

Durch Histamin können vielfältige Symptome und bekannte Krankheitsbilder, z.B. auch Kopf- und Rückenschmerzen, ausgelöst werden. Histamin begleitet uns von der ersten Minute des Lebens an bis zu unserem Lebensende. Am Anfang des Lebens steht eine befruchtete Eizelle und bereits bevor sie sich teilt, setzt sie Histamin frei.

Histamin – Der ständige Begleiter, nicht nur bei Allergien

HP Ulrike Metzler



Teil noch unbekanntem Bindungsformen. Der Darm zählt zu den Geweben mit dem höchsten Histamingehalt – dort ist Histamin an dem Glycoprotein Mucin



Foto: DAK/Hanuschke+Schneider

Histamin wird nicht nur bei allergischen, d. h. immunologisch nachweisbaren Erkrankungen vom Organismus gebildet, sondern spielt sowohl bei so genannten pseudo-allergischen Reaktionen auf bestimmte Nahrungsmittel als auch bei der Entstehung und Aufrechterhaltung von Schmerzen eine große Rolle. Letztere Zusammenhänge sind selbst in Fachkreisen häufig unbekannt.



Fakt ist, dass durch Histamin vielfältige Symptome und bekannte Krankheitsbilder (wie Herzrhythmusstörungen, niedriger Blutdruck, Urticaria, Magen-/Darmstörungen, Rhinitis, Asthma bronchiale, Kopf- und Rückenschmerzen etc.) ausgelöst werden können. Allerdings wird Histamin vom Körper zugleich auch aktiv für eine Reihe physiologischer Funktionen gebildet. Histamin ist damit nicht grundsätzlich als "Feind" zu betrachten. Um es mit den Worten von Paracelsus (1493-1541) zu beschreiben: Dosis sola venenum facit (Allein die Menge macht das Gift).

(ein strukturgebender Bestandteil des Schleims auf den Schleimhäuten) gebunden. Dies ist wahrscheinlich auch der Grund dafür, dass Histamin im Normalfall schon im Darmlumen metabolisiert und daher kaum absorbiert wird. Im Blut wird Histamin an Fettsäuren und Glycoproteine gebunden, während sich im Gewebe verschiedene Bindungsformen mit Aminosäuren finden.

Liberation

Es existieren zahlreiche exogene und endogene Faktoren, die zu einer Freisetzung (Liberation) von Histamin – meist durch Degranulation von Mastzellen und basophilen Granulozyten – führen können: Jodhaltige Röntgenkontrastmittel, zahlreiche Medikamente – auch Opioide (rund 90 verschiedene Wirkstoffe stehen derzeit unter Verdacht), akute Magen-/Darminfekte, Helicobacter pylori, Candidosen sowie HWS-Instabilitäten (Dr. Bodo Kuklinski).



Die Verfasserin:

Dipl. Ing. (FH) Ulrike Metzler, Heilpraktikerin, Wasserrolle 2, 65201 Wiesbaden-Schierstein
www.schmerztherapie-rhein-main.de

Vorkommen

Histamin kommt sowohl im tierischen als auch pflanzlichen Organismus überwiegend in gebundener Form vor, teils gespeichert als Heparinat in Mastzellen, in Konjugation mit Essigsäure oder in zum

Wird gleichzeitig eine histaminreiche Ernährung praktiziert, ist "das Fass schnell übergelaufen" und proinflammatorische Prozesse laufen ungehindert ab.

Zur Wirkung

Histamin hat nicht nur eine Bedeutung bei Allergien vom Sofort-Typ, sondern beeinflusst das gesamte Immunsystem und ist für die Kardinalsymptome der Entzündung verantwortlich: Rubor (Vasodilatation), Tumor (Erhöhung der Gefäßpermeabilität) und Dolor (Sensibilisierung der schmerzempfindlichen Nerven). Es wirkt dabei folgendermaßen:

- Erhöhung der Chemotaxis
- Induktion von T-Suppressor-Lymphozyten
- Hemmung der Antikörperproduktion von B-Zellen
- Stimulierung der Freisetzung bestimmter Lymphokine

Histamin stimuliert ferner die Magensaftsekretion über eine erhöhte Gastrinbildung, die Kontraktion der glatten Muskulatur (Parasiten-

abwehr) und ist darüber hinaus auch in der Funktion als Neurotransmitter (für den Schlaf-Wach-Rhythmus, die Appetitkontrolle, für Lernfähigkeit und Gedächtnis sowie Emotionen) aktiv.

Im Gehirn hemmt Dopamin die Histaminfreisetzung. Sowohl im dorsalen Hypothalamus als auch in den Mastzellen des Gehirns befinden sich je 50 % des Histamins. Periphere C- und Sympathikus-Nervenfasern sind eng mit Mastzellen verbunden. Diese Verbindung ist physiologisch wichtig. Verletzungen und Verbrennungen lösen Schmerz- und Entzündungsreaktionen aus. Schmerz über aktivierte C-Nervenfasern dient der Schonhaltung. Histamin bewirkt hier durch verschiedene Prozesse, dass die Entzündungszellen migrieren können. Auch Sympathi-

kus-Aktivierungen verstärken die Histaminfreisetzung. Allergiker, Neurodermitiker, Psoriatiker kennen die Verschlimmerung ihrer Symptome durch Psychostress.

Histamin kann ferner dosisabhängig aus dem Endothel der intracranialen Arterien Stickstoffmonoxyd (NO) freisetzen, und ist somit in der Lage, einen vaskulären Kopfschmerz auszulösen. Außerdem kann durch Histamin, ebenso dosisabhängig, die Östrogen- und Prostaglandin-Synthese stimuliert werden und damit eine schmerzhafte Uteruskontraktion im Rahmen eines PMS (Prämenstruellen Syndroms) ausgelöst werden.

Histamin regelt ferner den Wasserhaushalt in Verbindung mit den Wachstumshormonen, die ab dem 25. Lebensjahr kontinuierlich abnehmen und Histamin dann

Anzeige

wIRA* und Farbtiefenwärme: Die Kombination für Ihre Praxis

*wassergefiltertes Infrarot A

- Rheumatischer Formenkreis
- Arthrose, Verschleiß
- Lumbalgie, Ischialgie
- Ulcus cruris, Wundheilungsförderung
- Sinusitis / Otitis
- Schmerztherapie, Fibropyalgie
- muskuläre Verspannungen
- Hyperthermie oberflächennaher Tumore
- Photodynamische Therapie

Der hydrosun-Strahler bildet mit seinem Filtersystem das Zusammenspiel von Sonne und Schutzfilter der Atmosphäre nach. Die außerordentliche Wirksamkeit dieses natürlichen Prinzips ist gut erforscht.

Gerne schicken wir Ihnen weitere Infos über Forschung, Anwendung und Abrechnung!

hydrosun® 500-Strahler
mit dem patentierten Filtersystem



hydrosun® Farbfiltersatz HC 12 mit 12 Farben

Informieren Sie sich !

Hydrosun
Medizintechnik
GmbH
Mauchener Straße 14
D-79379 Müllheim
Tel. 07631-36632-0
Fax 07631-36632-9
info@hydrosun.de
www.hydrosun.de

Faxantwort für Infos
07631-36632-9
-ausfüllen-kopieren-senden

Stempel:

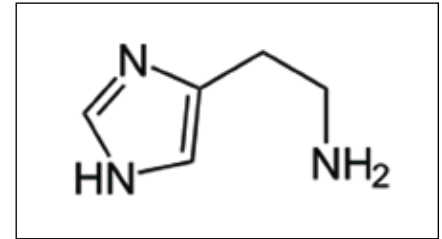
ebenfalls als Neurotransmitter die Wasseraufnahme des Körpers reguliert. Verfügt der Körper über zu wenig Wasser, sorgt Histamin für eine Verengung der Bronchien (Asthma), damit beim Atmen weniger Wasser verdunstet und schützt so den Körper vor Austrocknung. Interessanterweise kann Asthma bronchiale schulmedizinisch für die Diagnosestellung durch Histamin provoziert werden!

Histamin kann im Ernstfall einen anaphylaktischen Schock auslösen. Eine skandinavische Studie ergab den Hinweis, dass Drogentote wahrscheinlich durch Histamin ums Leben gekommen

Die DAO ist als sekretorisches Protein für den Abbau von extrazellulärem Histamin verantwortlich, wohingegen HNMT als zytosolisches Protein nur intrazellulär, beispielsweise in der Leber, inaktiviert.

Beim Abbau des über die Nahrung aufgenommenen Histamins spielt das Enzym DAO eine zentrale Rolle, da es neben Histamin auch andere biogene Amine, wie Putrescin, Cadaverin, Spermin und Spermidin metabolisiert. Enthält die Nahrung größere Mengen dieser biogenen Amine, kann das dazu führen, dass die DAO für den Abbau von Histamin nicht mehr in

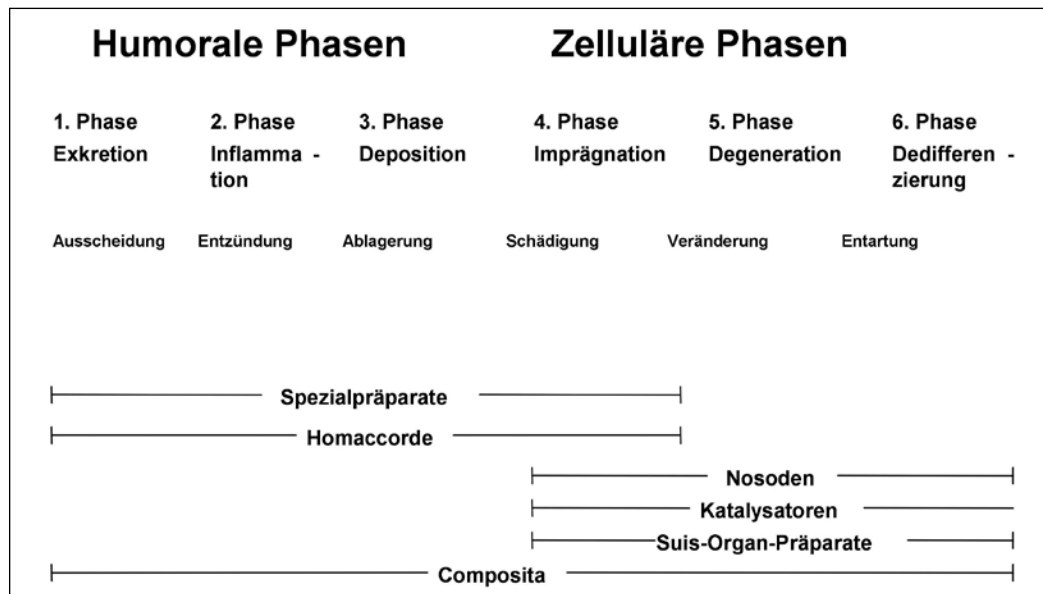
Virushepatitis, fortgeschrittener Leberzirrhose sowie chronischer Urticaria als typischer histamin-



vermittelter Erkrankung mit einer reduzierten Toleranz gegenüber infundiertem Histamin nachgewiesen werden.

Prävalenz

Die Prävalenz einer klinisch manifesten Histaminintoleranz liegt bei etwa 1% der Bevölkerung. Die tatsächlichen Zahlen dürften jedoch weit darüber liegen. In einer süddeutschen Praxis wurden bei über 350 Patienten innerhalb der letzten 3 Jahre Messungen vorgenommen. Bei etwa 2/3 der Patienten wurde dabei eine mangelhafte DAO-Aktivität über das Blut ermittelt. Dies zeigt die enorme praktische Relevanz, die dieses Krankheitsbild hat, das sehr häufig



waren. Drogenabhängige klagen oft über Juckreiz, der vermutlich durch Histamin bedingt ist. Last but not least wird auch die Seekrankheit durch Freisetzung von Histamin im Gleichgewichtsorgan des Innenohres ausgelöst.

Abbau

Histamin wird ausschließlich von zwei Enzymen abgebaut:

- Diaminoxidase (DAO) führt zu einer oxidativen Desaminierung im Gastrointestinaltrakt.
- Histamin N-Methyl-Transferase (HNMT) führt zu einer Ringmethylierung.

ausreichender Menge zur Verfügung steht. Setzt sich die Nahrung dagegen aus überwiegend histaminreichen Nahrungsmitteln, wie z. B. alt gereiftem Käse, alkoholischen Getränken (bes. Rotwein, Hefeweizen), Schokolade, Salami, Nüssen, Sauerkraut, Tomaten, etc. zusammen und es entsteht ein Ungleichgewicht zwischen dem aufgenommenen Histamin und dem abbauenden Enzym DAO, spricht man von einer Histaminintoleranz.

Eine reduzierte DAO-Aktivität konnte auch bei Patienten mit chronischem Nierenversagen,

fig in Verbindung mit anderen Nahrungsmittelintoleranzen, wie Fruchtzucker, Milchzucker und Sorbit auftreten kann.

Weitere Co-Faktoren

Eine unzureichende Versorgung des Körpers mit Vitamin C hat einen erhöhten Histaminspiegel im Blut zur Folge. Weitere Co-Faktoren sind: Vitamin B6 (Pyridoxin) – für die Bildung der Diaminoxidase (DAO) – Kupfer, Magnesium, Calcium, Zink, Omega-3-Fettsäuren, Linol- und Linolensäuren.

Eine einseitige Ernährung im Hinblick auf histaminreiche Nah-

rungsmittel, Übersäuerung des Organismus, schlechte allopathische Therapie, falsch indizierte Antibiotikagaben, Kontrazeptiva und Distress können das Auftreten einer Histaminintoleranz insgesamt begünstigen. Analgetika und Antirheumatika werden von diesen Patienten oft nicht vertragen. In diesem Fall bringen dann auch höhere Dosierungen in aller Regel nichts. Ein dauerhafter Einsatz von so genannten Antihistaminika kommt hierbei ebenfalls nicht in Frage, da diese in der Folgewirkung einen Vitamin B12-Mangel induzieren.

Eine viel versprechende Behandlungsoption für Patienten, die unter Histaminintoleranz leiden, bietet hingegen eine Therapie auf Basis der Homotoxikologie. Parallel und ergänzend ist eine Kontrolle und eventuell Sanierung der Darmflora indiziert, da häufige Antibiotikagaben zu Funktionseinschränkungen der Darmflora inklusive entzündlicher Veränderungen und vermehrter Durchlässigkeit (Leaky-Gut-Syndrom) führen können.

Therapie auf Basis der Homotoxikologie

Unter dem Begriff "Homotoxine" versteht die Homotoxikologie alle für den Menschen schädlichen Stoffe. Entsprechend der zunehmenden Zahl künstlicher organischer Verbindungen in allen Lebensbereichen steigt auch die Bedeutung der Homotoxine für die Entstehung von Krankheit.

Der Erfolg der antihomotoxischen Arzneimittel beruht generell auf drei Ansätzen:

1. Giftausleitung: klassische, entgiftende Wirkungen auf die Matrix
2. Stärkung der Funktion von Organen
3. Stärkung der Funktion des Immunsystems.

Gemäß der 6-Phasen-Tabelle bietet sich so z.B. bei der Therapie mit Traumeel, Lymphomyosot, Zeel und/oder Galium der gleichzeitige Einsatz von Histaminum Injeel, gegebenenfalls in Kombination mit Vitamin C-Injeel und Vitamin B6-Injeel als intermediärer Katalysator an, um den Prozess der regressiven Vikariation zu unterstützen und möglicherweise auch zu beschleunigen.

Fazit

Besonders im Bereich der naturheilkundlichen Schmerztherapie ist dieser Ansatz von besonderer Bedeutung, um das biologische System der Matrix zu regenerieren.

Parallel dazu empfiehlt sich eine individuell optimierte Ernährungsweise, die dem Patienten seine Eigenverantwortung in diesem Punkt bewusst macht. □

Literaturverzeichnis

Prof. Dr. Reinhart Jarisch: Histamin-Intoleranz: Ein oft übersehenes Problem, *Arzt & Praxis* 2005

Dr. Bodo Kuklinski: Das HWS-Trauma, Aurum Verlag, 2006

Dr. med. F. Badmanghelidj: Wasser – das magische Element, *Journal of Natural Science*

Gabriele Herzberger, Erich Reinhart: Grundlagen der Homotoxikologie, Aurelia - Verlag 2007

Klinik u. Poliklinik für Dermatologie, Universität Bonn: Die verschiedenen Gesichter der Histaminintoleranz, *Deutsches Ärzteblatt* 12/2006

Markus Pfisterer, Isabella Mayer: Histaminintoleranz – aktueller Stand der Technik von Diagnose und Therapie, *EHK* 2008

Ernährung aktuell 3/2007: Biogene Amine und Histamin – Genuss oder Verdruss?

Ulrike Metzler: - Histaminintoleranz – Die Ernährung als Schlüsselrolle, *COMED-Verlag*, 2/2006

Histaminintoleranz – Häufiges Krankheitsbild mit vielen Symptomen – Diagnose – Nachweis durch ELISA-Test, *Der Freie Arzt & HP Naturheilkunde* 5/2008

Abbildung "Humorale und Zelluläre Phasen" mit freundlicher Genehmigung von Herrn Dr. Klaus Küstermann. □

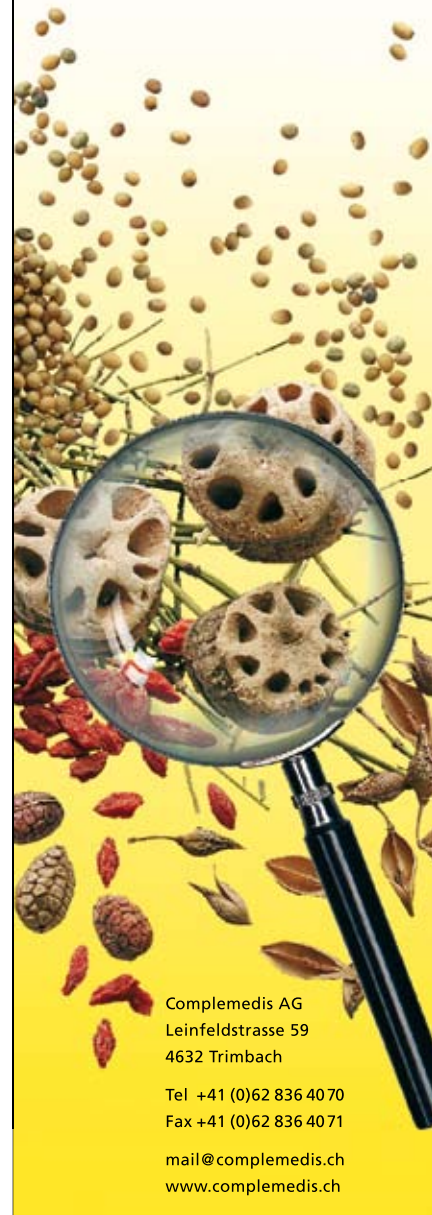
complemedis

Chinesische Heilmittel von höchster Qualität



20 Jahre Complemedis

Erfahrung und Kompetenz rund um TCM-Arzneimittel



Complemedis AG
Leinfeldstrasse 59
4632 Trimbach

Tel +41 (0)62 836 40 70
Fax +41 (0)62 836 40 71

mail@complemedis.ch
www.complemedis.ch