


Untersuchung	Ergebnis	Einheit	Vorwert	Referenzbereich/ Nachweisgrenze
Allergiediagnostik				
Histamin i. Stuhl	5557,7	ng/ml		< 1425

Allergiediagnostik - Befundinterpretation

Histamin im Stuhl

Es konnten **erhöhte Histaminspiegel im Stuhl** nachgewiesen werden, was im wesentlichen auf drei unterschiedliche Ursachen zurückzuführen sein kann:

1.) eine unzureichende Aktivität der Diaminoxidase. DAO inaktiviert das aus der Nahrung oder dem bakteriellen Stoffwechsel stammende Histamin.

Weiterführende Diagnostik (Serum): DAO

2.) eine verstärkte intestinale Bildung biogener Amine (z.B. Cadaverin, Putrescin sowie Histamin) bei Fäulnisdysbiose. Histamin wird durch die Darmflora über Decarboxylierung von mit der Nahrung aufgenommenem Histidin gebildet.

Weiterführende Diagnostik (Stuhl): Pankreaselastase 1, Verdauungsrückstände, Florastatus

3.) eine verstärkte Degranulation intestinaler Mastzellen im Rahmen IgE-vermittelter Nahrungsmittelallergien.

Weiterführende Diagnostik: Eosinophiles Protein X (EPX im Stuhl) und PräScreen-Allergie im Serum.

In der folgenden Tabelle sind Nahrungsmittel zusammengestellt, die herstellungs- und lagerungsbedingt einen hohen Histamingehalt aufweisen können. Trotz des vergleichsweise niedrigen Gehaltes an Histamin kommt es bei alkoholischen Getränken am häufigsten zu Unverträglichkeitserscheinungen, da Alkohol



Intestinal gebildetes Histamin

Eine Maldigestion (Magensäuremangel, exokrine Pankreasinsuffizienz) kann im Rahmen einer Fäulnisdysbiose zu einer Zunahme der intestinalen Produktion biogener Amine wie z.B. Histamin führen. Entsprechende Zusammenhänge sollten ausgeschlossen werden.



Beachtenswert:

Typ-I-Allergien gegen Nahrungsmittel zeigen in der Regel eine eindeutige Klinik. Die Beschwerden treten innerhalb kurzer Zeit nach Nahrungsaufnahme deutlich in den Vordergrund.

zusätzlich das histaminabbauende Enzym DAO hemmt.

Histaminhaltige Nahrungsmittel	Menge Histamin	Beispiele
Fisch, Fischkonserven	0,1 - 3000 mg/kg	Thunfisch, Sardine, Sardelle, Makrele, Hering, Fischkonserven, Räucherfisch
Käse	0,1 - 555 mg/kg	Grundsätzlich Käse mit langen Reifezeiten meiden: Emmentaler, Bergkäse, Alpenkäse, Parmesan
Fleisch, Fleischwaren	0,1 – 318 mg/kg	Salami, Schinken, Speck, Bratwurst, Dauerwurst, Räucherwurst
Gemüse	6 – 200 mg/kg	Sauerkraut, Spinat, Tomaten (Ketchup)
Getränke	3 – 3800 µg/l	Rotwein, Weißwein, Sekt, Bier (v.a. Weizenbiere)
Sonstiges	20 – 4000 µg/l	Rotweinessig, Tafelessig, Apfelessig

Wir empfehlen eine Kontrolluntersuchung von Histamin im Stuhl ca. 4 Wochen nach Therapiebeginn.