



# Когато храната причинява проблем

Как да живеем с хистаминова  
непоносимост?



**Daosin<sup>®</sup> съдържа ензима диаминоксидаза (ДАО)  
за подпомагане разграждането на  
хистамина от храната**

[www.harvamvsichko.bg](http://www.harvamvsichko.bg)



# ХИСТАМИНЪТ: ЧЕСТО СКРИТ ПРОБЛЕМ

## КАКВО Е ХИСТАМИН?

Хистаминът е биологично активно вещество, принадлежащо към така-наречените биогенни амини. Произвежда се от тялото ни, но се приема и по естествен път с много хранителни продукти. Хистаминът участва в множество функции в организма, но основното му действие е като медиатор на възпалителните процеси при алергични реакции.

## КАКВО СЕ СЛУЧВА С ХИСТАМИНА, ПРИЕТ ОТ ХРАНАТА?

Когато поемем хистамин с храната, ензимът диаминооксидаза (ДАО) го разгражда в тънките черва и той не навлиза в кръвообръщението. Ако обаче има недостиг на ензима ДАО, нивото на хистамин в кръвта се покачва и причинява реакции като газове, подуване, диария, главоболие, обриви, запушен нос, затруднено дишане и др.

## КОИ ХРАНИ СЪДЪРЖАТ ХИСТАМИН?

С високо съдържание на хистамин обикновено са тези храни, които отлежават или зреят дълго време. Има и множество храни, които действат като хистамин-либератори, освобождавайки допълнително хистамин в червата. Примери за такива храни са:

- Алкохол, особено червено вино и пенливо вино
- Сирене
- Морски дарове, риба и рибни сосове
- Сушени колбаси като салам или бекон
- Различни видове зеленчуци, като домати, спанак, патладжани, кисело зеле и туршии
- Различни видове плодове, като ягоди, ананаси, банани

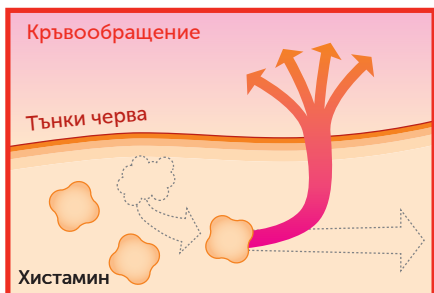
Комбинираната консумация на храни с високо съдържание на хистамин, като алкохол и сирене, може да допринесе за значително повишаване на съдържанието на хистамин в организма.

**DAOSin<sup>®</sup>**

DAOSin<sup>®</sup> съдържа ензима  
диаминооксидаза (ДАО) за  
подпомагане естественото  
разграждане на хистамина от храната.

## КАК ДЕЙСТВА DAOSiN®?

При прием на таблетка DAOSiN® преди хранене, количеството DAO в тънките черва - и по този начин способността за разграждане на хистамин в червата - може да се увеличи. Това позволява достатъчно разграждане на хистамин от храната в храносмилателния тракт.



DAOSiN®

DAOSiN® съдържа ензима  
диаминоксидаза (DAO) за  
подпомагане естественото  
разграждане на хистамина от храната.

## КАК ДЕЙСТВА DAOSiN®?

Ензимът диаминооксидаза (DAO), съдържащ се в DAOSiN®, допълва собствения DAO на тялото и го подпомага да се предпази от излишък на хистамин от храната в червата.

15 минути преди прием  
на храна, съдържаща  
хистамин!



Търсете в аптеките.

За повече информация, посетете

[www.harvamvsichko.bg](http://www.harvamvsichko.bg)



„Стада България“ ЕООД, ул. „Атанас Дуков“ 29, Рейнбоу плаза, ет.4,  
тел.: 029209065, [info@stada.bg](mailto:info@stada.bg)

Номер и дата на вписване в регистъра: T222103053/06.08.2021 г.

# DAOSiN®

DAOSiN® съдържа  
ензима диаминооксидаза  
(DAO) за подпомагане  
естественото разграждане  
на хистамина от храната.