



## ImuPro CHRONISCHE BESCHWERDEN UND VERZÖGERTE NAHRUNGSMITTELALLERGIE

Mögliche Zusammenhänge zwischen bestimmten chronischen Beschwerden und Reaktionen des Immunsystems gegen Nahrungsmittel



## INHALT

Verzögerte-Nahrungsmittelallergie: Was ist das?	4
Das ImuPro-Konzept: Labordiagnostik plus Ernährungsempfehlung	6
Die ImuPro-Testvarianten	
ImuPro Complete	8
ImuPro Basic	10
ImuPro Screen	11
Die ImuPro-Tests im Vergleich	12
Die getesteten Nahrungsmittel im Überblick	14



## VERZÖGERTE NAHRUNGSMITTELALLERGIE

Chronische Beschwerden sind in ihrer Ursache oft nicht geklärt. Therapien beruhen daher vielfach auf der Behandlung von Symptomen. Damit werden die Ursachen nicht beseitigt und therapeutische Ansätze bleiben oft ohne zufriedenstellendes Ergebnis.

Es wird vermutet, dass chronische Beschwerden durch Entzündungsreaktionen gefördert werden können. Wichtig ist daher, die Ursache für die Entzündung zu finden. Denn es gibt viele Auslöser.

Neben einer Vielzahl anderer Möglichkeiten könnten auch Nahrungsmittel eine solche Entzündungsreaktion hervorrufen. Ein Hinweis auf Nahrungsmittel als Mitverursacher von Entzündungen kann ein erhöhter Spiegel von IgG-Antikörpern gegen bestimmte Nahrungsmittel sein. Man spricht dann von einer verzögerten Nahrungsmittelallergie oder IgG-Nahrungsmittelallergie.

### Wann könnte ein ImuPro-Test in Frage kommen?

**Reizdarm**  
Blähungen Durchfall  
Juckreiz chronische  
Kopfschmerzen Müdigkeit  
**Migräne** Verstopfung  
Neurodermitis  
starkes Schuppenflechte  
**Übergewicht**

## Was ist eine IgG-Nahrungsmittelallergie?

Bei einer IgG-Nahrungsmittelallergie, auch Nahrungsmittelallergie vom Typ III genannt, reagiert das Immunsystem gegen an für sich harmlose Nahrungsmittelbestandteile und produziert spezifische Antikörper, genauer gesagt IgG-Antikörper. Dies kann dann entzündliche Reaktionen auslösen, die zu bestimmten chronischen Beschwerden führen können. Mitunter ist es schwierig, eine IgG-Nahrungsmittelallergie selbst festzustellen. Denn die Symptome treten erst verzögert, d. h. nach vier Stunden bis zu drei Tagen auf. Das macht es ohne gezielte Diät schwierig, die Beschwerden dem auslösenden Nahrungsmittel zuzuordnen.

IgG-Antikörper sind labordiagnostisch nachweisbar. Mit dem ImuPro-Test können die Nahrungsmittel, gegen die im Blut erhöhte IgG-Werte vorliegen und die möglicherweise für die Beschwerden ursächlich sind, leicht ermittelt werden.

**Hinweis:** Viele Menschen kennen die weithin geläufigere Nahrungsmittelallergie, bei der etwa nach dem Genuss eines Apfels der Hals juckt oder die Zunge pelzig wird. Die Symptome können bis zu lebensbedrohlichen Schwellungen der Atemwege oder bis zum anaphylaktischen Schock gehen. Dies ist eine sogenannte Sofortallergie – die Symptome treten sofort auf. In diesem Fall produziert das Immunsystem Antikörper vom Typ IgE. Diese klassische Nahrungsmittelallergie ist nicht zu verwechseln mit der verzögerten Nahrungsmittelallergie, bei der IgG-Antikörper produziert werden. Der ImuPro-Test diagnostiziert keine IgE-Nahrungsmittelallergie mit Sofortreaktion.

Eine besondere Form der IgG-Nahrungsmittelallergie ist die sogenannte **Non-Celiac Gluten Sensitivity**, kurz NCGS. Immer mehr Menschen klagen über chronische Beschwerden, die sich bessern wenn sie Gluten aus ihrer Ernährung weglassen, ohne dass sie aber an einer Zöliakie leiden. Die Zöliakie ist eine schwere Form der Glutenintoleranz, bei der es zu einer Entzündung der Darmschleimhaut und ausgedehnter Zerstörung der Darmzellen kommt. Im schlimmsten Fall kann die Zöliakie auch zur Ausbildung von Lymphomen führen. Die Häufigkeit dieser Erkrankung liegt in Europa etwa zwischen 1:500 bis 1:200. Bei der NCGS besteht die Gefahr, der Ausbildung von Lymphomen, nicht, aber es kann zu mannigfaltigen intestinalen und extra-intestinalen Beschwerden kommen, die lange nicht richtig diagnostiziert sowie behandelt werden und zu unnötigem Leiden der Betroffenen führen. Bei chronisch kranken Patienten liegt die Wahrscheinlichkeit, dass sie an einer NCGS leiden etwa bei 50%. Da die klassischen Anti-Gliadin-Tests nicht sensitiv genug sind, kann die NCGS nicht mit herkömmlichen Gliadin-Tests nachgewiesen werden. Nach 15 jähriger Erfahrung mit ImuPro und belegt durch eine kürzlich veröffentlichte Studie in Frankreich, besteht nun die Möglichkeit mit ImuPro eine Glutenintoleranz vom Typ NCGS nachweisen bzw. ausschließen zu können.



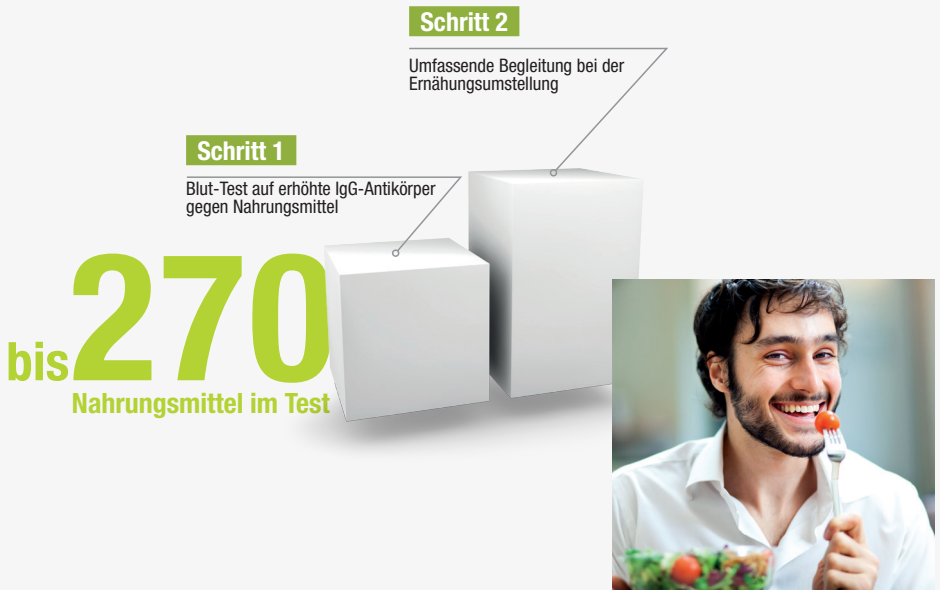
## DAS ImuPro-KONZEPT

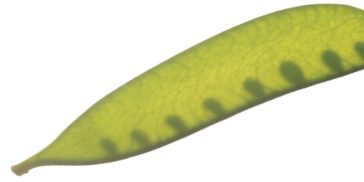
### Verlässliche Labordiagnostik PLUS individualisierte Ernährungsempfehlung

ImuPro ist ein komplementärmedizinisches Diagnose- und Therapiekonzept bei bestimmten chronischen Erkrankungen und besteht aus zwei Komponenten:

- Einem Bluttest auf erhöhte spezifische Gesamt-IgG-Antikörper gegen Nahrungsmittel
- Einer individuellen Ernährungsumstellung auf Basis des IgG-Befundes

In einer umfassenden Laboranalyse werden spezifische IgG-Antikörper gegen Nahrungsmittel exakt bestimmt. Zusätzlich zu Ihrem Laborergebnis erhalten Sie Ihre persönlichen Ernährungsempfehlungen, die Ihnen das Ergebnis und die nächsten Schritte, wie es nun weitergeht, anschaulich erklären. Damit fällt Ihnen der Einstieg in Ihre Ernährungsumstellung leichter.





Ihr ImuPro-Testergebnis und Ihre persönlichen Ernährungsempfehlungen werden die Nahrungsmittel identifizieren, die möglicherweise Ihre Symptome auslösen.

Die Vermeidung der problematischen Nahrungsmittel hat in der praktischen Anwendung schon in zahlreichen Fällen Beschwerden gemindert.

## Ihre individuelle Ernährungsumstellung besteht aus 3 wichtigen Bausteinen.

### 1 Eliminationsphase

Alle Nahrungsmittel, die im ImuPro-Test einen erhöhten IgG-Spiegel aufweisen, werden strikt gemieden. Dadurch können sich die Entzündungen und in Folge auch Ihre Beschwerden bessern. Der möglichst umfassenden Versorgung mit allen notwendigen Nährstoffen dient ein weiterer zentraler Aspekt: die Rotation der Nahrungsmittel, die Sie zu sich nehmen dürfen.



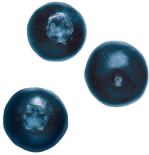
### 2 Provokationsphase – NEU

Nach einigen Wochen, wenn die Symptome wesentlich besser geworden sind, **dürfen** nach und nach Nahrungsmittel **wieder gegessen werden**, die in der ersten Phase gemieden wurden.

### 3 Stabilisierungsphase

Jetzt können Sie alle Nahrungsmittel wieder essen, die keine Beschwerden auslösen. Um den Körper zu stabilisieren, sind nur noch die symptomauslösenden Nahrungsmittel in der Regel ein Jahr lang zu meiden.





Sie sind an einem ImuPro-Test interessiert und fragen sich nun, welches für Sie die richtige Test-Variante ist?

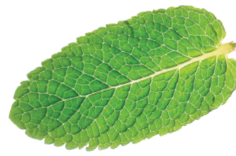
- ImuPro Complete
- ImuPro Basic
- ImuPro Screen

## ImuPro COMPLETE

Um **alle Vorteile des ImuPro-Konzeptes voll zu nutzen**, empfiehlt sich der ImuPro Complete. Denn mit ImuPro Complete stehen in der Eliminations- und in der Stabilisierungsphase am meisten Nahrungsmittel als Alternativen zu solchen mit erhöhtem IgG-Antikörper-Spiegel zur Verfügung. Werden nämlich Nahrungsmittel gegessen, die nicht getestet wurden, ist nicht gesichert, dass sie keine vermehrten IgG-Antikörper aufweisen.

Zudem ist die Chance, die tatsächlich symptomauslösenden Nahrungsmittel herauszufinden, mit dem ImuPro Complete am größten.





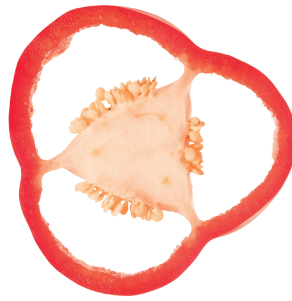
ImuPro Complete testet 270 Nahrungsmittel auf erhöhte spezifische IgG-Antikörper-Spiegel – inklusive aller 90 Nahrungsmittel des ImuPro Basic. Neben Gluten und den typischen Fleisch-, Gemüse-, Obst-, Getreide- und Milchsorten sowie deren Alternativen sind auch regionsspezifische Nahrungsmittel enthalten. Außerdem werden vielerlei Gewürze, Genussmittel wie Tee, Kaffee, die Inhaltsstoffe von Bier und Wein sowie Zusatzstoffe wie Dickungsmittel, Farb- und Konservierungsstoffe getestet.

## Ihre ausführlichen Befundunterlagen enthalten



- Ihren Befund auf erhöhte spezifische IgG-Antikörper-Spiegel gegen 270 Nahrungsmittel
- Ihre persönlichen Ernährungsempfehlungen mit
  - Ausführlichen Erklärungen und Hilfestellung zum ImuPro-Ernährungskonzept
  - Nützlichen Hinweisen zu Ihren möglicherweise symptomauslösenden Nahrungsmitteln
- Ihr individuelles Rezeptbuch mit vielen leckeren Gerichten – abgestimmt auf Ihren persönlichen ImuPro-Befund.

**Plus:** Im Rezeptbuch werden nach Möglichkeit weitere bekannte Unverträglichkeiten und Allergien berücksichtigt, die nicht im ImuPro-Testergebnis enthalten sind – soweit sie in der Anamnese angegeben wurden.



## ImuPro BASIC

Der ImuPro Basic umfasst 90 Grundnahrungsmittel wie Gluten, typische Fleisch-, Gemüse und Obstsorten, sowie Milchprodukte und Hühnerei.

Mit diesen Nahrungsmitteln kann ein Einstieg in das ImuPro-Konzept gelingen. Die Auswahl an negativ getesteten Nahrungsmitteln für die Eliminations- und die Stabilisierungsphase ist gegenüber dem ImuPro Complete jedoch eingeschränkt.

Um auch in der Eliminationsphase genügend Nahrungsmittel zur Verfügung zu haben, gegen die keine erhöhten IgG-Werte gemessen wurden, und damit eine ausgewogene und vollwertige Ernährung zu gewährleisten, kann es sinnvoll sein, nach dem ImuPro Basic auf den ImuPro Complete aufzustocken. Nicht zuletzt bietet der ImuPro Complete die größte Chance, die tatsächlich symptomauslösenden Nahrungsmittel zu identifizieren.

Ihre Befundunterlagen enthalten:

- Ihren Befund auf erhöhte spezifische IgG-Antikörper-Spiegel gegen 90 Nahrungsmittel
- Ihre persönlichen Ernährungsempfehlungen mit
  - Ausführlichen Erklärungen und Hilfestellung zum ImuPro-Ernährungskonzept
  - Nützlichen Hinweisen zu Ihren möglicherweise symptomauslösenden Nahrungsmitteln



## ImuPro SCREEN

Der ImuproScreen bietet eine kostengünstige Abklärung erhöhter spezifischer IgG-Antikörper-Spiegel gegen gängige Nahrungsmittel.

Der ImuPro Screen umfasst die 22 gängigsten Nahrungsmittel und bietet die ideale Möglichkeit eine NCGS auszuschliessen. Er enthält lediglich die labordiagnostische Analyse und keine Ernährungsempfehlungen. Bei positivem Ergebnis ist der ImuPro Complete zu empfehlen, um das ImuPro Ernährungskonzept vollumfänglich durchführen zu können.

Ihre Befundunterlagen enthalten:

- Ihren Befund auf erhöhte spezifische IgG-Antikörper-Spiegel gegen 22 Nahrungsmittel

## AUFSTOCKUNG

### Die ImuPro-Bausteine – Flexibel und Individuell

Wenn sich bei Ihrem ImuPro Basic oder ImuPro Screen Befund einige Reaktionen gezeigt haben und Sie nun tiefer in das ImuPro-Konzept einsteigen möchten, können Sie problemlos auf den ImuPro Complete aufstocken. Damit lassen sich das ImuPro-Konzept und die Ernährungsumstellung am besten umsetzen. Innerhalb von drei Monaten ist dies aus der gleichen, im Labor bereits vorliegenden Blutprobe möglich. Dabei bezahlen Sie lediglich einen kleinen Aufschlag zum Differenzbetrag zwischen Ihrem ursprünglichen Test und dem ImuPro Complete.





## DIE ImuPro-PRODUKTE IM VERGLEICH

	ImuPro Complete	ImuPro Basic	ImuPro Screen
Anzahl Nahrungsmittel im Test	270	90	22
Befund	✓	✓	✓
Kostenlose telefonische Ernährungsberatung	✓	✓	✓
Ausschluss einer NCGS	✓	✓	✓
Persönliche Ernährungsempfehlung	✓	✓	
Individuelles Rezeptbuch	✓		
Ausreichend Alternativen	✓		
Gewürze, Genussmittel	✓		
Konservierungsstoffe, Dickungsmittel	✓		

### Wie wird ImuPro durchgeführt und wann erhalte ich mein Ergebnis?

Lassen Sie sich bei Ihrem Therapeuten oder im Labor Blut abnehmen. Ihr Blut wird in unserem Labor auf spezifische IgG-Antikörper gegen Nahrungsmittel analysiert.

Das Ergebnis wird an Sie oder auf Wunsch ihrem Therapeuten übermittelt und von ihm beurteilt.



## Wann könnte ImuPro in Frage kommen?

- Blähungen, Verstopfung, Durchfall, Reizdarm
- Übergewicht
- Kopfschmerz/Migräne
- Entzündliche Hauterkrankungen (Neurodermitis, Schuppenflechte)
- Gelenkbeschwerden
- Morbus Crohn
- Bestimmte Nahrungsmittel werden nicht gut vertragen
- Fasten führt zum Rückgang der Beschwerden

## Sie möchten mehr über Ihre individuell gesunde Ernährung wissen?

Das Große Lexikon der Nahrungsmittel & Unverträglichkeiten.  
Ihr Wegweiser für eine gesunde Ernährung.

Viele wertvolle Hinweise rund um Nahrungsmittelallergien und -intoleranzen inklusive Sofort-Checks. Praktisch im Alltag: Es behandelt mehr als 250 Nahrungsmittel mit den jeweils relevanten Unverträglichkeiten: von A wie Aal bis Z wie Zwiebel. Erhältlich im Buchhandel oder online z. B. bei [www.amazon.de](http://www.amazon.de)

**Mehr Information** finden Sie auf [www.imupro.de/Literaturtipps](http://www.imupro.de/Literaturtipps)



■ ImuPro Complete

■ ImuPro Basic

■ ImuPro Screen

### Fleisch

- Ernte
- Gans
- Hase
- Hirsch
- Kalbfleisch
- Kaninchen
- Reh
- Strauss
- Wachtel
- Wildschwein
- Ziegenfleisch
- Lamm
- Pute/Truthahn
- Rind
- Schwein
- Huhn

### Getreidealternativen und Stärkehaltiges (glutenfrei)

- Amaranth
- Carob
- Esskastanie
- Fonio
- Lupine
- Manniok
- Pfeilwurz
- Quinoa
- Tapioka
- Teff
- Topinambur
- Süßkartoffel
- Buchweizen
- Hirse
- Mais
- Reis

### Getreide (glutenhaltig)

- Kamut
- Dinkel
- Gerste
- Hafer
- Roggen
- Weizen
- Gluten

### Gemüse

- Bambussprossen
- Chili jalapeno
- Chili habanero
- Fenchel
- Muskraut
- Okra
- Artischocke
- Bleichsellerie
- Blumenkohl
- Chinakohl
- Grünkohl
- Kürbis
- Mangold
- Pastinake
- Radischen /Rettich
- Spargel
- Spinat
- Steckrübe
- Rosenkohl
- Weißkohl
- Wirsing
- Aubergine
- Brokkoli
- Chili cayenne
- Gurke
- Kartoffel
- Kohlrabi
- Lauch
- Olive
- Rote Beete
- Rotkohl
- Sellerieknolle
- Zucchini
- Zwiebel
- Karotte
- Tomate
- Paprikaschote

### Pilze

- Austernpilz
- Marone
- Pfifferling
- Shiitake
- Steinpilz
- Champignon

### Gewürze & Kräuter

- Alfalfa
- Anis
- Bärlauch
- Bohnenkraut
- Dill
- Gartenkresse
- Ingwer
- Kapern
- Kardamom
- Kerbel
- Koriander
- Kreuzkümmel
- Kurkumin
- Kümmel
- Lavendel
- Liebstöckel
- Lorbeerblatt
- Majoran
- Nelke
- Pfeffer (weiß)
- Piment
- Safran
- Salbei
- Wacholder
- Zitronenmelisse
- Schnittlauch
- Basilikum
- Meerrettich
- Muskat
- Oregano
- Paprikagewürz
- Petersilie
- Pfeffer (schwarz)
- Rosmarin
- Senf
- Thymian
- Zimt
- Vanille
- Knoblauch

### Süßmittel

- Agavendicksaft
- Ahornsirup
- Rohrzucker
- Honig

## Salate

- Löwenzahn
- Chicorée
- Eisberg
- Endivie
- Lollo rosso
- Radicchio
- Römischer Salat
- Rucola
- Feldsalat
- Kopfsalat

## Hülsenfrüchte

- Bohne (dick)
- Kichererbse
- Linse
- Mungobohne
- Bohne (grün/gelb)
- Erbse
- Sojabohne
- Erbse/Bohne (grün)

## Fische & Meeresfrüchte

- Aal
- Auster
- Garnele
- Jakobsmuschel
- Miesmuschel
- Octopus
- Pangasius
- Red Snapper
- Seebarsch
- Seeiteufel
- Dorade
- Forelle
- Hai
- Heilbutt
- Hering
- Kabeljau
- Karpfen
- Makrele
- Sardellen
- Sardine
- Schellfisch
- Scholle
- Schwertfisch
- Seehecht
- Seezunge
- Tintenfisch
- Zander
- Krebs
- Lachs
- Rotbarsch
- Seelachs
- Thunfisch
- Hummer

## Obst & Früchte

- Blaubeere
- Brombeere
- Cranberry
- Granatapfel
- Grapefruit
- Guave
- Himbeere
- Honigmelone
- Johannisbeere
- Kaktusfeige
- Limette
- Mandarine
- Preiselbeere
- Quitte
- Rhabarber
- Sanddorn
- Stachelbeere
- Avocado
- Birne
- Dattel
- Feige
- Litschi
- Mango
- Mirabelle
- Papaya
- Pfirsich
- Pflaume
- Apfel
- Aprikose
- Erdbeere
- Kirsche
- Kiwi
- Nektarine
- Traube/Rosine
- Wassermelone
- Zitrone
- Orange
- Banane
- Ananas

## Samen & Nüsse

- Kokosnuss
- Macadamianuss
- Paranuss
- Pinienkerne
- Cashewkerne
- Erdnuss
- Kakao
- Kürbiskerne
- Leinsamen
- Mohn
- Pistazie
- Sesam
- Sonnenblumenkerne
- Walnuss
- Mandel
- Haselnuss

## Tee, Kaffee & Wein

- Brennnessel
- Hagebutte
- Kaffee
- Kamille
- Rotbuschtee
- Tannin (Wein)
- Tee (grün)
- Tee (schwarz)
- Pfefferminz

## Milchprodukte

- Hellim
- Kamelmilch
- Kefir
- Ricotta
- Stutenmilch
- Labkäse
- Milch (gekocht)
- Sauermilchprodukte
- Kuhmilch
- Schafsmilch/-käse
- Ziegenmilch/-käse

## Hefe

- Bäcker-/Bierhefe

## Konservierung

- Benzoesäure (E 210)
- Sorbinsäure (E 200)

## Dickungsmittel

- Agar-Agar (E 406)
- Carrageen (E 407)
- Pektin (E 440)
- Tragant (E 413)
- Xanthan (E 415)
- Guarkernmehl (E 412)

## Algen

- Nori-Rotalge
- Spirulina-Blaualge

## Besonderes

- Aloe vera
- Aspergillus niger
- Candida albicans
- Citronat
- Weinblätter

## Ei

- Eigelb
- Eiklar
- Gänse-Ei
- Wachtel-Ei
- Vollei

## ImuPro – QUALITÄT DIE ÜBERZEUGT!

### Sicherheit für Arzt und Patient

- Vergleichbare Messwerte
- Reproduzierbare Messwerte
- Stabile Nahrungsmittelextrakte
- Extrakte bilden das gesamte Nahrungsmittel ab, z.B. roh und gekocht
- Zertifiziertes Labor
- Eindeutige Resultate durch Einzeltestung der Allergene
- Internationaler wissenschaftlicher Beirat
- Wissenschaftliche Studien
- Erfolg in über 30 Ländern weltweit
- Internationale Laborvergleiche zur Sicherung der Reproduzierbarkeit und Vergleichbarkeit der Ergebnisse weltweit