



DAOSIN®

DAO enzim (DiAminOksidaza)

Kapsule



←
Grčevi
i bolovi
u trbuhu



↗
Glavobolja
i migrena



←
Smetnje
disanja

Prirодно rješenje
za INTOLERANCIJU
NA HISTAMIN
IZ HRANE!



Teško podnosite određenu hranu?

Izbjegavate konzumirati različite namirnice? Nakon jela patite od želučanih ili crijevnih tegoba? Bez posebnog razloga osjećate umor nakon jela? Muče Vas glavobolja, smetnje disanja, crvenilo ili svrbež kože, curenje iz nosa?

Moglo bi se raditi o nepodnošenju histamina iz namirnica!



STADA

Što je histamin?

Histamin je biogeni amin, koji se nalazi u gotovo svim stanicama organizma, a uključen je u lokalni imunološki odgovor, reguliranje fizioloških funkcija crijeva te djeluje kao neuroprijenosnik.

Također, histamin se prirodno nalazi i u mnogim namirnicama. Konzumacija tih namirnica je bezopasna jer se nakon konzumacije taj histamin normalno brzo razgradi i metabolizira putem enzima DiAminOksidaze (DAO) u crijevima.

Što je intolerancija na histamin iz hrane?

Nepodnošenje histamina iz hrane je uzrokovano nedostatkom DAO enzima (DiAminOksidaze) zbog čega tijelo ne može (ili djelomično ili u potpunosti) razgraditi histamin iz namirnica. Posljedično tome dolazi do prekomjerne apsorpcije i nakupljanja histamina u organizmu te se javljaju različite tegobe. Iako neke od tegoba mogu biti slične simptomima alergije na hranu, bitno je naglasiti da intolerancija nije isto što i alergija na hranu.

Uobičajeni simptomi intolerancije na histamin iz hrane!

Nakon obroka koji sadrži namirnice bogate histaminom mogu se javiti sljedeći simptomi:

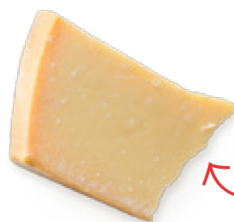
- glavobolja, migrena ili vrtoglavica
- nadraženost sluznice nosa
- lupanje srca, visoki tlak
- astma, smetnje disanja
- želučano-crijevne tegobe
- promjene na koži, svrbež, osip



Rajčica
11-22 mg
histamina/100g

Salame

10-280 mg
histamina/100g



Sir
0-24 mg
histamina/100g

Koje namirnice uzrokuju tegobe povezane s intolerancijom na histamin iz hrane?

Namirnice koje dugo dozrijevaju ili se dugo skladište, kao npr.:

- alkoholna pića: crveno vino, bijelo vino, šampanjac, pivo
- sirevi: tvrdi sirevi, sirevi s plijesnima, sirevi za mazanje
- riba i morski plodovi: tuna, srdele, skuša, haringa – dimljeni ili konzervirani proizvodi (svježu ribu ne treba izbjegavati)
- salame: parizer, šunkERICA, jeger, pršut, špek, sušeno meso, trajne salame (zimski i sl.)
- povrće: kiselo zelje, špinat, patlidžani, pasta i kečap od rajčice, gljive, ukiseljeno povrće
- voće: jagode, banane
- čokolada

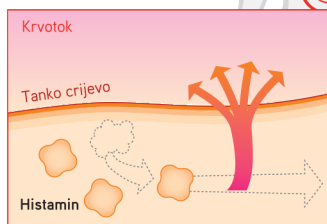
Normalna razgradnja histamina u crijevu

Enzim DiAminOksidaza (DAO) u tankom crijevu razgrađuje histamin iz hrane.



Intolerancija na histamin iz hrane

Kada u crijevima nema dovoljno DAO enzima, histamin iz hrane ne može biti razgrađen, pa kroz sluznicu tankog crijeva dopijeva u krvotok i uzrokuje različite tegobe u organizmu.



- glavobolja, migrena ili vrtoglavica
- nadraženost sluznice nosa
- lupanje srca, visoki tlak
- astma, smetnje disanja
- želučano-crijevne tegobe
- promjene na koži, svrbež, osip

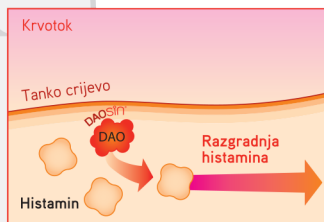
Rješenje: DAOSIN

Daosin nadoknađuje manjak DAO enzima i histamin iz hrane može ponovo biti normalno razgrađen.

Način uporabe Daosin kapsula:

Uzeti 1 kapsulu s vodom 15 minuta prije obroka s histaminom. Maksimalna dnevna doza je 3 kapsule (što odgovara 3 obroka dnevno).

DAOSIN®



DAOSIN® je visokovrijedna dijetalna hrana za posebne medicinske potrebe **kod nepodnošenja namirnica izazvanog intolerancijom na histamin.**

Nadopuna je vlastitog DAO enzima za razgradnju histamina.

DAOSIN® sadrži ekstrakt proteina bez histamina bogat prirodnom DiAminOksidazom (DAO).

Sadržaj histamina u namirnicama:

Namirnica	Sadržaj histamina
Vino i pivo	
Crveno vino	60-2197 µg/l
Bijelo vino	3-120 µg/l
Desertno vino	80-400 µg/l
Pjenušac	15-670 µg/l
Pivo	15-305 µg/l
Sokovi	
Sok od naranče	10,1 µg/l
Mliječni proizvodi	
Pasterizirano mlijeko	0,3-0,7 mg/kg
Jogurt	2,1 mg/kg
Emmentaler	10-500 mg/kg
Planinski sir	10-1200 mg/kg
Parmezan	10-580 mg/kg
Gouda	10-200 mg/kg
Camembert, Brie	10-300 mg/kg
Kvargl, Prgica	10-50 mg/kg
Ovčji sir	17,4 mg/kg

* Referentne vrijednosti služe samo za orijentaciju jer mogu varirati i predstavljaju prosjeke izmjerenih vrijednosti ovisno o procesu proizvodnje proizvoda. (Literatura: Jarisch R, Götz M, Hemmer W, Missbichler A, Raitzel M, Wantke F: Histamin-Intoleranz. Histamin und Seekrankheit. 2. ed. Stuttgart. New York: Georg Thieme Verlag 2004.)

Namirnica	Sadržaj histamina
Meso i mesne prerađevine	
Sirova kobasica	10-280 mg/kg
Salama	10-280 mg/kg
Šunka	10-300 mg/kg
Riba	
Svježa riba	0-1500 mg/kg
Pokvarena riba	13000 mg/kg
Konzervirana riba	0-1500 mg/kg
Dimljena skuša	0-300 mg/kg
Inćuni	4,4-125 mg/kg
Octevi	
Jabučni ocat	20 µg/l
Vinski ocat	4000 µg/l
Voće i povrće	
Rajčica (Kečap)	22 mg/kg
Špinat	30-60 mg/kg
Patlidžan	26 mg/kg
Avokado	23 mg/kg
Kiselu zelje	10-200 mg/kg
Pšenične klice	3,5 mg/kg
Jagode	2,1 mg/kg



Prirodno rješenje za INTOLERANCIJU NA HISTAMIN IZ HRANE!

STADA d.o.o., Hercegovačka 14, 10000 Zagreb, T: 00385-1-3764-111, F: 00385-1-3764-333
 hrinfo@stada.com, www.stada.hr