



## **Mastzellaktivierungssyndrom (MCAS): Eine unterschätzte Krankheit - Diagnose, Ursachen und Behandlungsansätze**

Unzählige Menschen weltweit leiden unter wiederkehrenden gesundheitlichen Beschwerden, deren Ursache oft im Dunkeln bleibt. Verdauungsprobleme, Hautausschläge und Kreislaufstörungen sind nur einige Beispiele für die breite Palette an Symptomen. Das Mastzellaktivierungssyndrom (MCAS) könnte jedoch eine mögliche Erklärung für diese Beschwerden bieten. Trotz der hohen Prävalenz dieser komplexen Erkrankung wird sie häufig nicht erkannt. Das Dr. Jacobs Institut weist deswegen auf [\(Link entfernt\)](#) hin. In diesem Artikel werden wir uns ausführlich mit dem MCAS befassen und seine vielseitigen Auswirkungen auf den Körper erklären. Was sind Mastzellen und das Mastzellaktivierungssyndrom (MCAS)? Mastzellen sind Immunzellen mit einer vielfältigen Funktion. Sie spielen eine wichtige Rolle &hellip;



*Mastzellaktivierungssyndrom (MCAS)*

Unzählige Menschen weltweit leiden unter wiederkehrenden gesundheitlichen Beschwerden, deren Ursache oft im Dunkeln bleibt. Verdauungsprobleme, Hautausschläge und Kreislaufstörungen sind nur einige Beispiele für die breite Palette an Symptomen. Das Mastzellaktivierungssyndrom (MCAS) könnte jedoch eine mögliche Erklärung für diese Beschwerden bieten. Trotz der hohen Prävalenz dieser komplexen Erkrankung wird sie häufig nicht erkannt. Das Dr. Jacobs Institut weist deswegen auf [\(Link entfernt\)](#) hin. In diesem Artikel werden wir uns ausführlich mit dem MCAS befassen und seine vielseitigen Auswirkungen auf den Körper erklären.

## **Was sind Mastzellen und das Mastzellaktivierungssyndrom (MCAS)?**

Mastzellen sind Immunzellen mit einer vielfältigen Funktion. Sie spielen eine wichtige Rolle bei der Abwehr von Infektionen und schützen den Körper vor Fremdstoffen, indem sie verschiedene chemische Botenstoffe, wie Entzündungsmediatoren, Zytokine und Histamin, freisetzen. Beim Mastzellaktivierungssyndrom sind die Mastzellen „hyperaktiv“ und reagieren auch auf harmlose Substanzen. Dies führt zu einer übermäßigen Freisetzung von [\(Link entfernt\)](#) und anderen Botenstoffen, was zu einer Vielzahl von Symptomen in verschiedenen Organen und Systemen des Körpers führen kann. Die Erkrankung verläuft oft schubweise, was die Schwierigkeit einer korrekten Diagnosestellung erhöht.

## **Häufig übersehen: Die hohe Prävalenz von MCAS**

MCAS ist eine Krankheit, die trotz ihrer weiten Verbreitung oft übersehen wird, selbst von vielen Ärzten. Erst im Jahr 2016 erhielten Mastzellaktivierungsstörungen einen internationalen Diagnosecode (ICD-10). In Deutschland gibt es bisher noch keine offizielle Diagnose für MCAS. Dennoch ergab eine deutsche Studie, dass [\(Link entfernt\)](#). Die unspezifischen Symptome von

MCAS und die mangelnde Kenntnis der Krankheit unter den Ärzten führen dazu, dass sie oft übersehen wird. Dies hat zur Folge, dass Betroffene oft jahrelang ohne richtige Diagnose und angemessene Behandlung leben. Zusätzlich werden die Beschwerden häufig auf psychische Ursachen zurückgeführt, was die Belastung für die Patienten weiter erhöht.

## **Vielseitige und unspezifische Symptome von MCAS**

Die Symptome von MCAS sind vielfältig, unspezifisch und ähneln oft Allergien. Sie können verschiedene Organe und Systeme des Körpers betreffen, darunter die Haut, den Magen-Darm-Trakt, das Herz-Kreislauf-System, die Atemwege und das Nervensystem. Zu den häufigen Symptomen gehören Wasseransammlungen (Ödeme), (Link entfernt), (Link entfernt), (Link entfernt), (Link entfernt), (Link entfernt), (Link entfernt) und psychische Probleme wie Ängste und Unruhe. Die Symptome treten in Schüben auf und können durch verschiedene Auslöser wie Nahrungsmittel, Medikamente, Stress und Wetterveränderungen verstärkt werden.

## **Der Zusammenhang zwischen MCAS und Histaminintoleranz**

Das Mastzellaktivierungssyndrom geht in der Regel mit einer (Link entfernt) einher. Aufgrund der übermäßigen Freisetzung von Histamin durch die Mastzellen können zusätzliche Mengen an Histamin, die über die Nahrung aufgenommen werden, zu Problemen führen. Bestimmte Lebensmittel können vorhandene Symptome verstärken oder Schübe auslösen. Eine histaminarme Ernährung kann oft zur Linderung der MCAS-Symptome beitragen.

## **Diagnose von MCAS: Symptome im**

## **Vordergrund**

Die Diagnose von MCAS gestaltet sich schwierig, da es keine spezifischen diagnostischen Tests gibt. Im Vordergrund stehen die Symptome, die auf eine Mastzellaktivierung hinweisen und mindestens zwei Organsysteme betreffen. Es ist wichtig, andere erklärende Erkrankungen auszuschließen. Laboruntersuchungen wie die Bestimmung von Histamin im Blut und von Histamin-Abbauprodukten im Urin sowie Biopsien verschiedener Organe können zur Unterstützung der Diagnose herangezogen werden. Es ist jedoch zu beachten, dass die Laborwerte nur während eines Schubs erhöht sein können. Fehlende Auffälligkeiten in den Testergebnissen schließen MCAS daher nicht aus.

## **Die Rolle des Darms bei der Mastzellaktivierung**

Eine der häufigsten Ursachen für Mastzellaktivierung ist eine Dysbiose des Darms, also ein Ungleichgewicht der Darmflora. Eine irritierte Darmwand und ein gestörtes Gleichgewicht der Darmflora können schädliche Bakterien begünstigen, die Histamin produzieren und die Mastzellen weiter stimulieren. Dieser chronisch-entzündliche Prozess und die Schädigung der Darmschleimhaut können dazu führen, dass Antigene aus schädlichen Bakterien oder Nahrungsmitteln in den Blutkreislauf gelangen und Mastzell- und Entzündungsreaktionen im gesamten Körper auslösen, was die vielseitigen Beschwerden von MCAS verursacht.

## **Ein überempfindliches Nervensystem und Stress als Auslöser von MCAS**

Mastzellen stehen in enger Verbindung mit dem zentralen und peripheren Nervensystem. Ein überempfindliches Nervensystem kann die Grundlage für überempfindliche Mastzellen und die Entwicklung von MCAS legen. Stress ist häufig ein Hauptauslöser von Mastzellschüben. Oftmals haben MCAS-Betroffene eine

Vorgeschichte von starkem psychischen und/oder physischen Stress. Daher ist es wichtig, das autonome Nervensystem zu normalisieren und auszugleichen, um die Symptome von MCAS zu lindern.

## **Behandlung von MCAS: Der Fokus liegt auf dem Darm**

Die Behandlung von MCAS zielt darauf ab, die Auslöser zu identifizieren und zu beseitigen sowie die Mastzellaktivität zu reduzieren und die Wirkung von Histamin zu hemmen. Natürliche Mastzellstabilisatoren wie Vitamin C, Schwarzkümmelextrakt und Quercetin können dabei hilfreich sein. Eine [\(Link entfernt\)](#) spielt jedoch eine zentrale Rolle bei der Behandlung von MCAS. Dies beinhaltet die Beseitigung der Darmdysbiose, den Aufbau einer gesunden Darmflora und die Verbesserung der Verdauungsleistung und Darmperistaltik. Eine gezielte Entlastungsdiät und eine Darmkur mit probiotischen Präparaten, [\(Link entfernt\)](#) und Ballaststoffen können den Darm ins Gleichgewicht bringen und dabei helfen, unverträgliche Lebensmittel zu identifizieren. Eine langfristige Ernährungsumstellung ist empfehlenswert, um den Darm langfristig gesund zu halten.

Die nachhaltige Behandlung von MCAS erfordert einen ganzheitlichen Ansatz, der auch chronische virale oder bakterielle Infektionen und die Ursachen des überempfindlichen Nervensystems berücksichtigt. Die Vagusstimulation kann hierbei eine besonders hilfreiche Methode sein.

## **Fazit**

Das Mastzellaktivierungssyndrom (MCAS) ist eine vielseitige und häufig übersehene Krankheit, die einen erheblichen Einfluss auf die Lebensqualität der Betroffenen haben kann. Die Symptome von MCAS sind vielfältig und unspezifisch, was die Diagnosestellung erschwert. Eine umfassende Behandlung, die

den Fokus auf den Darm, die Mastzellaktivität und das Nervensystem legt, kann jedoch dazu beitragen, die Symptome zu lindern und eine bessere Lebensqualität für die Betroffenen zu ermöglichen. Es ist wichtig, dass sowohl Ärzte als auch Patienten sich der Existenz und der Auswirkungen von MCAS bewusst sind, um eine frühzeitige Diagnose und angemessene Behandlung zu gewährleisten.

**Besuchen Sie uns auf: [natur.wiki](http://natur.wiki)**