



Test di **Intolleranza all'istamina**
RISULTATI DEL TEST



Il tuo valore misurato:

È stato trovato un valore di **5 U/ml** per la concentrazione di diammina ossidasi (DAO) nel siero. Questo dimostra la presenza di una carenza da diammina ossidasi e che esiste probabilmente un'intolleranza all'istamina.

● < 3 U/ml Sospetta intolleranza pronunciata all'istamina

● 3-10 U/ml Probabile intolleranza all'istamina

● > 10 U/ml Improbabile intolleranza all'istamina

Analisi

Il valore standard per la diammina ossidasi è superiore a 10 U/ml (fascia verde), un valore compreso tra i 3 U/ml e i 10 U/ml indica una probabile intolleranza all'istamina (fascia gialla). Se il valore si trova sotto a 3 U/ml, l'intolleranza all'istamina è normalmente pronunciata (fascia rossa).

Domande frequenti

Cosa si può fare in caso di intolleranza all'istamina? _____ ^

In aggiunta alla riabilitazione intestinale e alla ricostruzione della naturale colonizzazione dei microorganismi, un'ottimizzazione dell'integrazione vitaminica e di oligominerali (vitamina B6, vitamina C, zinco, niacina) così come una dieta a basso contenuto istaminico possono portare a un miglioramento dell'intolleranza. Inoltre, è importante considerare l'influenza delle medicine. In certi casi, la DAO può essere somministrata in maniera mirata. L'istamina, che viene ingerita con il cibo, può anche essere legata a uno ione minerale ed essere eliminata completamente.

Quali medicine possono aumentare l'intolleranza? _____ ^

Acetilcisteina, ambroxolo, aminofillina, amitriptilina, cloroquina, isoniazide, metamizolo,

metoclopramide, propafenone e verapamil possono influenzare negativamente la degradazione dell'istamina. I soggetti allergici dovrebbero evitare farmaci antinfiammatori che aumentano il rilascio di istamina. Questi includono acido meclofenamico, acido mefenamico, diclofenac, indometacina, flurbiprofene, naprossene, ketoprofene e acido acetilsalicilico. Invece, le persone con allergie dovrebbero usare preferibilmente farmaci antinfiammatori che riducono il rilascio di istamina. Si tratta di fenbufen, levamisolo e ibuprofene¹.

Cosa costituisce una dieta a basso contenuto istaminico? _____ ^

Evitare alimenti che contengono istamina come tonno, salame, formaggio stagionato e vino rosso. Inoltre, si dovrebbero evitare alimenti che rilasciano istamina, come fragole, agrumi, ananas, kiwi, frutti di mare e latte. Si dovrebbero evitare anche gli alimenti che inibiscono il DAO, come cioccolato, pomodori e noci.

Perché il corpo ha bisogno di istamina? _____ ^

L'istamina viene usata nel corpo come una sostanza messaggera che influenza importanti processi delle reazioni di difesa del sistema immunitario, che controlla la produzione dei succhi gastrici, la mobilità dello stomaco e dell'intestino, che influenza il battito cardiaco e il restringimento vascolare e che regola i cicli di sonno e la temperatura corporea.

Quale ruolo assume la diammina ossidasi (DAO)? _____ ^

Il DAO è un enzima che degrada l'istamina ingerita con il cibo. Se l'attività del DAO non è sufficiente alla degradazione dell'istamina, si sospetta un'intolleranza all'istamina. Questo porta a reazioni eccessive all'istamina perché non è stata degradata abbastanza velocemente².

Quali sono i sintomi dell'intolleranza all'istamina? _____ ^

Naso chiuso o che cola, disturbi della lingua, disturbi gastrointestinali, diarrea o feci morbide, nausea, crampi, asma, asma, frequenti mal di testa, emicranie, ipotensione, polso elevato o irregolare, forti crampi mestruali il primo giorno nelle donne, edema, gonfiore degli occhi, dolore agli arti e reazioni cutanee sono sintomi tipici dell'intolleranza all'istamina. Inoltre, le reazioni allergiche possono essere intensificate. Un'intolleranza al vino rosso, ai formaggi a pasta dura, alle salsicce, ai pomodori, al ketchup e al cioccolato può anche essere indice di intolleranza all'istamina.

Quali sono le cause dell'intolleranza all'istamina? _____ ^

Le cause principali dell'intolleranza all'istamina sono il disequilibrio tra l'istamina prodotta e la mancata abilità di degradazione. Vi sono due possibili spiegazioni per questo: 1. produzione istaminica aumentata, per esempio a causa della sovrapproduzione (allergie, batteri o emorragie nel tratto intestinale) o assorbimento di istamina, istidina o altre ammine biogeniche (per esempio sotto forma di alimenti o alcool) 2. Presenza insufficiente o della forma inattiva dell'enzima DAO³.

Come è collegato il deficit alimentare?

2

Il deficit alimentare è una condizione che si verifica quando il corpo non riceve abbastanza nutrienti per funzionare correttamente. Questo può essere causato da una varietà di fattori, tra cui una dieta squilibrata, disturbi alimentari, problemi di assorbimento e malattie croniche. I sintomi possono includere affaticamento, perdita di peso, debolezza e problemi di concentrazione. È importante consultare un medico se si sospetta un deficit alimentare per una diagnosi accurata e un piano di trattamento appropriato.



Il deficit alimentare è una condizione che si verifica quando il corpo non riceve abbastanza nutrienti per funzionare correttamente.

Questo può essere causato da una varietà di fattori, tra cui una dieta squilibrata, disturbi alimentari, problemi di assorbimento e malattie croniche.

I sintomi possono includere affaticamento, perdita di peso, debolezza e problemi di concentrazione. È importante consultare un medico se si sospetta un deficit alimentare per una diagnosi accurata e un piano di trattamento appropriato.

Vedrai le restanti pagine nel referto dei risultati del tuo test.

Il deficit alimentare è una condizione che si verifica quando il corpo non riceve abbastanza nutrienti per funzionare correttamente. Questo può essere causato da una varietà di fattori, tra cui una dieta squilibrata, disturbi alimentari, problemi di assorbimento e malattie croniche.

I sintomi possono includere affaticamento, perdita di peso, debolezza e problemi di concentrazione. È importante consultare un medico se si sospetta un deficit alimentare per una diagnosi accurata e un piano di trattamento appropriato.