

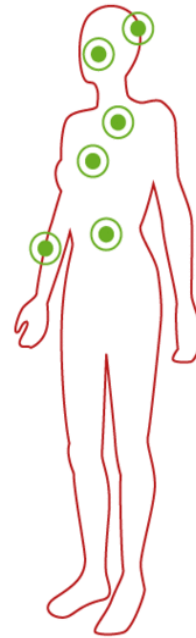
## Intolleranza alla Istamina

L'Istamina è un messaggero chimico che appartiene al gruppo chiamato "amine biogeniche" ed è un componente naturale di molti gruppi alimentari. Di norma il mangiare alimenti ricchi di Istamina non crea problemi in quanto l'istamina viene metabolizzata rapidamente tramite l'enzima DiAmminOssidasi(DAO). L'intolleranza alla Istamina insorge quando il livello tra l'istamina e la sua naturale controparte enzimatica (DAO) non è ben bilanciata. La carenza di DAO causa una insufficiente degradazione dell'istamina contenuta negli alimenti. L'istamina proveniente dagli alimenti viene degradata molto lentamente e pertanto si accumula. Il corpo reagisce a questa quantità eccessiva di istamina con sintomi che sono simili alle allergie. È importante sapere che, nonostante sintomi simili, questa **NON** è una allergia ma una intolleranza e non può essere diagnosticata con i classici test per l'allergia. Dopo l'assunzione di alimenti ricchi di istamina o istamino liberatori possono manifestarsi diverse reazioni.

- Problemi intestinali ( es. diarrea, pancia gonfia, mal di stomaco, crampi, flatulenza ...)
- Mal di testa, emicrania
- Eruzioni cutanee, prurito, orticaria, arrossamenti
- Problemi respiratori, asma
- Nausea, tachicardia
- Rinite

### Quali alimenti sono ricchi di Istamina?

Gli alimenti soggetti a stagionatura o sottoposti a lunghi



periodi di immagazzinamento mostrano alti contenuti di istamina. Inoltre ci sono alimenti definiti "liberatori di istamina" perché rilasciano istamina aggiuntiva nell'intestino. Alcuni esempi:

- Alcool, in particolare vino rosso, champagne, ...
- Formaggi (stagionati in particolare)
- Frutti di mare, pesce, salse a base di pesce, .....
- Salsicce, salumi vari, insaccati stagionati ...
- Crauti
- Verdure (pomodori, spinaci, ..)
- Frutta (ananas, banane, fragole, ...)
- Cioccolato

### Cosa fa DAOSIN®?

DAOSIN® è , a livello mondiale, il solo integratore alimentare proposto nella dieta della intolleranza alimentare causata dalla intolleranza alla Istamina. È stato studiato per coloro che hanno una carenza di DAO, ma non è una alternativa a uno stile di vita salutare e ben equilibrato. La quantità di DAO contenuta in DAOSIN® integra l'enzima autoprodotta necessario per la degradazione della Istamina. Usando DAOSIN® capsule prima del pasto, viene aumentata la quantità di DAO intestinale con conseguente incremento della capacità di degradazione della Istamina. DAOSIN® allevia l'irritazione intestinale da istamina alimentare e ripristina il naturale bilanciamento tra istamina e DAO. DAOSIN® non sostituisce uno stile di vita salutare e bilanciato.

Per ulteriori approfondimenti ed informazioni: [www.aetpharma.it](http://www.aetpharma.it)

