

## Der erste Schluck kann einer zuviel sein

Eine Weinallergie ist selten, die Weinintoleranz allerdings kommt häufiger vor, als vermutet. Beide können zu Migräneattacken, Tropfnase, Bauchgrimmen und Herzrasen führen und so manchen Weinfreund nach dem Genuss eines guten Tropfens plagen. Warum dem so ist und was dahinter steckt, erläutert Prof. Brunello Wüthrich in folgendem Interview.



Kurt Heller/Neubauer

### Können alle Weinsorten Unverträglichkeitsreaktionen auslösen?

*Prof. Brunello Wüthrich:* Manche Menschen vertragen keinen Rotwein, andere keinen Weissen, wieder andere keinen Champagner oder edelsüssen Tropfen und manche müssen ganz auf Alkohol verzichten. Liegt eine Intoleranz auf Rotwein vor, können Kopfschmerzen, Hautrötungen oder -ausschlag, Fliehschnupfen, Atembeschwerden, Bauchschmerzen, Herzrasen usw. die Folge sein.

### Ist die Weinintoleranz eine Art Weinallergie?

Die Entstehungsmechanismen sind bei fast identischen Symptomen grundverschieden. Das erschwert die Diagnose. Es gilt die echte – sehr seltene – Allergie gegen Bestandteile des Weins von der Weinintoleranz zu unterscheiden, die viel häufiger ist. Bei der Allergie ist das Immunsystem beteiligt durch die Bildung von IgE-Antikörpern – bei der Intoleranz dagegen sind keine Antikörper im Spiel. Die Beschwerden werden durch Histamin verursacht oder – bei Weissweinen und Champagner – durch den Konservierungsstoff Sulfit.

### Was ist Histamin?

Histamin ist ein Stoff, der bei der Zersetzung von Eiweiss oder durch die

Abspaltung von Kohlendioxyd aus der Aminosäure Histidin entsteht. Das biogene Amin ist in unterschiedlicher Konzentration in fast allen Nahrungsmitteln enthalten. Besonders in eiweissreichen Lebensmitteln (Fisch, Meeresfrüchte) und in Produkten, die einen Reife- oder Gärprozess durchmachen – wie lange gereifter Käse (Parmesan), Geräucherter (Schinken, Salami) und natürlich Wein.

Es wird aber auch vom Organismus selbst produziert und reguliert die Körperfunktionen wie Magensaftsekretion, Zellwachstum, Appetitkontrolle. Histamin ist wichtigster Überträgerstoff bei Heuschnupfen und anderen allergisch bedingten Erkrankungen. In höherer Konzentration mit der Nahrung aufgenommen, kann es allergieähnliche Reaktionen auslösen, falls es nicht rasch abgebaut wird. Der Körper schützt sich vor dem sehr potenten Stoff bereits im Darm mit einer ersten Barriere. Die Zellen der Darmschleimhaut enthalten ein Enzym, Diaminoxidase (DAO), das Histamin und andere biogene Amine beim gesunden Menschen abbaut und weitgehend neutralisiert.

Bei manchen Menschen fehlt die DAO oder ist zu schwach, um alle Amine abzubauen. Die Stoffe gelangen über Darmschleimhaut, Blutbahn und Leber in den Körper und reizen die Zellen. Das Enzym wird ausserdem durch gewisse Medikamente (vor allem Antidepressiva), insbesondere aber auch durch Alkohol gehemmt.

### Entscheidend ist die Menge an Histamin?

Ja, bei der Weinallergie kann bereits der erste Schluck reichen, bei der Intoleranz sind grössere Mengen Histamin nötig, um Symptome wie Migräneattacken und andere Beschwerden zu produzieren.

### Wie kommt das Histamin in den Wein?

Histamin und andere biogene Amine entstehen nach der alkoholischen Gärung beim unkontrollierten biologischen Säureabbau durch spezielle Milchsäurebakterien (besonders *Pediococcus damnosus* und *Pediococcus parvulus*). Bei säurearmen Weinen wie Muskateller gedeihen die unerwünschten Mikroben prächtig. Bei säurebetonten Tropfen, etwa Mosel-Riesling und Schilcher aus Österreich, entsteht kaum Histamin.

Weil besonders Rotwein durch die malolaktische Gärung (Umwandlung der Apfel- in Milchsäure) an Finesse gewinnt, gilt diese dort als erwünscht. Aber nur, wenn der Säureabbau durch das «gute» Milchsäurebakterium *Oenococcus oeni* in Gang gebracht und das Wachstum der «bösen» Kokken verhindert wird. Rotwein enthält deshalb oft viel mehr Histamin als Weisswein. Auch eine lange Maischegärung kann das Wachstum unerwünschter Bakterien fördern.

### Histamin im Wein bedeutet also mangelhafte Vinifikation?

Ja. Histamin hat im Wein nichts zu suchen. Patienten nennen zumeist schwere, körperreiche Weine wie Shiraz, bestimmte Bordeaux, Chianti und diverse Spanier, die zu Symptomen führten.

### Dann lieber Weissen trinken?

Beim Weisswein spielt zwar Histamin eine geringere Rolle, dafür können die darin enthaltenen erhöhten Mengen Sulfit – Schwefelsäureverbindungen – die bekannten Symptome hervorrufen. Besonders Allergiker reagieren auf Sulfit heftig («Schwefel-Asthma»). Sulfit hemmt das Wachstum von Hefen und Schimmelpilzen und kommt als natürliches Abbauprodukt bei der Gärung vor.

## Preis-Kreuzworträtsel

Finden Sie das Lösungswort und gewinnen Sie ein **Excipial Sensitive ES** von

spirig

33

### Was meinen Sie zu speziellen Süssweinen, Champagner oder Sekt?

In der Literatur wird immer wieder auf eine Weinallergie gegen Schimmelpilze (Botrytis) hingewiesen. Die ist nach meiner Erfahrung extrem selten – oft ist es eine Sulfid-Unverträglichkeit: In deutschen Spätlesen sind bis zu 400 Milligramm Sulfid pro Liter erlaubt. Champagner wird ebenfalls mit Sulfid konserviert (185 Milligramm pro Liter). Schaumwein enthält zudem oft relativ viel Histamin: ein Resultat der Flaschengärung.

### Gibt es verträgliche Sektsorten?

Der Sekt der Marke Schlumberger, der kaum Histamin und relativ wenig Sulfid enthält, wird in der Regel gut vertragen. Zur Testung wird bei zwei von drei Proben Histamin in diverser Konzentration zugesetzt. Patienten mit einer Weinto-leranz reagieren nach Provokationen in verschiedener Reihenfolge und an verschiedenen Tagen mit Symptomen, nicht aber auf die Originalkonfektion.

### Sollte man bei Histaminintoleranz auf Wein verzichten?

Nicht unbedingt. Ich empfehle, verschiedene Weinsorten auszuprobieren oder eine Weile abstinenz zu sein – manchmal verschwinden die Beschwerden von selbst. Im Übrigen rate ich: Immer viel Wasser zum Wein und den Mahlzeiten trinken – es verdünnt den Alkohol.

### Ihr Vorname ist Legende – vertragen Sie Wein!

Ja. Der toskanische Rotwein spielte bei meiner Namensgebung zwar keine Rolle – der gleichnamige Held eines Liebesromans hat meine Mutter inspiriert –, aber er wirkt Wunder! (lacht)

*Genehmigter und gekürzter Abdruck des Interviews von Ralf Frädtker mit Prof. Brunello Wüthrich, Zollikerberg, in der Zeitschrift Wein Gourmet 2/2007.*



#### Zu gewinnen sind:

75 Excipial Sensitive ES ohne Parfüm im Wert von je Fr. 26.90

**Excipial Sensitive ES** heisst die neue Haut regenerierende Körper- lotion für die tägliche Pflege trockener, empfindlicher oder strapazierter Haut. ES hat eine Haut ähnliche Formulierung und eine gleich gute Verträglichkeit wie Wasser. ES enthält keine Konservierungs- stoffe, keine Emulgatoren und ist mit und ohne Parfüm erhältlich. [www.spirig.ch](http://www.spirig.ch)

**Lösungswort bitte per Postkarte einsenden bis 10. Oktober 2007 an aha! Schweizerisches Zentrum für Allergie, Haut und Asthma, Postfach 1, 3000 Bern 22**

Lösung aha!rätsel 2/2007: **Artemisia**

**1.–20. Preis: Eucerin pH5 Pflege-Geschenkpäckchen im Wert von je CHF 66.–**

**Gewinner:** Barben Loredana, Aarau; Bhend Sandra, Wettingen; Dieri Markus, Lobsigen; Blösch Paul und Silvia, Biel; Claude Mc Masters Rolf und Sandra, Flawil; Gadmer Theres, Wabern; Hauenstein Huber Susanne, Adliswil; Hirsig Beatrix, Bollmund; Jordi Jolanda, Luterbach; Lörtscher Heidi, Schaffhausen; Lutz Stahel Eva, Winterthur; Manz Karin, Rüschiikon; Neuhaus Wahlen Andrea, Zollikofen; Raimann Sonja, Cham; Räss Valentin U. und M., Diessenhofen; Rothen Miriam, Allschwil; Roy Verena, Zürich; Ruppen Elsy, Naters; Suremann Ursula, St. Gallen; Wolti Ursula, Basel