

---

Subject: Selenspiegel messen -wann, wie?

Posted by [Lebensfreundin](#) on Tue, 18 Aug 2009 20:36:23 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich habe mir nun von biosyn ein Röhrchen zuschicken lassen. So würde ich gerne morgen mein Blut abnehmen lassen. Meine Frage ist nun, wie ich das mache. Muss ich das Blut morgens abnehmen lassen? Muss ich nüchtern sein? Soll ich vorher meine Selentabletten, die ich zur Zeit nehme einnehmen? Kann ich das auch vor dem Wochenende machen oder liegt das Blut dann zu lange im Briefkasten?

@Anais: Wieviel Porto klebst du auf den Briefumschlag drauf? Was soll ich ankreuzen?

---