

## IgG-VOEDINGSALLERGIE

Wanneer u lijdt aan een chronische klacht die maar niet verdwijnt, kan de oorzaak wel eens een IgG-voedingsallergie (type III) zijn. IgG-voedingsallergieën blijven vaak onopgemerkt doordat de symptomen pas een paar uur of zelfs dagen na het innemen van een "trigger voedingsmiddel" optreden. **Hierdoor zijn ze heel moeilijk te identificeren.**

### Mogelijke symptomen

#### GASTRO-INTESTINALE KWALEN

- Opgeblazen gevoel
- Constipatie
- Ziekte van Crohn
- Diarree
- Prikkelbare Darm Syndroom (PDS)
- Misselijkheid

#### CHRONISCHE PIJN

- Hoofdpijn
- Migraine

#### OVERGEWICHT

- Chronische gewichtsproblemen
- Obesitas

#### HUIDPROBLEMEN

- Constitutioneel eczeem-achtige huidproblemen
- Eczeem
- Psoriasis

Gelukkig kunnen een **betrouwbare diagnostische test en een betrouwbaar voedingsconcept helpen: ImuPro**. Met ImuPro komt u erachter of een vertraagde voedingsallergie de oorzaak kan zijn voor uw chronische klachten.

**Wat is een IgG-voedingsallergie?** Bij type III-voedingsallergieën reageert het immuunsysteem op voedingsallergenen die gewoonlijk onschadelijk zijn en produceert het specifieke antilichamen genaamd IgG-antilichamen. Deze antilichamen kunnen dan voor ontstekingsreacties zorgen die dan weer tot verschillende **chronische klachten kunnen leiden**. De symptomen zijn vertraagd.

**Let op:** Een IgG-voedingsallergie moet niet worden verward met een klassieke voedingsallergie (type I). Bij een type I-allergie maakt je immuunsysteem IgE-antilichamen aan. Deze antilichamen zorgen voor een directe allergische reactie. De symptomen verschijnen binnen een paar seconden of minuten: hevige zwelling, moeite met ademen, uitslag, jeukende huid of zelfs een anafylactische shock. ImuPro test niet op IgE-voedingsallergieën.

De oorsprong van een groot aantal chronische klachten is nog niet geïdentificeerd. Men neemt aan dat door IgG veroorzaakte voedingsallergieën (type III) een rol spelen bij sommige chronische aandoeningen en daarom mogelijk een interessante en veelbelovende therapeutische werking bieden. Deze interacties zijn echter nog niet wetenschappelijk bewezen en zijn nog altijd een punt van discussie onder wetenschappers. Hiertegenover staat een groeiend aantal publicaties en een groot aantal anekdotische bewijzen die het idee steunen dat eliminatiediëten gebaseerd op voedingsmiddelspecifieke IgG-antichaammetingen zullen leiden tot verbetering van de klachten bij patiënten.

Pro Health Medical  
Bezoekadres: Schoutlaan 4a, 6002 EA Weert, Nederland  
Postadres: Postbus 316, 6000 AH Weert, Nederland

Tel: +31 (0)495 545 000  
Fax: +31 (0)495 531 074

E-mail: [info@prohealth.nl](mailto:info@prohealth.nl)  
[www.prohealth.nl](http://www.prohealth.nl)

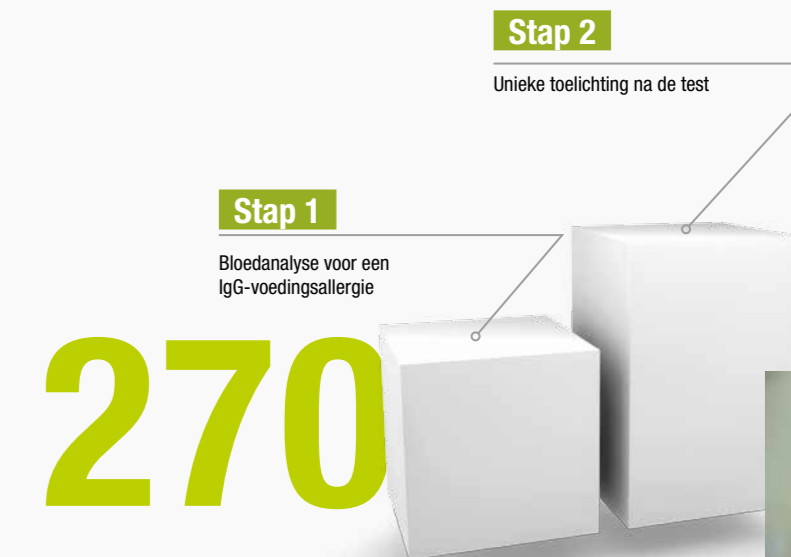
## UW BOUWSTENEN VOOR EEN BETERE GEZONDHEID

[www.imupro.nl](http://www.imupro.nl), [www.imupro.be](http://www.imupro.be)

ImuPro  
Right Food. Better Health.

## IMUPRO

**Individuele voedingsanalyse en gepersonaliseerde toelichting.** ImuPro is een concept dat een geperfectioneerde en betrouwbare bloedanalyse voor IgG-voedingsallergie combineert met onze unieke toelichting na de test.

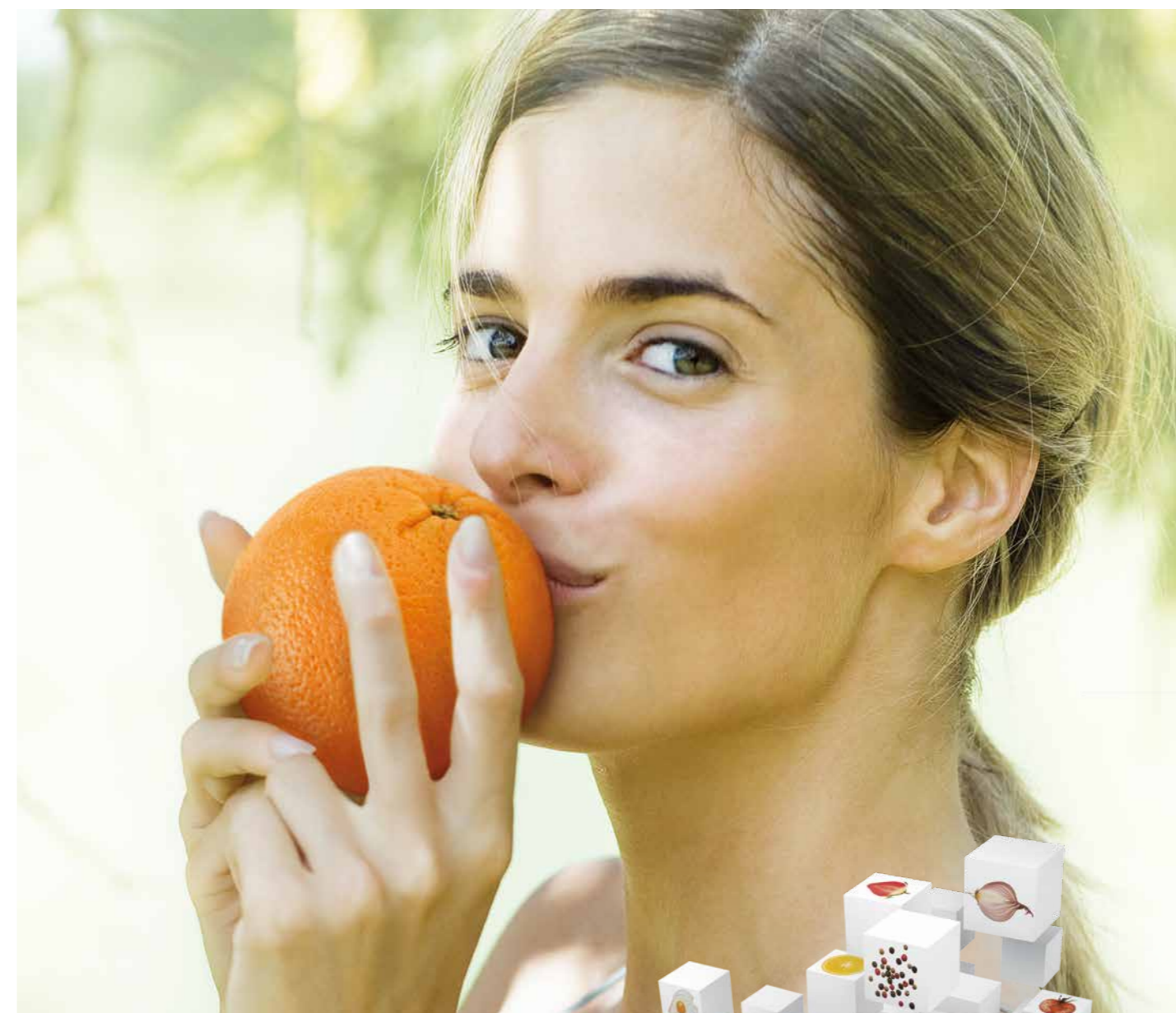


# 270

Er kunnen maar liefst 270 voedingsmiddelen worden getest. Samen met uw testresultaten ontvangt u uw individuele concept voor voeding. – **uw bouwstenen voor een gezonder leven.**

**ImuPro is uw betrouwbare metgezel op weg naar een betere gezondheid.** Uw testresultaten en uw persoonlijke voedingsvoorschriften zullen u helpen om de voedingsmiddelen te vinden die goed voor u zijn en om uw individuele "trigger foods" vast te stellen. Door het vermijden van de voeding die bij u problemen oplevert, kunnen ontstekingsprocessen verminderd worden of zelfs helemaal stoppen en kan uw lichaam herstellen.

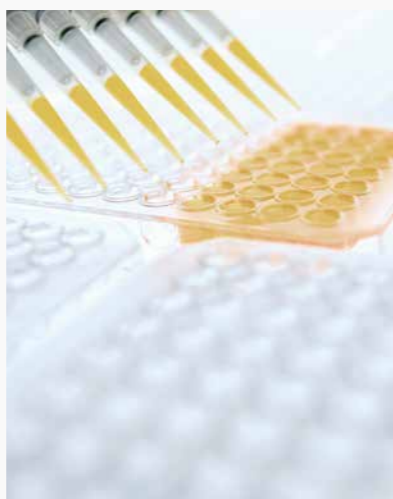
**Bestel ImuPro nu –  
Ontvang uw bouwstenen voor een gezonder leven.**



IgG-Voedingsallergie: Diagnostiek en Richtlijnen

## HET IMUPRO CONCEPT – DIAGNOSTIEK EN RICHTLIJNEN

In een **uitgebreide laboratoriumanalyse** worden verhoogde concentraties IgG-antilichamen specifiek tegen bepaalde voedingsproteïnen nauwkeurig en betrouwbaar vastgesteld. Samen met de testresultaten ontvangt u begrijpelijke voedingsrichtlijnen. Die uitleggen en duidelijk maken hoe u verder kunt gaan.



### De voedingsrichtlijnen bevatten 3 belangrijke bouwstenen.

#### 1 De Eliminatiefase

Tijdens de eliminatiefase mag u alle voeding zonder verhoogde niveaus met IgG-antilichamen eten in een rotatiecyclus van **4 dagen**. Dit helpt bij het voorkomen van de ontwikkeling van nieuwe vertraagde voedsallergieën en voorkomt tekorten aan voedingsstoffen. Tijdens deze fase moet alle voeding met verhoogde niveaus van IgG-antilichamen vermeden worden. Door deze te vermijden kan het ontstekingsproces verminderen of zelfs helemaal stoppen.

#### 2 De Provocatiefase

Na de eliminatiefase begint u met de **provocatiefase**, waarin u geleidelijk de te vermijden voedingsmiddelen één voor één herintroduceert. De provocatiefase helpt u om uw persoonlijke **“trigger foods”** te vinden. Er mag maar één nieuw voedingsmiddel per keer geïntroduceerd worden om erachter te komen of dit voedingsmiddel verantwoordelijk is voor uw klachten.

#### 3 De Stabilisatiefase

Tijdens de stabilisatiefase moeten de **“trigger foods”** minstens een jaar vermeden worden, zodat de IgG-antilichamen afgebouwd kunnen worden en uw lichaam zich kan herstellen. Hierna mag u nog een provocatiefase starten. Het kan zijn dat u erachter komt dat u één of twee voedingsmiddelen voor altijd zult moeten vermijden.



**ImuPro Screen** biedt een individuele analyse van **22 voedingsmiddelen**. Het is een simpele manier om er snel achter te komen of er een mogelijke IgG-voedsallergie bestaat en dat voor een redelijke prijs. Het betreft enkel een diagnostisch onderzoek en bevat geen aanbevelingen met betrekking tot een voedingspatroon.

**ImuPro Screen+** biedt een individuele analyse van de **44 meest voorkomende voedingsmiddelen**, zoals melkproducten, granen en kippenei. U ontvangt een begrijpelijk rapport, waarmee u in één oogopslag duidelijk uw resultaten kunt inzien. Aanbevelingen voor een voedingspatroon zijn niet inbegrepen.

**ImuPro Basic** test de **90 meest belangrijke voedingsmiddelen**, zoals de meest voorkomende vleessoorten, groenten, fruit, granen, melkproducten en kippenei. Naast een begrijpelijk rapport, waarmee u in één oogopslag duidelijk uw resultaten kunt inzien, krijgt u persoonlijke voedingsrichtlijnen met individuele aanbevelingen voor uw 4-daagse rotatiepatroon.

**ImuPro Complete** test **270 voedingsmiddelen en additieven** (inclusief de 90 voedingsmiddelen uit de ImuPro Basic). In aanvulling op de meest voorkomende soorten vlees, groenten, fruit, granen, melk en ei, worden de alternatieven en regio-specifieke voedingsmiddelen ook getest. Bovendien wordt er ook een groot aantal specerijen, thee, koffie, wijn, verdikkingsmiddelen en conserveringsmiddelen onderzocht. Uw voedingspatroon kan zeer selectief aangepast worden op de resultaten. Dit betekent dat er een variatie van alternatieven beschikbaar is voor uw 4-daagse rotatieplan. U ontvangt een begrijpelijk rapport waarmee u in één oogopslag duidelijk uw resultaten kunt inzien. Tevens ontvangt u persoonlijke voedingsrichtlijnen die u ondersteunen in de verandering van uw voedingspatroon. Uw rapport bevat ook individuele aanbevelingen voor uw 4-daagse rotatieplan en een receptenboek dat specifiek gebaseerd is op uw resultaten.

#### ImuPro Screen

- Kort rapport met duidelijke resultaten van de geteste voedingswaren, zonder aanbevelingen.

#### ImuPro Screen+

- Begrijpelijk rapport met nauwkeurige resultaten voor de geteste voedingswaren

#### ImuPro Basic

- Begrijpelijk rapport met nauwkeurige resultaten voor de geteste voedingswaren
- Persoonlijk handleiding met voedingsrichtlijnen

#### ImuPro Complete

- Begrijpelijk rapport met nauwkeurige resultaten voor de geteste voedingswaren
- Persoonlijk handleiding met voedingsrichtlijnen
- Individueel receptenboek dat specifiek gebaseerd is op uw resultaten.

## IMUPRO: DE GETESTE VOEDING IN ÉÉN OOGOPSLAG

### ImuPro Screen

### ImuPro Screen+

### ImuPro Basic

### ImuPro Complete

<sup>1</sup> Lantaam peper

<sup>2</sup> Rode peper

<sup>3</sup> Tabasco

### VLEES

- Eend
- Bans
- Geitenvlees
- Haas
- Hert
- Kalfsvlees
- Kalkoen
- Kip
- Konijn
- Kwartel
- Lamsvlees
- Ree
- Rundvlees
- Struisvogelvlees
- Varkensvlees
- Wild zwijn / Everzwijn

### GRANEN ZONDER GLUTEN, ZETMEEL EN DROGGROENTEN

- Aardpeer
- Amaranth
- Boekweit
- Cassave / Maniok
- Fonio / Grasgraan
- Gierst / Sorghum
- Johannesbrood
- Lupine
- Mais
- Pijwortelmeel / Arrowwortelmeel
- Quinoa
- Rijst
- Tamme kastanje
- Tapioka / Maniok
- Teff
- Zoete aardappel

### GRANEN MET GLUTEN

- Gerst
- Gluten
- Haver
- Kamut
- Rogge
- Spelt
- Tarwe

### GROENTE

- Aardappel
- Artisjok
- Asperge
- Aubergine
- Bamboescheuten
- Bleekselderij
- Bloemkool
- Boerenkool
- Broccoli
- Chili Cayenne<sup>1</sup>
- Chili Habanero<sup>1</sup>
- Chili Jalapeno<sup>2</sup>
- Chinese kool
- Courgette
- Knolselderij
- Korngemmer / Augurk

- Koolraap
- Koolrabi
- Melokhia / Jute
- Okra
- Olijf
- Paprika
- Pastinaak / Witte peen
- Pompoen
- Prei
- Radis
- Rode biet
- Rode Kool
- Savoie kool
- Snijbiet / Mangelwortel
- Spinazie
- Spruitjes
- Tomaat
- Ui
- Venkel
- Witte kool
- Wortels

- Salie
- Tijm
- Tuinkers
- Vanille
- Wilde knoflook

### ZOETSTOFFEN

- Agavesap
- Ahornsiroop
- Honing-mengsel
- Rietsuiker

### PADDESTOELEN

- Cantharel
- Champignon
- Eekhoornthijsbrood
- Kastanjechampignons
- Oesterzwam
- Shiitake

### SPECERIJEN

- Alfalfa
- Anijs
- Basilicum
- Bieslook
- Bonenkruid
- Citroenmelisse
- Dille
- Gember
- Jeneverbes
- Kaneel
- Kappertjes
- Kardamom
- Karwijzaad / Kummel
- Kerrie
- Kervel
- Knoflook
- Koriander
- Kruidnagel
- Kurkuma (E100)
- Lavendel
- Laurierblad
- Maggikruid / Lavas
- Marjolein / Marjoraan
- Mierikswortel
- Mosterdzaad
- Nootmuskaat / Muskaatnoot
- Oregano
- Paprikapoeder
- Peper, wit
- Peper, zwart
- Peterselle
- Piment
- Rozemarijn
- Safran

### SLA

- Andijvie
- Ijsbergsla
- Kropsla
- Lollo rosso
- Paardbloem
- Radicchio
- Romeinse sla
- Rucola
- Veldsla
- Witlof

### PEULVRUCHTEN

- Bonen, groen
- Erwten, groen
- Kikkererwten
- Kikkererwten, erwt
- Mungboon / Taugé
- Sjaboon
- Tuinboon

### VIS & ZEEVRUCHTEN

- Ansjovis
- Dorade / Zeebrasem
- Haai
- Haring
- Heek
- Heilbot
- Inktvis / Sepia
- Kabeljauw
- Karper
- Koolvis
- Kreeft
- Makreel
- Meerval
- Mossel
- Oesters
- Octopus
- Paling
- Red Snapper / Rode Zeebaars
- Rivierkreeft
- Roodbaars
- Sardine
- Schelvis
- Schol / Platvis
- Snoekbaars
- St. Jacobsschelp
- Tonijn
- Zalm

### EI

- Zeebaars
- Zeeuivel
- Zetong
- Zwaardvis
- Ganzenei
- Kippenei eigeel
- Kippenei eiwit
- Kippenei volledig
- Kwartelei

### FRUIT

- Aalbes
- Aardbei
- Abrikoos
- Ananas
- Appel
- Avocado
- Banaan
- Blauwe bes / Bosbes
- Bramen
- Cactusvijg
- Citroen
- Dadel
- Druif
- Duindoorn
- Framboos
- Granaatappel
- Grapefruit / Pompelmoes
- Guave
- Honingmeloen / Galiameloen
- Kers
- Kiwi
- Kruisbes
- Kweepeer
- Limoen
- Lychee
- Mandarijn
- Mango
- Mirabel / Gele pruim
- Nectarine
- Papaya
- Pear
- Perzik
- Pruim
- Rabarber
- Rode bes
- Sinaasappel
- Vijg
- Veenbes / Cranberries
- Watermeloen

### MELKPRODUCTEN

- Geitenmelk, -kaas
- Gekookte melk
- Halloumi
- (schaap, geit, koe kaas)
- Kaasstermsel
- Kamelenmelk
- Kefir
- Koemelk
- Paardenmelk
- Ricotta
- Schapenmelk, -kaas
- Zure melkproducten (koe)

### GISTEN

- Bakkers-, Biergist

### CONSERVERINGSSTOFFEN

- Benzoëzuur (E211)
- Sorbinzuur (E200)

### BINDMIDDELEN

- Agar-agar (E406)
- Carrageen (E407)
- Guarpitmeel / Guar gom (E412)
- Pectine (E440)
- Tragacanth / Tragant (E413)
- Xanthaangom (E415)

### ALGEN

- Rode Algen (Nori)
- Spirulina

### VERSCHILLENDE ADDITIEVEN

- Aloe vera
- Aspergillus niger
- Candida
- Sukadelectroen
- Wijnbladen