



## Neu in der Laborgemeinschaft

# Diaminoxidase (DAO)-Bestimmung

### Im Serum bei Verdacht auf Histaminintoleranz

Histaminintoleranz ist eine Nahrungsmittelunverträglichkeit, von der in Deutschland mindestens 1-2% der Bevölkerung betroffen sind – 80% davon sind Frauen. Da die Histaminintoleranz zahlreiche verschiedene Symptome wie Husten, rinnende Nase, Verdauungsbeschwerden, Kopfschmerzen und Hautausschläge verursachen kann, wird sie oft nicht oder erst spät erkannt. Reizdarm oder Asthma lautet oft die falsche Diagnose.

In großen Mengen zu sich genommen, löst Histamin bei jedem Menschen Beschwerden aus, die sogar lebensbedrohlich sein können. Da Histamin eine sehr potente Substanz ist, die auch ständig über die Nahrung aufgenommen wird, muss sich der Körper vor ihr schützen. Das tut er mit dem Enzym Diaminoxidase, das überwiegend in der Darmschleimhaut produziert wird und Histamin abbaut. Liegt ein DAO-Mangel bzw. eine –Hemmung vor, kann der Organismus mit der Nahrung aufgenommenes oder aus körpereigenen Zellen freigesetztes Histamin nicht genug abbauen und es treten die Symptome einer Histaminintoleranz (HIT) auf. Auch ein Mangel an Mikronährstoffen (Vitamin B6, Kupfer, Mangan und Zink i.VB.) die für Funktion und Aktivität der DAO bedeutsam sind kann zu einer HIT führen.

*Histaminhaltige Lebensmittel:* Histamin findet man in nahezu jedem Lebensmittel. Die Histaminkonzentration nimmt durch mikrobiellen Stoffwechsel kontinuierlich zu. So kann auch ein zunächst nahezu histaminfreies Lebensmittel die Symptome einer HIT auslösen, wenn es nur lange genug gelagert wird.

Bei folgenden Lebensmitteln ist mit einem erhöhten Histamingehalt zu rechnen: Dauerwurst, Räucherfleisch, Fleisch- und Fischkonserven, Käse mit langen Reifezeiten, Sauerkraut, Essig, Wein (rot) Ketchup, Glutamat usw.

#### **Probenmaterial:**

Für die DAO-Bestimmung benötigen wir Serum.

Bei entsprechendem Bedarf wird die **DAO-Bestimmung** zweimal wöchentlich in der Laborgemeinschaft durchgeführt.

#### **Verantwortlich für den Inhalt:**

Laborgemeinschaft für ganzheitliche Medizin GbR \* Grandweg 64 \* 22529 Hamburg  
Geschäftsführer: Lothar Ursinus \* Peter Farenholtz \* Thomas Pregartbauer  
Tel. 040 524 7812 0 \* Fax 040 46776433 \* [www.lgm-hh.de](http://www.lgm-hh.de) \* info(at)lgm-hh.de