



## Produktinformation

Liebe Kundin, lieber Kunde,

DAOSin® ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit dem Enzym DiAminOxidase (DAO). DAO baut Histamin aus der Nahrung im Darm ab.

## Was ist Histamin?

Histamin ist ein Botenstoff, der zu den sogenannten biogenen Aminen gehört, vom Körper selbst gebildet wird, aber auch natürlicherweise als Bestandteil in vielen Lebensmitteln aufgenommen wird. Histamin übt als biologischer Botenstoff verschiedene Funktionen im Körper aus. Als Nervenbotenstoff spielt Histamin unter anderem in der Regulierung des Schlaf-Wach-Rhythmus, der Appetitkontrolle oder für die Lernfähigkeit und Gedächtnisleistung eine Rolle. Vor allem aber fungiert Histamin als Vermittler von Entzündungsprozessen bei allergischen Reaktionen.

## Was passiert mit dem Histamin aus der Nahrung?

Normalerweise hat der Verzehr von histaminhaltigen Lebensmitteln keine Auswirkungen, da das Histamin rasch vom körpereigenen Enzym DiAminOxidase (DAO) hauptsächlich schon im Darm abgebaut wird. Bei einer histaminreichen Ernährung kann es vorkommen, dass das Enzym DiAminOxidase (DAO) nicht in ausreichendem Maße verfügbar ist, was zu einem verzögerten Abbau von Histamin im Darm führen kann. Auch Alkohol und einige Medikamente können die Aktivität des DAO-Enzyms weitgehend hemmen. Wird Histamin verzögert abgebaut, steigt dessen Gehalt zunächst im Körper an.

## Welche Lebensmittel enthalten Histamin?

Insbesondere Lebensmittel, die lange reifen oder lange gelagert werden, weisen einen hohen Gehalt an Histamin und anderen biogenen Aminen auf. Zusätzlich fungiert eine Reihe von Lebensmitteln als sogenannte Histaminliberatoren, da sie zusätzlich Histamin im Darm freisetzen. Als Beispiele können u. a. folgende Lebensmittel genannt werden:

- Alkohol, insbesondere Rotwein und Sekt
- Käse
- Meeresfrüchte, Fisch und Fischsaucen
- Rohwürste, wie z. B. Salami oder Speck
- Sauerkraut
- Verschiedene Gemüsesorten, wie z. B. Tomaten, Spinat, Melanzani
- Verschiedene Obstsorten, wie z. B. Erdbeeren, Ananas, Bananen

Insbesondere der kombinierte Genuss von stark histaminhaltigen Lebensmitteln, wie z. B. Alkohol und Käse, kann dazu beitragen, dass der Histamingehalt im Körper steigt.

## Wie funktioniert DAOSin®?

Durch den Verzehr der DAOSin®-Tabletten vor dem Essen wird die DAO-Menge im Dünndarm und somit die Fähigkeit zum Histaminabbau durch die natürliche DAO erhöht.

## Wie ist DAOSiN® anzuwenden?

**Wichtiger Hinweis: Nehmen Sie DAOSiN® unbedingt vor einer Mahlzeit ein (im Idealfall ca. 15 Minuten davor). Wenn die histaminhaltigen Lebensmittel den Darm erreichen, sollte die Tablette bereits aufgelöst und die enthaltene DAO aktiv sein.**

Verzehren Sie eine Tablette mit etwas Wasser 15 Minuten vor einer histaminhaltigen Mahlzeit. Die maximale Tagesverzehrmenge beträgt 3 Tabletten (entspricht 3 histaminhaltigen Mahlzeiten pro Tag).

Die Tablette soll nicht vor dem Schlucken zerkaut, sondern als Ganzes geschluckt werden, damit der Inhalt unbeschadet durch den Magen bis zum Darm gelangt. Nicht zerbeißen oder kauen.

Wenn Sie regelmäßig Medikamente einnehmen, erkundigen sie sich bei Ihrem Arzt oder Apotheker, ob einer der in den Medikamenten enthaltenen Wirkstoffe zu einem verminderten Abbau von Histamin aus der Nahrung führen kann.

## Welche Inhaltsstoffe enthält DAOSiN®?

Enthält histaminfreien Proteinextrakt (reich an natürlicher DiAminOxidase)

**Zutaten:** Füllstoff Mikrokristalline Cellulose, Maltodextrin, Säureregulator Natriumphosphat, Emulgator Vernetzte Carboxymethylcellulose, Überzugsmittel Schellack, Proteinextrakt aus der Schweineniere, Trennmittel Siliciumdioxid, Überzugsmittel Hydroxypropylmethylcellulose, Säureregulator Calciumcarbonat, Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, pflanzliches Fett (Kokosfett ganz gehärtet), Stabilisator Polydextrose, Trennmittel Talkum.

Inhaltsstoff	pro 1 Tablette*	pro 3 Tabletten**
Proteinextrakt aus der Schweineniere	4,2 mg	12,6 mg
davon DiAminOxidase	0,3 mg	0,9 mg

\* entspricht der Verzehrempfehlung für eine histaminhaltige Mahlzeit

\*\* entspricht der maximalen Tagesverzehrempfehlung für 3 histaminhaltige Mahlzeiten

## Hinweise

Nahrungsergänzungsmittel mit dem Enzym DiAminOxidase (DAO). DAO baut Histamin aus der Nahrung im Darm ab. Enthält histaminfreien Proteinextrakt (reich an natürlicher DiAminOxidase (DAO)). Alkohol und einige Medikamente können die Aktivität des DAO-Enzyms weitgehend hemmen. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Außer Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Trocken und vor Licht geschützt bei Raumtemperatur lagern. Nach dem Öffnen des Aluminiumbeutels an einem kühlen Ort aufbewahren. Mindesthaltbarkeit nach dem Öffnen des Aluminiumbeutels ohne Kühlung: 3 Monate.

## In welchen Packungsgrößen ist DAOSiN® erhältlich?

DAOSiN® ist als Packung mit 10 Tabletten und als Vorteilspackung mit 30 oder 60 Tabletten erhältlich.

## Stand der Information: April 2021

### STADA Arzneimittel GmbH

Muthgasse 36, 1190 Wien

[www.stada.at](http://www.stada.at)

STADA wünscht **ALLES GUTE** für Ihre Gesundheit!