

A hisztamin intolerancia oka

A deamino-oxidáz enzim (DAO enzim) felelős a szervezetben a hisztamin lebontásáért. Az enzim hiányában vagy csökkent működése esetén a hisztamin lebontása jelentősen lelassul, és a hisztamin felszaporodik.

Magas hisztamin tartalmú, hisztamint felszabadító, illetve a hisztamin lebontását gátló élelmiszerek, ételek fogyasztásakor, az enzim működési hibája vagy csökkent aktivitása miatt a hisztamin szint folyamatosan magas lesz, ez okozza az allergiás tüneteket.

Fontos megjegyezni, hogy az idő múlásával az élelmiszerekben, ételekben elszaporodnak a hisztamin termelő baktériumok, így azok az élelmiszerek, ételek is okozhatnak tüneteket, amik nem frissek.

Forrás:

<https://www.synlab.hu/vizsgalat/hisztamin-intolerancia-hisztamin-allergia/>

<https://www.allergiakozpont.hu/hisztamin-intolerancia>