

Nyerd meg Aphrodite aján

keresés

Nyitólap > Kórkép > Allergia > Mi is az a hisztamin?

Mi is az a hisztamin?

Elsősorban a francia nemzet szokásai és tapasztalatai alapján ma már több országban is népszerű az egyes borok sajtokhoz való társítása.

OSZD MEG MÁSSAL IS!

Tetszik

5

A bor legjobb barátjaként is definiált tejtermékek és az alkoholos ital azonban kellemetlen tüneteket is produkálhat az arra érzékenyeknél. A hisztamin intoleranciáról dr. Augusztinovicz Mónikát, a Budai Allergiaközpont allergológus, fül-orr-gégész orvosát kérdeztük.

Mi a hisztamin szerepe a szervezetben?

-A hisztamin az élő szervezetben jelen lévő természetes anyag, mely részben a szervezetben termelődik, részben pedig élelmiszerekkel kerül be. A hisztamin talán legismertebb funkciója az allergiás reakciókban betöltött szerepe. Az allergiás rohamok alatt a hisztamin hirtelen és nagy mennyiségben szabadul fel, és közvetítő anyagként játszik szerepet a jellegzetes tünetek - orrvizketés, orrdugulás, orrfolyás, csalánkiütés, **gyomor- és bélrendszeri panaszok** - kialakulásában.



Bizonyos élelmiszerek is tartalmaznak hisztamint eltérő mennyiségben, így az étkezések során is emelkedhet szervezetünkben a hisztamin szint mértéke. Mindez problémát akkor jelent, ha **a hisztamin lebontása nem történik meg megfelelően**. Ezt a jelenséget hisztamin intoleranciának nevezzük.

Milyen tüneteket okoz a hisztamin intolerancia?

-A hisztamin normális esetben a májban bomlik le, lebontását a diamino-oxidáz nevű enzim végzi. Akinél ez az enzim csökkent mértékben termelődik, hisztaminban gazdag étel fogyasztása után allergiaszerű tüneteket

Allergia

Belgyógyászat

Bőrgyógyászat

COPD

Cukorbetegség

Csontok és ízületek

Daganat

Érzékszervek

Fertőzések

Férfigondok

Fogászat

Függőségek

Idegrendszer

Koros kórok

Légzőszervi panaszok

Mentális betegségek

Női problémák

Szív és érrendszer

LÉPJ BE ÉLETED F

APHRODIT

A Hoodiet Spray ny
A Vegeta ajándékc
A Hipsy ajándékc

SZAKÉRTŐI VIDEÓK



Mi gyógyszer és mi nem?

A gyógyszer olyan anyag, amely kölcsönhatásba lép a szervezettel.

[További szakértői videók >>](#)



T

SZAKÉRTŐK



tapasztalhat: **fejfájás**, kiütések, viszketés, hányás, hasmenés, hasi fájdalom jelentkezhet.

Melyek a magas hisztamin tartalmú ételek?

-Hisztaminban gazdag élelmiszerek a **vörös bor és sör sajtok**, különösen a Camambert, Brie, Gruyere, Cheddar, Roquefort, Parmesan. A sörélesztő, kagyló a halak többsége, a halkonzerv is. Ezen kívül a paradicsom (különösen a konzerv, paradicsompüré, ketchup) a spenót, csirke sertés / marha kolbász és sonka, különösen a szárított termékek. A csokoládé, fermentált szója termékek, szója szósz minden fermentált zöldség és a savanyú káposzta. Egyes ételek a szervezet saját hisztamin termelését fokozzák. Ilyen a nyers tojásfehérje, kagyló, eper, paradicsom, hal, **csokoládé**, ananász és az alkohol.



Milyen lépésekből áll a hisztamin intolerancia vizsgálata és a kezelés?

-A kórtörténet felvétele után, amennyiben az allergiát kizártuk és hisztamin intolerancia gyanúja megalapozottnak tűnik, vérvételt végzünk. Laboratóriumi vizsgálattal igazolható a diamino-oxidáz enzim csökkent szintje. Diéta mellett étkezés előtt az enzim tablettá formájú bevétele jelent megoldást.

Dátum: 2012.02.28. 15:28

Forrás: Allergiaközpont

Címkék: egészséges étkezés, tej, ételallergia, allergia

↑ [Lap tetejére](#)

Mielőtt kérdeznél kérjük jelentkezz be!

Nem vagy még tag? [Regisztrálj!](#)

Hozzászólások sorrendje: **Időben növekvő** 20 db/lap



Már a bor is ellenünk van?

Sokan úgy vélik, hogy este egy-két pohár bor nem ártalmas az egészségre, pedig hosszútávon háromszorosára növeli a szájüreg



Márványsajtos lazac

A márványsajt egy francia eredetű, kékpenésszel érő, rokfort típusú sajt., Ízével, aromájával az ingyencek kedvencei közé tartozik.



Dr. Kósa Lajos
allergológus



Prof. Dr. Nékám Kristóf
immunológus

[Összes szakértő](#) >



IRATKOZZ FEL HÍR!

NAPI HOROSZKÓP

2012.02.09.

2012.01.13.

Videó



A gyermekkori ételallergia



Kreatív: Artcentrum Interaktív
Copyright: Megaline Stúdió Kft.

[Impresszum](#) [Médiaajánlat](#) [Jogi nyilatkozat](#) [Partnereink](#) [Adatvédelem](#) [Játéksz](#)

DPPING



hírposta.hu



Life Gu

ADHD advent agy AIDS akupunktúra alakformálás alkohol állati allergia almaecet álom alvás alvászavar anorexia anyagcsere anyatej arcüreggyulladás artéria ásványianyag asztma baba babakocsi babaszoba Bak baktérium beszédhiba betegség bicikli Bika bio bor bölcsőde bőr bronchitis bulimia candida chlamydia csecsemő csont cukor cukorbetegség daganat demencia depresszió Detego diéta divat dohányzás drog edzésterv egészség egészséges étkezés ekcéma ételmiszi esküvő ételallergia fájdalom fáradtság fehéremű fertőzés fitness fizioterápia fog fogamzásgátló fogyókúra futás fül fürdőszoba genetika gerincferdülés gerincse gluténmentes gyermek gyermekkori alvás gyógynövények gyógyszer gyógytea gyógytorna gyulladás gyümölcs H1N1 haj hajhullás Halak hányás hasmenés házassá higiénia hiperaktív gyerek hiperaktivitás homoktövis homoszexuális horkolás horoszkóp HPV húsvét Ikek illat immunrendszer influenza intim intimtoma IQ iskola jóga jótékonyág kalória kamasz kapcsolat karácsony karrier kávé kemoterápia kiskorlás kismama kontaktlencse konyha kopasz kórház Kos kozmetikum köhögés köszvény kutatás lágyéksérv lázadó lázcsillapítás leégés lélek limfoma lisztérzékenység lombikbébi magas vérnyomás magömlés magzat masszázs maszturbáció n megcsalás méh melanoma mell menopauza menstruáció mentális méregtelenítés Mérleg mozgás műtét narancsbőr nemi szerv nevelés növény nyerelemény Nyil orvos oscar óvszer önbizalom önellenőrzés öregedés összejt pánik parlagfű petefészekes plasztika proktológia prosztata rák Rák reflexológia reflux reuma seb sér sperma sport stressz stroke szauna szelíd gyógy mód szem szenvedélybetegség szépség szeretet szerető szex szezonális allergia szív szoba szoptatás szőlő szörte szülés Szűz szüzesség tampon tantra szex táplálkozás tea technika teherbeesés tej terhesség természetes gyógy mód testvér tetoválás törés trauma tüdő tünet ünnep vágófokozó védekezés vegetáriánus vér vérnyomás vibrátor vitamin víz Vízöntő VV wellness zöldség zsír