

Hazırlayan: Dr. Abbas TANER
Özel TOBB ETÜ Hastanesi
Mikrobiyoloji ve Klinik Mikrobiyoloji Uzmanı

Son günlerin popüler konusu;

gıda duyarlılık testi neden yapılır?

Dünyada beslenme kaynaklı sorunlar gün geçtikçe artıyor. Bu sorunun ortaya çıkışında en sık rastlanan neden, sağlıksız koşullarda üretilen ve uzun süre bekletilmiş gıdaların (hormonlu ve fermente olmuş gıdalar) insanlara sunulmasıdır. 2007-2008 yılları arasında gerçekleştirilen çalışmalar da göstermiştir ki, Türkiye'de her yıl **binlerce kişi yetersiz ya da dengesiz beslenme sonucu birçok sağlık sorunu ile karşı karşıya** kalıyor.



Bir süredir gündemde olan ve üzerinde birçok araştırma yapılan Gıda Duyarlılığı (Gıda İntoleransı) da beslenme kaynaklı sorunlardan biri olarak karşımıza çıkıyor. Dünya Sağlık Örgütü'ne (WHO) göre dünya nüfusunun yarısında gıda duyarlılığı bulunuyor. Bu durum obezite, IBS (Irritable Bağırsak Sendromu), hipertansiyon, astım, kronik yorgunluk, depresyon, egzama, deri döküntüleri, şiddetli mide-bağırsak problemleri gibi birçok hastalık ve şikâyete neden oluyor. WHO buna benzer şikâyetlerin giderek artacağını öngörüyor.

Vücut bağışıklık sisteminin çok önemli olduğu yadsınamaz. Bağışıklık sisteminin güçlü



oluşu vücutta bakteri, virüs, mantar ve parazitlerin yol açabileceği enfeksiyonların oluşmasını engeller. Fakat yediğimiz herhangi bir gıdaya karşı da bağışıklık sistemi harekete geçebilir. Normalde zararsız olarak bildiğimiz gıdalar tüketildiğinde dahi vücut olumsuz bir yanıt verebilir. Bu olumsuz bağışıklık sistemi yanıtı iki şekilde değerlendirilebilir: Birincisi, gıda duyarlılığı ikincisi gıda alerjisi.

GGIDA DUYARLILIĞI İLE GIDA ALERJİSİ ARASINDAKİ FARK

Gıda duyarlılığı ile gıda alerjisi sıklıkla birbiriyle karıştırılmakta ve gıda duyarlılığına, gıda alerjisine oranla daha sık rastlanmakta. Gıda duyarlılığına bağlı oluşan rahatsızlıklar, bazen alerjiye bağlı oluşan rahatsızlık ve semptomlara benzemesinin yanı sıra alerjiden farklı olarak bazen saatler, hatta günler sonra ortaya çıkabiliyor. Gıda alerjisinde, gıda tüketildikten hemen sonra bağışıklık sistemi yanıtı oluşmakta ve yanıt Immunglobulin E (IgE) antikorlarına bağlı olarak gelişir. Kişiler çoğu zaman kendileri teşhis koyabilir. Örneğin çileğe karşı alerjiniz söz konusu ise çilek yer yemez şiddetli öksürük, deride kızarıklık, kaşıntı, solunum sıkıntısı gibi belirtiler ortaya çıkabilir ve siz tüm bu sorunların çilekten kaynaklandığını teşhis edebilirsiniz. Ancak gıda duyarlılığında yanıt bu şekilde oluşmaz.

Gıda duyarlılığı, bir başka terimle Gecikmiş Tip 3 Alerji, Immunglobulin G (IgG) antikorlarına bağlı olarak savunma sisteminin oluşturmuş olduğu bir yanıttır ve çoğunlukla semptom ve şikayetler alerjiye göre daha uzun sürelerde görülür. Bu sebeple kişiler problemin yedikleri hangi gıdadan kaynaklandığını bulmakta zorlanırlar.

Eski yöntemlerle, gıda duyarlılığına bağlı olarak genellikle hangi gıdanın semptom ve birtakım şikayetlere sebep olduğu kişide gıdaları teker teker denenerek bulunmaya çalışılırdı. Fakat birden çok besin veya besin kombinasyonu problem yaratıyorsa bu besinleri bulmak imkânsızlaşır ve kişi hayatı boyunca nedenini anlayamadığı rahatsızlıklar veya şikâyetler yaşamak

Özel TOBB ETÜ Hastanesi'nde Test Edilen **Gıda Antijenleri**

KABUKLU YEMİŞ	SÜT	BALIK/DENİZ ÜRÜNLERİ		SEBZE		TAHIL	ET
BADEM	ALFA LAKTALBUMİN	Espaguette Alg	TURNA BALIĞI	AKÇA OTU	SU KABAĞI	ARPA	SIĞIR ETİ
BREZİLYA BADEMİ	BETA LAKTOGLOBULİN	Spirulina Alg	PİSİ BALIĞI	ENGİNAR	PIRASA	KARA BUĞDAY	KEÇİ ETİ
KAJU FISTIĞI	MANDA SÜTÜ	Wakame Alg	USTURA MİDYESİ	KUŞKONMAZ	MERCİMEK	MISIR	TAVUK ETİ
HİNDİSTAN CEVİZİ	KAZEİN	HAMSİ	SOMON	PATLICAN	MARUL	KUSKUS	ÖRDEK ETİ
FINDIK	İNEK SÜTÜ	SALYANGOZ	SARDALYA	BAKLA	SAKIZ KABAĞI	DURUM BUĞDAYI	AT ETİ
MAKADAMYA CEVİZİ	YUMURTA BEYAZI	LEVREK	DENİZ TARAĞI	AYŞEKADIN FASULYE	SOĞAN	KETEN TOHUMU	KUZU ETİ
YER FISTIĞI	YUMURTA SARISI	SAZAN BALIĞI	KARİDES	BARBUNYA FASULYESİ	BEZELYE	GLIADİN	DEVE KUŞU ETİ
ÇAM FISTIĞI	KEÇİ SÜTÜ	HAVYAR	DİL BALIĞI	KURU FASULYE	BİBER(KARIŞIK)	MALT	ÖKÜZ ETİ
ANTEP FISTIĞI	KOYUN SÜTÜ	MİDYE	ALABALIK	PANCAR	PATATES	DARI	KEKLİK ETİ
YER BADEMİ		KUM MİDYESİ	TON BALIĞI	BROKOLİ	TURP	YULAF	DOMUZ ETİ
CEVİZ		MORİNA BALIĞI	KALKAN BALIĞI	BRÜKSEL LAHANASI	ROKA	MISIR BULAMACI	BILDIRCIN ETİ
		MÜREKKEP BALIĞI	SALYANGOZ	LAHANA	ARPACIK SOĞANI	BULGUR	TAVŞAN ETİ
		KILIÇ BALIĞI	MAYMUN BALIĞI	KIRMIZI LAHANA	SOYA FASULYESİ	PİRİNÇ	HİNDİ ETİ
		MÜREN BALIĞI	KARA KABUK MİDYESİ	KAPARİ	ISPANAK	ÇAVDAR UNU	DANA ETİ
		MEZGİT BALIĞI	AHTAPOT	HAVUÇ	TATLI PATATES	SPELT BUĞDAYI	GEYİK/KARACA ETİ
		BARLAM BALIĞI	İSTİRİDYE	KARNABAHAR	ŞALGAM (104)	TRANSGLUTAMİNAZ	YABAN DOMUZU ETİ
		RİNGA BALIĞI	İSTAKOZ	KEREVİZ	SU TERESİ	BUĞDAY	
		USKUMRU BALIĞI	YENGEÇ	PAZI	YUKA	BUĞDAY KEPEĞİ	
				NOHUT	SALATALIK		
				RADİKA	REZENE		



zorunda kalabilirdi. Yeni nesil gıda duyarlılık testleri ile birçok besine karşı spesifik IgG tayini, hangi gıdaya karşı kişinin duyarlı olduğu saptanabiliyor. Bunun sonunda kişiye özel olarak hazırlanmış gıda duyarlılığı raporu çıkarılıyor. Bu sonuç raporlara göre beslenme ve diyet uzmanları tarafından verilecek eliminasyon veya rotasyon diyeti ile şikayet ve semptomlar azaldığı gibi, gözle görülür gelişmeler oluyor.

ÖZEL TOBB ETÜ HASTENESİ BESİN DUYARLILIK TESTİ YAPILIYOR

Özel TOBB ETÜ Hastanemizde, Microarray (Microarry) çalışma prensibine dayalı uygulanan Besin Duyarlılık testi ile 5 µl serumla sadece 1x1 cm'lik alanda 221'den fazla farklı besin antijenini araştırılıyor. Test sonucu kandaki antikor konsantrasyonuna göre üç grupta değerlendiriliyor. Kişiye özel hazırlanan dosyada; özet rapor, tüm sonuçları içeren veriler ve hangi besinlerin tüketilmemesi veya belirli bir süre ara verilmesi gerektiğini tavsiye eden rapora yer verilir. Besin maddelerine özgü IgG antikorlarının belirlenmesi sonrasında, sonuç raporlarınıza göre beslenme ve diyet uzmanı tarafından verilecek eliminasyon veya rotasyon diyeti ile şikayet ve semptomlar azalmakta, hastanın şikayetlerinin kronik hale dönüşmesine engel olunmakta.

ataner@tobbetuhastanesi.com.tr

TOBB üyelerine Kardioloji, Kalp ve Damar Cerrahisi hizmeti başladı

Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği (TOBB), 1 Ağustos 2010 tarihinde TOBB Ekonomi ve Teknoloji Üniversitesi'nde (ETÜ) kurulacak olan Tıp Fakültesi'yle paralel çalışacak ve oda üyelerine sağlık hizmeti vermek amacıyla Ankara'daki Özel MESA Hastanesi'ni satın almış bulunuyor. TOBB'un Özel ETÜ Hastanesi'nden tüm birlik üyesi odaların üyeleri yararlanabilecek.

Özel TOBB ETÜ Hastanesi'nde şimdilik T.C. Sosyal Güvenlik Kurumu (SGK) kapsamında bulunan hastalara Kardiyoloji ile Kalp ve Damar Cerrahisi (KVC) branşlarında hastadan ücret alınmadan hizmet verilmekte.

Sosyal amaçlı çalışmalara da katkıda bulunan ve örnek çalışmalar ortaya koyan TOBB Başkanı M. Rifat Hisarcıklıoğlu başkanlığındaki TOBB yönetimi örnek çalışmaları nedeniyle oda ve borsa üyelerinden de takdir alıyor. Türkiye geleninde 365 oda ve borsa'nın çatı örgütü TOBB'un bu sosyal amaçlı çalışmalarını Milas Ticaret ve Sanayi Odası (MİTSO) Yönetim Kurulu Başkanı Enver Tuna şöyle değerlendirdi:

"Ülkemizin en başta gelen sorunlarından birisi olan eğitim sorunu konusunda TOBB Üniversitesi'ni kurarak büyük bir adım adan TOBB yönetimi, şimdi de yine ülkemiz için çok büyük bir sorun olan insan sağlığı konusunda dev bir adım attı. Ankara'daki Özel MESA Hastanesi'ni satın alarak üyelerinin hizmetine sunan TOBB yönetimini kutluyor ve destekliyoruz" diye konuştu.