

Das Mastzell-Aktivierungs-Syndrom (MCAS)

Beim MCAS (D47.0 ICD10) kommt es zu einer verstärkten Aktivierung der sog. Mastzellen, die daraufhin **sehr viel Histamin** und andere Botenstoffe (Mastzellmediatoren) ausschütten, die viele **verschiedene Symptome im ganzen Körper auslösen** können.

Beschwerden/Symptome:

Die möglichen Symptome sind sehr vielfältig und ähneln denen der Histamin-Intoleranz. Dazu gehören anfallsweise **Magen-Darm-Beschwerden mit Durchfall, Darmkrämpfen (oft als Reizdarm verkannt), Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten, Darmentzündung, Magenbeschwerden durch vermehrte Salzsäure, Müdigkeit („chronisches Erschöpfungssyndrom“), Schlafstörungen, Übelkeit, Kopfschmerzen und Hitzegefühl. Außerdem Asthma, laufende Nase (nach dem Essen), Hautrötung, Ekzeme, Urtikaria, Bluthochdruck oder Herzrhythmusstörungen.**

Auslöser:

Es gibt viele verschiedene mögliche Auslöser für das MCAS, z.B. Infektionen, chronische Erkrankungen, Entzündungen, Darmfehlbesiedlung, Nahrungsmittel, Lebensmittel-Zusatzstoffe, Chemikalien, Schwermetalle, Medikamente (z.B. Aspirin, Diclofenac), Stress, Hitze, intensiver Sport.

Diagnostik:

Die Diagnose ist oft schwierig und wird auf Basis der Patienten-Befragung, der Symptome und spezieller Blut- und Urinuntersuchungen gestellt (ECP, Tryptase, Leukotriene). Die Dao-Werte sind in der Regel normal oder erhöht (im Gegensatz zur Histamin-Intoleranz).

Therapie:

Die Erkrankung ist zwar nicht heilbar, lässt sich aber gut behandeln. Die Therapie richtet sich nach den Begleitumständen und den Symptomen. Eingesetzt werden z.B. Anti-Allergika, Anti-Histaminika, Vitamin C Infusionen, Amitriptylin (<50 mg wg. pot. DAO-Hemmung) und Histaminarme Ernährung. Außerdem muss das oft vorliegende Leaky-gut-Syndrom (gestörte Darmbarriere) behandelt werden.

Vorbeugung:

Patienten, die unter einem MCAS leiden, sollten bestimmte Dinge beachten in Bezug auf Lebensstil, Ernährung, Medikamenteneinnahme etc.

Weitere Informationen: www.mastzellaktivierung.info, Buch: „Mastzellfreundliche und histaminarme Küche, Herausgeber SIGHI, Euro 22.-

Einer der führenden Experten auf diesem Gebiet, der auch spezielle Untersuchungen durchführt, ist Prof. Martin Raithel, Waldkrankenhaus St. Martin, Erlangen. An verschiedenen Uni-Kliniken gibt es Kompetenz-Centren für Mastzellerkrankungen.