



ตรวจภูมิแพ้อาหารแฝง

ตรวจภูมิแพ้อาหารแฝง 222 ชนิด ด้วยวิธีตรวจเลือด

- โดยการเจาะเลือด เช่น กลุ่มผลิตภัณฑ์จากนมและไข่ รัญพืชกลุ่มมิกลูเตน รัญพืชกลุ่มไม่มีกลูเตน พัก ปลาไม้ ข้าวสาลี ปลาและอาหารทะเล เนื้อสัตว์ สมุนไพรและเครื่องเทศ ถั่ว พืชเมล็ด และอื่นๆ
- สำหรับผู้ที่อายุ 12 ปีขึ้นไป
- ต้องนัดหมายล่วงหน้า 1 วันก่อนเข้ารับบริการ
- ระยะเวลาให้บริการประมาณ 30-60 นาที
- ตรวจด้วยวิธีการเจาะเลือดที่แขนตรงข้อพับ
- หากเป็นผู้ที่มีสุขภาพแข็งแรง สามารถเข้ารับบริการได้เลย
- ผู้ป่วยกลุ่มโรคเรื้อรังมีอาการดีขึ้นอย่างเห็นได้ชัด เมื่อหยุดอาหารที่ร่างกายต่อต้านไประยะหนึ่ง
- สามารถรับผลการตรวจภายใน 1-2 สัปดาห์ ผ่านทางอีเมลที่ได้ให้กับคลินิก
- บุคคลนี้จะส่งไปรษณีย์ไปตามที่อยู่ที่เราแจ้งไว้หรือติดต่อรับได้ที่คลินิก
- หากต้องการให้คุณหมออ่านผลให้ จะทำการนัดหมายเวลากับแพทย์และแจ้งให้คุณทราบ

การเตรียมตัวก่อนเข้ารับบริการ

- ควรนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอก่อนวันรับบริการ
- ควรสวมเสื้อที่ถอดง่าย สะดวกต่อการเจาะเลือดที่ข้อพับแขน
- หากมีผลตรวจสุขภาพครั้งล่าสุดให้นำมาด้วย
- หากมียา วิตามิน หรือสมุนไพร ที่ทานเป็นประจำ ควรนำมาด้วยหรือจดบันทึก/ถ่ายรูปจลากมาแทนได้
- ไม่ต้องงดเครื่องดื่มและอาหาร
- หากเป็นผู้ที่มีอาการแพ้และรับประทานยาแก้แพ้หรือสเตียรอยด์อยู่ ควรพบแพทย์เพื่อประเมินความจำเป็นในการหยุดยา ขึ้นอยู่กับระดับความรุนแรงของอาการแพ้ในแต่ละคน

การดูแลหลังเข้ารับบริการ

หลังได้รับผลการทดสอบแล้ว สามารถนำผลที่ได้มาปรับใช้เพื่อเลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสม ผู้ป่วยกลุ่มโรคเรื้อรังจะมีอาการดีขึ้นอย่างเห็นได้ชัด เมื่อหยุดอาหารที่ร่างกายต่อต้านไประยะหนึ่ง

การแพ้แบบแฝง (Food Intolerance)

เป็นภาวะที่ร่างกายไม่สามารถย่อยอาหารบางชนิดได้ตามปกติ แต่จะแสดงอาการช้าจนไม่สามารถระบุชนิดอาหารที่แพ้ได้ ต่างจากการแพ้ปกติที่แสดงอาการให้เห็นในเวลาอันสั้น แม้การแสดงออกของการแพ้อาหารแบบแฝงจะไม่รุนแรง แต่หากร่างกายมีอาการแพ้อ่อยๆ อาจทำให้เป็นการแพ้เรื้อรังได้ ควรเฝ้าตรวจหาต้นตอเพื่อการรักษาและดูแลอาการอย่างถูกต้องต่อไป

สาเหตุ :

แม้จะเกิดขึ้นได้จากหลากหลายสาเหตุ แต่มี 2 สาเหตุที่พบบ่อยที่สุด คือ ร่างกายขาดเอนไซม์ที่จำเป็นสำหรับการย่อยอาหารนั้นๆ ทำให้ไม่สามารถย่อยและดูดซึมไปใช้ได้โดยมีประสิทธิภาพ ร่างกายไวต่อสารบางชนิดในอาหาร เช่น สารปรุงแต่ง หรือสารที่เกิดขึ้นโดยธรรมชาติในอาหาร อาการจะมีมากขึ้นเมื่อรับประทานอาหารชนิดนั้นมากเกินไป

อาการที่พบบ่อย

- | | | |
|-----------|----------------------|-------------|
| ท้องอืด | * ท้องผูก | * ปวดท้อง |
| ท้องเสีย | * ปวดศีรษะ | * ไอ |
| น้ำมูกไหล | * ครั่นเนื้อครั่นตัว | * อ่อนเพลีย |
| มีผื่นคัน | * ลมพิษ | |

แม้อาการเหล่านี้อาจเป็นได้ทั้งจากภูมิแพ้อาหารแฝงและปัญหาสุขภาพอื่นๆ แต่หากมีอาการบ่อยๆ หรือรุนแรง ควรพบแพทย์เพื่อรักษา

วิธีตรวจอาการแพ้อาหารแฝงด้วยตัวเอง

- จดบันทึกรายการอาหารที่รับประทานและอาการที่เกิดขึ้นหลังจากนั้น
- งดรับประทานอาหารที่สงสัยว่า อาจเป็นสาเหตุทีละชนิด ราว 2-6 สัปดาห์
- กลับไปรับประทานอาหารชนิดนั้นอีกครั้ง หากกลับมามีอาการ ก็เป็นไปได้ว่าสาเหตุมาจากอาหารชนิดนั้น
- นอกจากนี้ยังสามารถเข้ารับการตรวจเลือดหาสารก่อภูมิคุ้มกันทาน (Food specific IgG) เพื่อตรวจสอบภูมิแพ้แฝงต่ออาหาร อาจช่วยระบุชนิดอาหารที่แพ้ได้ เพราะภูมิแพ้อาหารอาจเกิดจากอาหารมากกว่าหนึ่งชนิด