

---

Subject: Micro Nährstoffe - Welche Präparate  
Posted by [Hausmann](#) on Mon, 21 Feb 2011 07:25:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,  
nimmt jemand von Euch Micro Nährstoffe Präparate?  
Und wenn ja, welche ?

Danke Euch.

[http:// www.hr-online.de/website/fernsehen/sendungen/index.jsp?rubrik=55361&key=standard\\_document\\_40836001](http://www.hr-online.de/website/fernsehen/sendungen/index.jsp?rubrik=55361&key=standard_document_40836001)

Da geht es um Haarausfall. Nicht direkt um AA. Und da ist auch was mit Micro Nährstoffe gemacht worden.

---

---

Subject: Aw: Micro Nährstoffe - Welche Präparate  
Posted by [angela](#) on Mon, 21 Feb 2011 09:09:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

ich habe diese Sendung auch gesehen und auch direkt dieser Ärztin eine E-Mail geschickt mit der Anfrage, ob sie auch Erfahrung mit AA hat.  
Allerdings glaube ich, dass sie viele Mails beantworten muss und es wird sicher noch etwas dauern bis eine Antwort kommt (ich hoffe doch sehr dass eine kommt).

Ich habe vor längerer Zeit einen Test machen lassen, wo Biotin, Vitamin B6, B12, Zink, Magnesium, Calcium, Erythrozyten, Haemoglobin und Haematokrit getestet wurden. Bei den fettgedruckten war ich im Mangel. Allerdings müsste man es ja nach gewisser Zeit wieder kontrollieren und das habe ich bisher nicht gemacht.  
Aber diese Ärztin hat ja noch vieles mehr untersucht....das ist sicher auch nicht ganz billig.

Viele Grüße  
Angela

---

---

Subject: Aw: Micro Nährstoffe - Welche Präparate  
Posted by [Hausmann](#) on Mon, 21 Feb 2011 10:00:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Angela,

ich hatte mir auch schon mal gedacht die Ärztin anzumailen.  
Dann bräuchte ich das ja garnicht machen.  
Es wäre nett Du uns vielleicht auf den Laufenden halten würdest.

Nimmst Du denn jetzt ein Präparat welches Dein Micro Haushalt wieder ins Gleichgewicht bringt.

---

---

Subject: Aw: Micro Nährstoffe - Welche Präparate  
Posted by [angela](#) on Mon, 21 Feb 2011 10:11:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

...wie gesagt wurden bei mir nur diese wenigen Werte untersucht (Test ca. 100€). Das habe ich auch längere Zeit eingenommen und hatte auch das Gefühl, dass es mir gut tut. Die Ärztin meinte damals eine 3-Monatige Kur jedes Jahr wäre sicher gut. Mein Apotheker meint allerdings bei den Vitaminen sei das nicht logisch, da man keinen Speicher auffüllen kann sondern überflüssiges sofort ausgeschieden wird - seine Meinung: konstant einnehmen. Aber irgendwie nervt es auch ständig an Tabletten zu denken und so nehme ich im Moment nichts von dem - nur hin und wieder Magnesium - da merke ich einfach das ich viel brauche, außerdem noch tgl. einen TI Borretschöl (siehe Beitrag Gamma Linolensäure). Ich höre mal mehr, mal weniger die Schneiderei-CD. Meinen Haaren geht es im Moment nicht gut. Es fallen wieder sehr viele aus und ich kann an Fasching als Mönch losziehen....

LG  
Angela

---

---

Subject: Aw: Micro Nährstoffe - Welche Präparate  
Posted by [kätthe84](#) on Mon, 21 Feb 2011 15:17:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi!  
Ich habe vor ca. 2 Wochen so eine Blutuntersuchung machen lassen. Bei mir wurde ein Mangel an Biotin, Vitamin D und Östradiol festgestellt. Dafür habe ich jetzt Präparate bekommen, den Östradiol-Spiegel lasse ich nochmal gesondert beim Gynäkologen abchecken...  
Mal sehen was es bringt. Mein Arzt meinte das das auf jeden Fall Punkte sind an denen man ansetzen müsste. Ob es jetzt direkt mit der AA zusammen hängt, weiß man nicht, aber auf jeden Fall mit dem Haarwuchs im Allgemeinen. Und ich würde ja schließlich fast alles tun...  
In zwei Monaten lasse ich dann alles nochmal überprüfen und geb hier auch Bescheid!  
Ich denke schaden kann es auf jeden Fall nichts und im besten Fall bringt es noch was...

Liebe Grüße an euch alle!!

---

---

Subject: Aw: Micro Nährstoffe - Welche Präparate

---

Posted by [angela](#) on Mon, 21 Feb 2011 15:35:53 GMT

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

---

Vitamin D hatte ein Internist am Anfang der AA untersucht und Östradiol ein Endokrinologe - beides war damals OK.

Mein Biotinwert war total im Keller, wie sieht es bei dir aus?

LG  
Angela

---

---

Subject: Aw: Micro Nährstoffe - Welche Präparate  
Posted by [käthe84](#) on Mon, 21 Feb 2011 15:43:22 GMT

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

---

ja mein Biotinwert war auch der schlechteste... Vitamin D ist nur leicht erniedrigt und beim Östradiol weiß ich's noch nicht genau...das wird mir hoffentlich bald der Gynäkologe erklären.

wie gesagt, ich nehm das jetzt einfach und hoff, das es was bringt. und wenn ich's bis an mein Lebensende nehmen müsste, wär's mir auch egal...

---

---

Subject: Aw: Micro Nährstoffe - Welche Präparate  
Posted by [prinzessin](#) on Mon, 21 Feb 2011 19:05:54 GMT

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

---

Hallo,  
also ich nehme schon die ganze Zeit Selen, Biotin, Zink, Vit. B Komplex und seit 3 Wochen Nachtkerze.  
Kann aber nicht sagen ob es hilfreich ist oder nicht. Von all dem was zuviel eingenommen wird, wird über die Niere wieder ausgeschieden, so dass ich auf Test's verzichtet habe.

---

---

Subject: Aw: Micro Nährstoffe - Welche Präparate  
Posted by [angela](#) on Fri, 25 Feb 2011 09:52:11 GMT

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

---

Hallo,

ich hatte der Ärztin aus dem HR-Beitrag eine E-Mail geschickt, mit der Frage, ob sie auch bei AA schon Erfolge erzielt hat bzw. welche Untersuchungen sie auf jeden Fall durchführen würde.  
Das war die Reaktion:

Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Patientinnen, liebe Patienten,  
leider kann ich die vielen Emails über Haarausfall zur Zeit nicht persönlich beantworten.

Dafür bitte ich Sie um Verständnis. Sollten Sie eine Terminvereinbarung und eine persönliche Beratung wünschen, bitten wir Sie uns telefonisch unter folgender Nummer zu kontaktieren:

Tel.: 06 11 / 505 95 200 (Wiesbaden)

Vielen Dank für Ihr Verständnis,  
bis dahin verbleibe ich mit freundlichen Grüßen,  
Ihre Dr. med. Dagmar Wenz

Darauf habe ich aber keine Lust.

Aber vielleicht mag ja jemand anders aus dem Forum....

LG  
Angela

---

---

Subject: Aw: Micro Nährstoffe - Welche Präparate  
Posted by [Hausmann](#) on Fri, 25 Feb 2011 17:38:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

290km

---

---

Subject: Aw: Micro Nährstoffe - Welche Präparate  
Posted by [angela](#) on Fri, 25 Feb 2011 18:29:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

In Amerika heißt das 'around the corner'

---

---

Subject: Aw: Micro Nährstoffe - Welche Präparate  
Posted by [Hausmann](#) on Sat, 26 Feb 2011 14:12:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Man könnte ja eine Fahrgemeinschaft in Erwägung ziehen.

---