

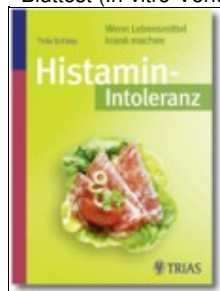
Wie finde ich heraus, ob ich unter Histamin- Intoleranz leide?

Der lange Weg zur richtigen Diagnose

Eigentlich sollte die Abklärung einer Histamin-Intoleranz zur Grunduntersuchung bei unklaren Gesundheitsbeschwerden gehören. Doch vielen Medizinern sind die neuen Erkenntnisse der Histamin-Forschung noch nicht bekannt. Um diesen Enzymdefekt zuverlässig diagnostizieren zu können, bedarf es in der Regel einer Kombination verschiedener Methoden:

Methoden zur Diagnose der Histamin-Intoleranz

- Eliminationsdiät (eventuell mit anschließender Provokation)
- Ausschluss von Erkrankungen, die ein ähnliches Beschwerdebild hervorrufen können (Differentialdiagnose)
- Bluttest (In-vitro-Verfahren)



Unverzichtbar: Die Differentialdiagnose

Im Rahmen einer Differentialdiagnose sollte eine organische Erkrankung ebenso ausgeschlossen werden wie auch Laktose- und Fructose-Intoleranz, da viele Menschen mit Histamin-Intoleranz gleichzeitig unter weiteren Nahrungsmittel- Unverträglichkeiten leiden. Jedes dieser Krankheitsbilder hat seine Ursache nämlich im Bereich der Dünndarmflora.

Aus: Histamin-Intoleranz, Trias Verlag, 14,95 EUR.

Keine standardisierten Diagnoseverfahren

Die Ermittlung von Laborwerten zum Nachweis einer Histamin-Intoleranz ist noch nicht standardisiert und daher nur als zusätzlicher Anhaltspunkt für das Vorliegen dieser Krankheit anzusehen. Bedingt aussagekräftig sind der Histamin-Spiegel, die DAO-Aktivität und der Vitamin-B6- und C-Spiegel. Der sicherste und gebräuchlichste Weg zum Nachweis einer Histamin-Intoleranz ist die Eliminationsdiät. Hierbei werden - am besten über einen Zeitraum von vier Wochen - alle histaminreichen und histaminfreisetzungsfördernden Speisen sowie entsprechende Arzneien gemieden. In den meisten Fällen stellt sich bereits nach wenigen Tagen eine spürbare Linderung der Beschwerden ein.

[Weiter \(Seite 5 von 6\)](#)

[Wie kommt es zur Überbelastung durch Histamin? »](#) [Was genau bedeutet Histamin-Intoleranz? »](#) [Histamin-Intoleranz - Eine Substanz, vielfältige Wirkungen »](#) [Diagnose der Histamin-Intoleranz »](#) [Die Therapie der Histamin-Intoleranz »](#) [Die richtige Ernährung bei Histamin-Intoleranz »](#)

[alle Meldungen](#) | [RSS-Feed](#) | [News-Suche](#)

Aktuelle Meldungen zur Histamin-Intoleranz



Histaminfreie Weine aus dem Hause Eller

Eller Finest Selections erweitert das Angebot – Eller Finest Selections ist der einzige deutsche Online-Weinhandel, der histaminfreie Weine und entsprechenden Sekt ... [weiterlesen](#)



Unterbewertet: Histamin-Intoleranz

Leben mit Histamin-Intoleranz – Eine bestehende Nahrungsmittel-Intoleranz verursacht bei Betroffenen nach dem Verzehr eines eigentlich unverträglichen Produkts oft ... [weiterlesen](#)



Durchbruch im Kampf gegen Lebensmittel-Allergien?

Lebensmittel-Allergien: Forscher des Paul-Ehrlich-Instituts untersuchen bedeutsames Protein – Forscher des Paul-Ehrlich-Instituts in Langen haben es geschafft, die ... [weiterlesen](#)



IgG-Tests bei Allergien: Populär, aber ungeeignet

IgG-Tests stellen keinen Nachweis für Nahrungsmittel-Allergien dar – Etwa 20 bis 30 Prozent aller Deutschen gehen davon aus, unter einer Nahrungsmittel-Allergie zu l... [weiterlesen](#)



Besuch beim Zahnarzt ohne Risiko

Histamin-Intoleranz: Patientin muss sich nicht mehr sorgen – Sieglinde Haller aus Burglengenfeld in der Nähe von Regensburg hatte lange Zeit große Angst vor dem näc... [weiterlesen](#)

Weitere aktuelle Meldungen finden Sie in unserem Newsarchiv.

Mehr Informationen unter: <http://www.laktonova.de>

Gefunden unter:

http://www.laktonova.de/deutsch/informationen/histamin-intoleranz/diagnose_der_histamin-intoleranz.html

**Weiterführende Informationen zur Histamin-Intoleranz
(Histamin-Unverträglichkeit), Archiv 4:**

1. [Eliminationsdiät bei Histamin-Intoleranz](#)
2. [Histaminüberlastung](#)
3. [Eliminationsdiät und Arzneimitteltherapie](#)
4. [Antihistaminika](#)
5. [Generelle Eliminationsdiät](#)
6. [Individuelle Toleranzgrenze](#)
7. [Der mikrobielle Reifungsprozess](#)
8. [Der Histidinspiegel](#)
9. [Die Hygienebedingungen](#)
10. [Histaminbelastetes Hefeextrakt](#)
11. [Am Reifungsprozess beteiligte Mikroorganismen](#)
12. [Decarboxylierung](#)
13. [Histaminbildung](#)