



DAOSin®

Sert à la gestion diététique en cas d'intolérance à l'histamine.

Se régaler, c'est
une qualité de vie!





Histamine

L'histamine est un médiateur appartenant aux amines biogènes, présente sous sa forme naturelle dans de nombreux aliments. Normalement, la consommation d'aliments contenant de l'histamine n'a pas de répercussions, étant donné que l'histamine est rapidement dégradée par l'enzyme endogène **diamine oxydase**.

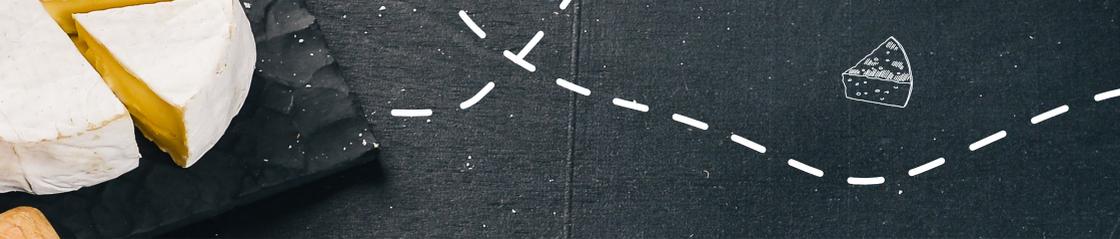
Intolérance à l'histamine

On parle d'une intolérance à l'histamine lors d'un manque d'activité de l'enzyme dégradant l'histamine, la diamine oxydase (DAO), ou d'une disproportion entre l'histamine absorbée par le biais de l'ingestion de nourriture et la capacité de la DAO à transformer celle-ci dans l'intestin. Ce faisant, l'histamine est dégradée avec retard, elle s'accumule dans l'organisme et entraîne des réactions semblables à celles causées par les allergies. Il est important de savoir qu'il ne s'agit **pas d'une allergie**, mais bien **d'une intolérance**.

Les réactions d'intolérance habituelles après un repas composé d'aliments riches en histamine se traduisent p. ex. par:

- **des céphalées**
- **des troubles gastro-intestinaux** (diarrhée, crampes, douleurs abdominales, flatulences, nausées)
- **une éruption cutanée** ainsi que quelques autres réactions.

Ces réactions sont déclenchées par **un excès d'histamine** parvenant dans l'organisme à cause de la dégradation déficiente dans l'intestin par la DAO et pouvant en principe entraîner des réactions partout dans l'organisme. Étant donné que ces réactions sont relativement peu spécifiques, une intolérance à l'histamine reste souvent non identifiée pendant longtemps.



Provenance de l'histamine



Aliments qui mûrissent ou qui sont conservés longtemps tels que la choucroute, le fromage, la fondue au fromage



La saucisse crue (p. ex. le salami, le lard)



Les fruits de mer, les poissons, les sauces de poissons



Les tomates



Les épinards



Les aubergines



Les fraises



L'ananas



Les bananes



L'alcool (le vin rouge et les vins mousseux)

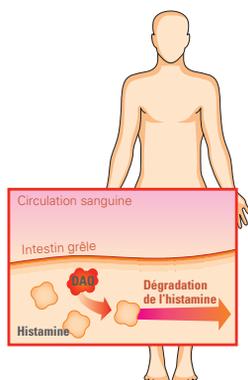


La fonction de DAOSIN®

Grâce à l'ingestion de DAOSIN® avant le repas, la quantité de DAO dans l'intestin est augmentée. Avec la DAO naturelle, la diaminoxydase contenue dans DAOSIN® dégrade l'histamine apportée par l'alimentation. Ainsi, l'histamine est dégradée avant qu'elle ne puisse être absorbée par l'organisme. La personne souffrant d'intolérance à l'histamine dispose, par conséquent, d'une gamme considérablement plus large d'aliments favorisant **une alimentation variée et équilibrée**.

Cas normal

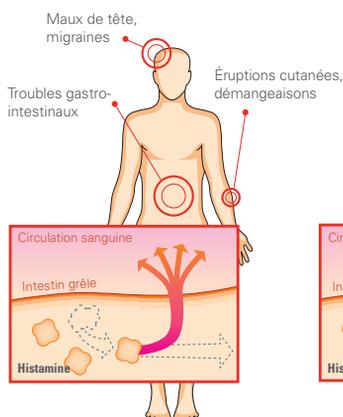
Dégradation de l'histamine



Dans l'intestin grêle, l'enzyme diamine oxydase (DAO) traite l'histamine apportée par l'alimentation et la dégrade.

Problème

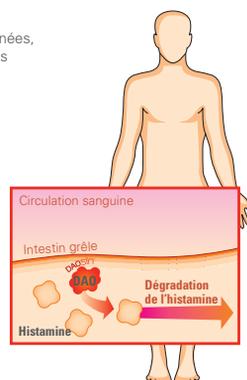
Intolérance



Lorsque l'enzyme DAO manque ou qu'elle n'est présente qu'en trop faible quantité, l'histamine ne peut être dégradée et elle rejoint le système sanguin à travers la muqueuse intestinale, ce qui peut engendrer divers troubles.

Solution

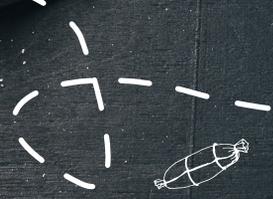
DAO



L'enzyme DAO contenue dans DAOSIN® remplace l'enzyme déficitaire. L'histamine est dégradée à nouveau.

DAOSIN®

Sert à la gestion diététique en cas d'intolérance à l'histamine.



Recommandations d'utilisation de DAOSIN®

DAOSIN® doit absolument être pris **avant** un repas – dans le cas idéal, **15 minutes avant** – avec un peu d'eau. Lorsque les aliments ingérés contenant de l'histamine atteignent l'intestin, le comprimé devrait déjà être dissous et la DAO devrait être active.

La consommation journalière maximale est de 3 comprimés (correspond à 3 repas contenant de l'histamine par jour). Ne pas croquer le contenu du comprimé avant de l'avaler; avaler le comprimé en entier afin que le contenu passe par l'estomac et atteigne l'intestin sans être endommagé.

Remarque



Prendre 1 comprimé avec un peu d'eau, **15 minutes avant un repas contenant de l'histamine!**



DAOSIN® est disponible dans les emballages suivants

DAOSIN® 30 comprimés

DAOSIN® 60 comprimés

DAOSIN®

Sert à la gestion diététique en cas d'intolérance à l'histamine.

**Vous trouvez de plus
amples informations
sous:**

www.tout-manger.ch

Conseils précieux

Petite aide avec un grand effet.



Faites appel à une assistance médicale ou diététique pour un examen holistique.



Tenez un journal détaillé de l'alimentation pendant au moins deux semaines.



Mangez plus consciemment et de manière adaptée à votre intolérance.



Faites un peu de sport et réduisez le stress et le surmenage.