, zľahka poklepte testovacou podložkou po stole, kým sa bubliny nerozplynú.

2 až 3 minúty



17. PRESNE PO 2 MINÚTACH PÔSOBNIA miesta na testovacej podložke, ktoré sa sfarbili do modra znamenajú, že proti týmto potravinám sa vytvorili protilátky.

18. PO 2 MINÚTACH vyprázdňte obsah testovacej podložky do drezu a opäť premyte roztokom D (Solution D). Na dokončenie testu opäť vylejte obsah testovacej podložky do drezu.




3. Pozrite si výsledky

19. IHNEĎ PO DOKONČENÍ TESTU IDENTIFIKUJETE REAKTÍVNE POTRAVINY PODĽA ZAFARBENIA TESTOVACEJ PODĽOŽKY, tmavomodro zafarbené miesta indikujú silnú reakciu na konkrétnu potravinu, svetlomodré miesta miernu reakciu. Ak sa nenachádzajú žiadne zafarbené miesta, výsledok je pre testovaného výborný. Pokiaľ uvidíte iba veľmi svetlý odtieň, resp. iba krúžok, neznamená to žiadnu reaktívnu potravinu.





2 až 5 MINÚT



Potraviny sú na testovacej podložke zoradené v pozíciách 1 až 46.

-  **Tmavomodré zafarbenie indikuje silnú reakciu!** Eliminujte tieto potraviny z jedálnička minimálne na tri mesiace.
-  **Bledomodrá indikuje miernu reakciu** Striedajte potraviny, obmedzte však ich konzumáciu na maximálne jedenkrát za 4 dni.
-  **Biela, žiadna reakcia** Nenašli sa žiadne protilátky na danú potravinu, potravinu jedzte aj naďalej.

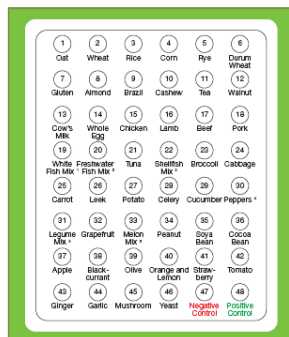
Menej bežné výsledky

-  **Krúžok modrej farby len na okraji** Neznamená pozitívnu reakciu a ak by sa test zopakoval, pravdepodobne ukáže negatívnu reakciu, často zapríčinenú slabým premytím.
-  **Širší pásik s bledým alebo bielym stredom** Stredná reakcia, striedajte potraviny, obmedzte však ich konzumáciu na maximálne jedenkrát za 4 dni.
-  **Tmavomodrý krúžok po okrají a bledšie sfarbenie zvnútra** Stredná reakcia, striedajte potraviny, obmedzte však ich konzumáciu na maximálne jedenkrát za 4 dni.
-  **Malý modrý bod v strede** Žiadna reakcia, potravinu konzumujte aj naďalej.

20. NA NASLEDUJÚCEJ SCHÉME OZNAČTE TIE POTRAVINY, U KTORÝCH SA VYSKYTLA MODRÉ ZAFARBENIE; pozície 47 a 48 predstavujú negatívny a pozitívny kontrolný bod, pomocou ktorých vieme určiť, či bol test urobený správne (neplatný a platný test). Výsledky testov sú platné, keď pozícia 47 zostane biela a pozícia 48 modrá.

4. Výsledky testu

1. OVOS
2. PŠENICA
3. RYŽA
4. KUKURICA
5. RAŽ
6. TVRDÁ PŠENICA
7. GLUTÉN (LEPOK)
8. MANDLE
9. PARA ORECHY
10. KEŠU ORECHY
11. ČAJ
12. VLAŠSKÉ ORECHY
13. KRAVSKÉ MLIEKO
14. VAJCIA



15. KURACIE MÄSO
16. JAHŇACIE MÄSO
17. HOVÄDZIE MÄSO
18. BRAVČOVÉ MÄSO
19. MIX RÝB S BIELYM MÄSOM¹⁾
20. SLADKOVODNÉ RYBY²⁾
21. TUNIAK
22. MIX MÁKKÝŠOV³⁾
23. BROKOLICA
24. KAPUSTA
25. MRKVA
26. PÓR
27. ZEMIAKY
28. ZELER
29. UHOROKY
30. PAPRIKA⁴⁾
31. STRUKOVINY⁵⁾
32. GRAPEFRUIT
33. MELÓNY⁶⁾
34. ARAŠIDY
35. SÓJA
36. KAKAO
37. JABLKÁ
38. ČIERNE RÍBEZLE
39. OLIVY
40. POMARANČE A CITRÓNY
41. JAHODY
42. PARADAJKY
43. ZÁZVOR
44. CESNAK
45. HRIBY
46. KVASNICE
47. **NEPLATNÝ TEST**
48. **PLATNÝ TEST**

Vysvetlenie indexov:

¹⁾ MIX RÝB S BIELYM MÄSOM: treska škvrnitá, treska a platesa

²⁾ SLADKOVODNÉ RYBY: losos a pstruh

³⁾ MIX MÁKKÝŠOV: krab, krevetka, rak, homár a mušle

⁴⁾ PAPRIKA: červená, zelená, žltá

⁵⁾ STRUKOVINY: hrášok, šošovica a fazuľa

⁶⁾ MELÓNY: ananásový melón a vodný melón

Obmedzenia tejto metódy

Presnosť výsledkov závisí od dodržania tohto návodu.

Čo by ste mali vedieť

Pokiaľ trpíte na klasickú potravinovú alergiu (napr. na arašidy), avšak **FoodDetective™** test nepotvrdil pozitívny výsledok, odporúčame Vám, aby ste sa aj naďalej týmto potravinám vyhýbali. O zásadných zmenách vo Vašom stravovacom pláne sa poraďte s kvalifikovaným výživovým odborníkom.

Bezpečnostné opatrenia



1. *Nerobte si tento test, ak trpíte poruchami krvnej zrážanlivosti.*
2. *Plochy, ktoré prišli do styku s krvou, utrite bežným dezinfekčným prostriedkom.*
3. *Všetky materiály skladujte na suchom a chladnom mieste, mimo dosahu detí.*
4. *Vyhýbajte sa dotyku aktívnej plochy testovacej podložky. Testovacia podložka by nemala prísť do styku ani s prachom alebo vlhkosťou.*
5. *Všetky roztoky sú v súlade s európskymi smernicami a nie sú toxické. Aj napriek tomu však zaobchádzajte s týmito prípravkami s čo najväčšou opatrnosťou. Vyvarujte sa požitiu, vdychnutiu a kontaktu s pokožkou a očami. V prípade kontaktu s pokožkou, umyte zasiahnuté miesto mydlom a veľkým množstvom teplej vody. Pri požití vyhľadajte okamžite lekársku pomoc.*
6. *Zvyšky roztokov vylejte do drezu. Nechajte tieť studenú vodu, tak, aby sa chemikálie roziedili.*
7. *Po vykonaní testu umyte drez bežne používaným dezinfekčným prostriedkom.*
8. *Po použití zabaľte testovaciu podložku, lancety a fľaštičku s kapilárou a krvnou vzorkou do priloženého plastového vrečka a vyhodte do koša.*

Upozornenie: Tento test nenahrádza lekárske vyšetrenie a posudok. Nediagnostikuje alergie. Ide o kvalitatívny test a jeho výsledky môžu napomôcť pri zostavovaní stravovacieho plánu. Ak máte zdravotné problémy, ste tehotná alebo užívate lieky, vtedy sa o akekoľvek zmene vo Vašom stravovacom pláne poraďte s Vaším lekárom.

Prosíme, pamätajte si:

- iba na vonkajšie použitie,
- nepoužívajte poškodené lancety,
- použite pred uplynutím doby expirácie.

Food Detective™ bol vyvinutý a vyrobený na Cambridge Nutritional Sciences Ltd, Eden Research Park, Henry Crabb Road, Littleport, Cambridgeshire CB6 1SE, UK. Tel.: +44 (0)1353 863279 Omega Diagnostics Group PLC

Bezpečnostná lanceta:  0197 [STERILE]R] 2;  [IVD] 2;

 0088 2

Výhradný distribútor

VitalLife, Ing. Andrea Michalčová
Piešťany
<http://www.food-detective.sk>
<http://www.camnutri.com>

Predajca

Slniečková, s.r.o.
P. O. Hviezdoslava 883
013 03 Varín
<mailto:slnieckova@slnieckova.sk>
<http://slnieckova.sk>