

---

Subject: Frage an Anais wegen Kryptosan  
Posted by [nina181124](#) on Mon, 30 Apr 2007 16:34:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Anais,

Du hast mal hier im Forum gepostet, dass Du zusätzlich (?) zum Natriumselenit auch Kryptosan nimmst, also ein hochdosiertes Vitaminpräparat, vor allem VitB etc.  
Dazu hätte ich folgende Fragen:

Wie heißt die Herstellerfirma von dem Kryptosan, das Du nimmst?  
Nimmst Du das immer zusätzlich zum Natriumselenit, wenn nicht immer, dann wie oft und wie lange?  
Wieviel nimmst Du davon?  
Hat es Nebenwirkungen?  
Kann man auch ein anderes hochdosiertes VitB-Präparat nehmen? Worauf soll man dann achten?

Hoffe, es sind nicht zu viele Fragen...  
Danke jedenfalls für die Antwort schon im Voraus!  
Viele Grüße  
Nina

---

---

Subject: Re: Frage an Anais wegen Kryptosan  
Posted by [123456789](#) on Mon, 30 Apr 2007 17:09:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi,  
Kryptosan ist von der heckpharma.  
Gibt es nur direkt bei Heck-Pharma oder Heck Biopharma.  
Bin im Zusammenhang mit der Kryptopyrrollurie daraufgestoßen.  
Ich nehme es nicht regelmäßig, da ich glaube, dass es meinem Magen nicht gut tut.  
Ansonsten hat es keine NW. Normalerweise eill ich davon 8 Kps/Tag nehmen, aber ich habe es seit mind. 1,5 Jahren nicht mehr regelmäßig genommen. Hin und wieder mal 2 Kapseln oder 4. ich habe einen sehr empfindl. Magen und komischerweise meine ich immer , dass dieser noch sensibler reagiert wenn ich Kryptosan einnehme. Ich haeb Kryptosan aber schon 1 x vor ca. 4 JAhren über einen Zeitraum von ca. 9 Monaten regelmäßig eingenommen. Damals nahm ich noch kein Selen. Ich nehme mir aber immer wieder vor es regelmäßig zu nehmen. Aber vergesse es dann oder mein Magen rebelliert mal wieder(er tut dieses aber schon seit ca. 3 Jahren). Also ob es dann wirklich am Kryptosan liegt vermag ich nicht mit Bestimmtheit zu sagen. Ist als reizmagen mit kleiner Hiatushernie diagnostiziert worden.  
Kryptosan ist vom PreisLeistungsverhältnis das beste Präparat.  
Viele Grüße Anais

---

---

Subject: Re: Frage an Anais wegen Kryptosan  
Posted by [nina181124](#) on Tue, 01 May 2007 16:26:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke, Anais, für Stellungnahme betr. Kryptosan.  
Interessant, was du schreibst, habe nämlich auch (neben Hashimoto + AA) einen diagn. Reizmagen mit geringgradiger chron. Gastritis vom Typ III, also autoimmunbedingt. Daneben auch noch eine Laktoseintoleranz. Fruktoseintoleranz-Test steht noch aus.  
Ich vermute, dass ich mir den Reizmagen eingehandelt habe, als man mich wegen der Laktoseintoleranz jahrelang mit Calcium-Brausetabletten „gefüttert“ hat (zur Osteoporosevorbeugung im späteren Alter), weil es damals noch keine laktosefreien Milchprodukte gab.

Muss daher extrem achten bei Ernährung, Getränken, vor allem auch bei Medikamenten (manche kann ich überhaupt – wenn notwendig – nur mit einem Magenschutzpräparat nehmen, welches dann aber als deklarierte Nebenwirkung Haarausfall hat...). Auch bei NEMs muss ich sehr vorsichtig sein, vor allem dass ich nicht zu viel auf einmal nehme, muss auch achten hinsichtlich Inhaltsstoffe, es sollen möglichst Reinpräparate sein, keine Zusatzstoffe etc, es kommt auch auf die Kapselhülle darauf an (am besten pflanzlich), auf jeden Fall auch auf die Kapselgröße, eine große Kapsel wird von den sensiblen Magennerven, wenn man einen Reizmagen hat, angeblich als ein großer Brocken empfunden, der schwer verdaut werden muss, hat mir mal ein Magenspezialist gesagt.  
Vertrage es zB auch besser, wenn man den Inhalt einer Kapsel auf zwei oder drei einzelne Kapseln aufteilt, das geht natürlich wieder nur bei individuell von der Apotheke angefertigten Präparaten. Auf jeden Fall kann ich Medikamente, NEMs, am besten nur in Verbindung mit einer (möglichst reichhaltigen) Mahlzeit nehmen, idealerweise, wenn diese Mahlzeit auch noch aus einer milden Suppe besteht.

Also, man muss immer sehr geschickt jonglieren, wenn man neben den anderen Dingen auch noch einen Reizmagen hat. Nicht wahr?

Liebe Grüße  
Nina

---