

Stichwortverzeichnis

A

Abwehrsystem 51
spezifisches 55
unspezifisches 52, 54
Aggression 95
Alkohol 155–156
Histamingehalt 151
verstärkende Wirkung 151
Alkoholintoleranz 155
Allergie 213–218, 220–224
Diagnostik 223–224
echte Nahrungsmittelallergie 215–217
Entstehung 213–214
Kreuzreaktionen 215, 217–218, 220–222
Mechanismus 57
unechte 217
Allergiesyndrom
orales 217, 220–221
Allgemeinbeschwerden
Symptome 108
Amin 37, 66
biogenes 37, 66, 142
Angst 96
Anorexie 201–202
Antigen 55
Antihistaminikum
169–171
Antikörper 55
Asthma 25, 83
Asthma bronchiale 84
Atemnot 25, 83
Atemtest 133–134
Atemwege
Symptome 25, 83–84
Atemung
Symptome 107
Auge
Symptome 25, 83

Ausschlussverfahren 34
Autoimmunerkrankung
192–196

B

Backhefe 157
Bakterium
gutes 118
Basophilenaktivierungstest (BAT) 120
BAT. *siehe* Basophilenaktivierungstest (BAT)
Bauchschmerz 25, 83
Behandlung. *siehe* Therapie
Benommenheit 25, 83
Benzodiazepin 173
Beschwerdebild 81
diffuses 82
Beschwerden. *siehe auch* Symptom
Atemwege 83–84
erst zu nehmende 82
Fragenkatalog 107
Haut 85
Herz 86–87
Magen-Darm-Trakt 88–89
Nervensystem 90–92
typische 25, 83
Bier 151
Bildgebende Diagnostik
134–135
Bing-Horton-Syndrom
226
Biogen 37, 66
Blähung 25, 83
Blutbild
großes 57
Blutdruck
niedriger 25, 83, 86
Blutkörperchen
weißes 54

Blutuntersuchung 35,
116–117, 126, 128, 129
Basisdiagnostik 126
B-Lymphozyt 55
Botenstoff
Funktion 60
Bronchokonstriktion 83
Brot 158
Bulimie 201–202

C

Candida 139
CED. *siehe* Chronisch-entzündliche Darmerkrankungen (CED)
Champagner 151
Chromogranin A 60
Chronisch-entzündliche Darmerkrankungen (CED) 188
c-Kit 61–62
CLP. *siehe* common lymphoid progenitor (CLP)
Clusterkopfschmerz 226
CMP. *siehe* common myeloid progenitor (CMP)
Colitis ulcerosa 90,
188–189
common lymphoid progenitor (CLP) 52
common myeloid progenitor (CMP) 52
Corticotropin Releasing Factor (CRF) 93–94
CRF. *siehe* Corticotropin Releasing Factor (CRF)

D

DAO. *siehe* Diaminoxidase (DAO)
DAO-Aktivität
bestimmen 109–110
messen 109, 111–115

DAO-Blocker 78
 DAO-Genvariante 115
 DAO-Mangel
 primärer 115
 DAO-Produkt 165–168
 pflanzliches 169
 Darmfloraanalyse
 132–133
 Darmlavage 224
 Debaryomyces 139
 Degranulation 57–58
 Diagnose 27, 105, 181,
 205–206
 falsch negative 205
 falsch positive 206
 Probleme bei der
 28–30, 32
 Diagnostik 33, 34, 35,
 105, 107, 108–114,
 116–124, 125, 126, 128,
 129, 130, 131, 132–133,
 134, 181, 223–224
 bildgebende 134–135
 Diaminoxidase (DAO)
 40–42, 67, 74, 109
 Bestimmung 109–115
 Störung 77–78
 Diät
 histaminarme 162–163
 pseudoallergenarme
 137
 Differenzialblutbild 57
 Dünndarmfehlbesiede-
 lung 187
 Dunning-Kruger-Effekt
 29
 Durchfall 25, 83
 Durchschlafstörung 25,
 83
 Dysbiose 131

E

Eigentherapie 24
 Einzelnukleotid-
 Polymorphismus 115
 Ekzem 25, 83
 ELISA-Standard 110
 Endometriose 97–98
 Enzym 74

Enzympräparat 165–168
 Erbrechen 25, 83, 92
 Erkrankung
 Mastzell-vermittelte
 62, 205
 von Histaminintoleranz
 abzugrenzende 181,
 205
 Ernährung
 histaminarme 137,
 159–163
 pseudoallergiearme
 160
 Ernährungsberatung 160,
 162
 Ernährungstagebuch 125,
 160
 Ernährungstherapie 35
 Ernährungsumstellung
 137, 159
 in der Diagnostik 125
 Karenzphase 159–160
 langfristige
 Ernährungsweise 161
 Testphase 160
 Essig 157
 Essstörung 201–202
 Exokrine Pankreasinsuffi-
 zienz 192

F

Familiäres Mittelmeer-
 fieber 202
 Fermentation 46
 Fisch 26, 43–44, 49, 71,
 144
 frischer 145
 Histamingehalt 144
 Verträglichkeit 145
 Fleisch 43, 139
 Histamingehalt 139
 Fließschnupfen 25, 83–84
 Fresszelle 54
 Fruktose-Atemtest 133
 Fruktoseintoleranz 183

G

Gärung 46
 alkoholische 155

malolaktische 155
 Gebäck 158
 Gemüse 26, 43
 Histamingehalt 148
 Verträglichkeit 149
 Gentest 114–115
 Gesichtsrötung 25, 83
 Getränk 26, 151
 Getreideflocken 158
 Glukose-Atemtest 133
 Glutensensitive Enteropa-
 thie 185
 Glutenunverträglichkeit
 185
 Granulozyt 52, 57
 basophiler 54
 eosinophiler 54
 neutrophiler 54

H

Hashimoto-Thyreoiditis
 100
 Haut 224–225
 Symptome 25, 83, 85,
 167
 Hautausschlag 25, 83
 Hautveränderung
 entzündliche 25, 83
 HDC. *siehe* Histidindecar-
 boxylase (HDC)
 Hefeextrakt 158
 Hefepilz 139
 Heilerde 173–174
 Heparin 60
 Herz
 Symptome 25, 83,
 86–87, 108
 Herz-Kreislauf-System
 Symptome 25, 83, 86
 Herzrasen 25, 83, 87
 Herzrhythmusstörung 25,
 83, 87
 Histamin 37, 41–42, 51,
 65, 67
 Funktion 60
 in Nahrungsmitteln 43,
 44, 138–140, 142–144,
 146, 148, 151, 157, 158
 Verträglichkeit 48

- Verträglichkeitsgrenze
49, 50
Wirkungen 65, 72
- Histamin-50-
Hautpricktest 123
- Histaminabbau 74–75
Enzyme 74
Störung 76–78
- Histamin-Abbaukapazität
Bestimmung 124
- Histaminaufnahme 67
erhöhte 76
- Histaminbildung 43, 68
Faktoren 44
- Histamingehalt 43
Faktoren 44
nicht toxischer 48
toxischer 48
- Histaminintoleranz 49
- Histaminintoleranz
Bezeichnung 40
Definition 40
Diagnose 27–30, 32,
105
Diagnostik 33, 34, 35,
105, 106, 108–114,
116–124, 125, 126, 128,
129, 130, 131, 132–133,
134–135
Entstehung 67
Häufigkeit 34
reine 206
Unterschied zu Mast-
zellaktivierung 206
- Histaminintoxikation 44,
49
- Histaminkopfschmerz
226
- Histaminliberator 78, 158
- Histamin-N-
Methyltransferase
(HNMT) 41, 74
Störung 78
- Histaminose
nahrungsmittelindu-
zierte 42
- Histaminproduktion
67–68, 70
- Histaminrezeptor 72
- Histaminspiegel
bestimmen 116–117
- Histaminstoffwechsel 75
- Histaminunverträglichkeit
40–41
gefühlte 24
Ursache 40
- Histidin 68
- Histidindecarboxylase
(HDC) 68, 70
- HNMT. *siehe* Histamin-
N-Methyltransferase
(HNMT)
- Hormon 96–97, 203
- Huminsäure 175
- Hypothalamus 93
- Hypotonie 25, 83, 86
- I**
- IgE. *siehe* Immunglobulin
E (IgE)
- IgG. *siehe* Immunglobulin
G (IgG)
- IgM. *siehe* Immunglobulin
M (IgM)
- Immunabwehr 51
Botenstoffe 59
- Immunglobulin 55–56
- Immunglobulin E (IgE)
56
- Immunglobulin G (IgG)
56
- Immunglobulin M (IgM)
56
- Immunsystem 51–52,
54–55, 57
- J**
- Juckreiz 25, 83, 85
- K**
- Kadaverin 66
- Kartoffeln 158
- Kartoffel-Reis-Diät 160
- Käse 26, 43
Histamingehalt
146–147
Verträglichkeit 146
- Käse-Effekt 76
- Killerzelle
natürliche 55
- Knochenabbau 86
- Kofaktor 70, 77, 119
Bestimmung 119–120
- Kofaktorenzufuhr
176–177
- Kohlenhydrataufnahme
Störungen der 181–184
- Kopfschmerz 25, 83,
90–92, 225
- Kreislauf
Symptome 25, 83,
86–87, 108
- Kreislaufkollaps 25, 83
- Kreuzreaktion 215,
217–218, 220–222
- Kreuzvernetzung 57
- L**
- Labordiagnostik
108–114, 116–124
- Laktose-Atemtest 133
- Laktoseintoleranz 40,
182
- Leaky Gut 129
- Lebensmittel. *siehe* Nah-
rungsmittel
- Leukotriene 60
- Lidödem 25, 83
- Luftnot 83–84
- Lymphozyt 55
- M**
- Magen-Darm-Trakt
Symptome 25, 83,
88–89
- Makrophage 52, 54
- MAO. *siehe* Monoami-
noxidase (MAO)
- MAO-Hemmer 76
- Mastozytose 39, 60, 62
kutane 208
systemische 207–209
- Mastzellaktivierung 63,
206–207
Faktoren 63
- Mastzellaktivierungser-
krankung (MCAD)
206–207

Mastzellaktivierungssyndrom (MCAS) 60, 207, 210–211
 idiopathisches 212
 Mastzelle 38–39, 51–52, 58–60
 Aufbau 58
 Botenstoffe 60
 Entstehung 61, 63
 Entwicklung 52
 Histaminausschüttung 56
 Rezeptoren 58, 64
 Mastzellleukämie 207
 Mastzellstabilisator 171–172
 Mastzell-vermittelte Erkrankung. *siehe* Erkrankung, Mastzell-vermittelte
 MCAD. *siehe* Mastzellaktivierungserkrankung (MCAD)
 MCAS. *siehe* Mastzellaktivierungssyndrom (MCAS)
 Mediator 59
 Medikament 165–177
 Meeresfrüchte 144
 frische 145
 Histamingehalt 144
 Verträglichkeit 145
 Migräne 90–92, 225
 Mikrobiom 131, 154
 Mikroorganismus 140, 154
 Milch 43
 Histamingehalt 146
 Verträglichkeit 146
 Milchprodukt
 Histamingehalt 146
 Verträglichkeit 146
 Mindesthaltbarkeit 47
 Monoaminoxidase (MAO) 75
 Monosymptomatik 27, 82
 Monozyt 54
 Morbus Crohn 90, 188–189

Multisymptomatik 27, 82, 105

Myeloisch 52

N

Nahrungsergänzungsmittel 166, 168, 177

Nahrungsmittel

histaminarmes 139

histaminfreisetzendes

158

Histamingehalt

138–140, 142–144, 146,

148, 151, 157

histaminhaltiges

43–44, 48

histaminreiches 139

Histidingehalt 68

Mindesthaltbarkeit 47

nicht verträgliches 139,

145–146, 149

schnell verderbendes

45

unverträgliches 26

Verbrauchsdatum 47

verträgliches 139,

145–146, 149

Nahrungsmittelallergie

215–217

Nase

Juckreiz 25, 83

verstopfte 25, 83

Naturpräparat 165

Nervensystem

Symptome 25, 83,

90–92, 108

Nesselsucht 25, 83,

224–225

Niesen 25, 83–84

Nitrat 141

Nitrit 141

NK-Zelle. *siehe* Killerzelle,

natürliche

Nocebo-Effekt 27, 82, 121

Nudeln 158

O

Obst 43

Histamingehalt 148

Verträglichkeit 149

Osteoporose 86

P

Parasit 190

Patiententyp 31

Phenylethylamin 66

Polymorphismus 115

Pricktest 122–123

Probiotikum 175–176

Progressive systemische

Sklerose 195–196

Prostaglandin D2 60

Provokationstest 34

Provokationstestung

120–122

Pseudoallergie 196–197,

223

Auslöser Lebensmittel-

zusatzstoffe 197, 199

Auslöser Salicylate

200–201

Psyche 94–96

Punktmutation 41

Putrescin 66

R

Reaktion

allergische 57

Reizdarm 89, 189

Rezeptor 58, 64, 72

Rhinitis 84

S

Schilddrüse 99–101

Schlafstörung 25, 83

Schokolade 26, 157

Schwindel 25, 83, 92

Scombroid-Syndrom 42,

49

Sekt 151

Selbstdiagnose 24, 106

SIBO. *siehe* small intestinal

bacterial over-

growth (SIBO)

Sicca-Syndrom 196

single nucleotide poly-

morphism (SNP) 41,

115

Sjögren-Syndrom 196

Sklerodermie 195–196

SLE. *siehe* Systemischer

Lupus erythematoses

(SLE)

small intestinal bacterial overgrowth (SIBO) 187
 SNP. *siehe* single nucleotide polymorphism (SNP)
 Sorbitintoleranz 184
 Spermidin 66
 Spirituose 151
 Stammzelle 51, 61
 lymphatische 52
 myeloische 52
 pluripotente 51–52
 Stammzellfaktor 61
 Stress 93–94
 Stuhluntersuchung 35, 117–118, 130–131
 Symptom
 Allgemeinbeschwerden 108
 Atemwege 25, 83–84
 Auge 25, 83
 Einflussfaktoren 93–97, 99–101
 Fragenkatalog 107
 Haut 25, 83, 85, 107
 Herz 25, 83, 108
 Kreislauf 25, 83, 86–87, 108
 Magen-Darm-Trakt 25, 83, 88–89
 Nervensystem 25, 83, 90–92, 108
 typisches 25, 83
 Verdauung 107
 und Hormone 96–97
 und Psyche 94–96
 und Schilddrüse 99–101
 und Stress 93–94

Systemischer Lupus erythematodes (SLE) 194–195

T

Tachykardie 25, 83
 THAK. *siehe* Histamin-
 Abbaukapazität,
 Bestimmung
 Therapie 35–36, 137
 Antihistaminika 169–171
 Benzodiazepine 173
 Enzympräparate 165–168
 Ernährungsumstellung 137, 159–161
 Heilerde 173–174
 Huminsäure 175
 Kofaktorenzufuhr 176–177
 Mastzellstabilisatoren 171–172
 medikamentöse Verfahren 165
 Naturpräparate 165
 Probiotika 175–176
 Zeolith-Klinoptilolith 174–175
 T-Lymphozyt 55
 Tryptase 60
 Tyramin 76
 Tyrosinkinase 61–62
 Tyrosinkinaserzeptor 64

U

Übelkeit 25, 83
 Unruhe
 innere 25, 83
 Unverträglichkeit 25

Urinuntersuchung 123–124
 Urtikaria 25, 83, 224–225

V

Verbrauchsdatum 47
 Verdauung
 Symptome 107
 Verdauungsbeschwerden 25, 83, 88–89
 Verderb 44
 Verstopfung 25, 83
 Vitamin-B₁₂-Mangel 202
 Völlegefühl 25, 83

W

Wasserstoff-Atemtest 133–134
 Wein 43
 Herstellung 154
 Histamingehalt 151
 Weismikrobiom 154
 Weizenallergie 187
 Weizensensitivität 187
 Wurst 139
 Aroma 140
 Gehalt an biogenen Aminen 142–143
 Herstellung 140
 Histamingehalt 139, 142–143
 Würstspezialität 143
 Würstwaren 26
 Histamingehalt 139

Z

Zeolith-Klinoptilolith 174–175
 Zöliakie 185
 Zwangsverhalten 96

















