

---

Subject: Selen FRAGE (an ANAIS)

Posted by [Carolina33333](#) on Tue, 22 May 2007 12:01:23 GMT

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

---

Hallo,

ich bin neu hier im Forum.

Lese aber schon monatelang fleißig eure Beiträge.

Bei mir ist das so, dass ich schon seit 5 Jahren immer wieder mal Flächen habe, die von AA betroffen sind.

Zur Zeit hab ich 3 ca. 3 cm Durchmesser große Bereiche, die ich zwar noch gut verstecken kann, mich aber trotzdem sehr psychisch belasten.

Jetzt - nachdem sich zur Zeit keine Besserung einstellt und ich schon einiges ausprobiert hab, hab ich meinen Selenspiegel bestimmen lassen.

Er liegt bei 78 (als Richtwert wurde 53 - 105) angegeben.

Ich finde den Wert, obwohl er im Durchschnitt liegt, eindeutig zu niedrig.

Wer kann mir bei der Dosierung helfen?

Herzlichen Dank!

---