
Subject: ... bald, bald, ist es soweit !!!

Posted by [haki68](#) on Fri, 18 May 2007 10:55:14 GMT

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

Hallo an alle,

habe mal alle Beiträge der letzten Monate genau studiert und bin zu folgendem Ergebnis gekommen:

In den kommenden Monaten müsste es ja eigentlich eine ganze Menge Beiträge geben, in denen Forumsnutzer begeistert über die Erfolge mit Selen schreiben (hoffe ich doch)! Deshalb drücke ich allen die jetzt auch diese Behandlungsform gewählt haben ganz fest die Daumen.

Mögen unsere Haare sprießen!!!

Liebe Grüße

Heike

Subject: Re: ... bald, bald, ist es soweit !!!

Posted by [angela](#) on Fri, 18 May 2007 11:38:49 GMT

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

Hallo Heike,

nimmst du auch Selen?

Ich habe noch nicht den richtigen Arzt gefunden, der mich dabei unterstützt und ohne kompetente ärztliche Begleitung werde ich das nicht machen.

Ich bin auch gespannt auf die kommenden Beiträge zu diesem Thema.

Ig

Angela

Subject: nun mal nicht zu euphorisch; und Geduld

Posted by [123456789](#) on Fri, 18 May 2007 14:35:13 GMT

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

Hallo,

wir ihr wisst sind meine Haare ja wieder unter einem hohem Selenspiegel gewachsen. Ich bin auch weiterhin der Meinung, dass der Selenspiegel eines der wichtigsten Faktoren bei AA ist. Aber er ist sicherlich nicht das einzige Kriterium.

Ich habe euch mal einen Brief von biosyn hier reinkopiert, den eine Mitbetroffene erhalten hat. Dieser gibt aber nur Infos zur aktuellen Datenlage Selen bei AA.

Aber ich meine, er ist sehr interessant für einige von euch und zeigt auch noch mal wie wichtig Selen für den Körper ist.

Allerdings wird von seitens biosyn keine Hoffnung bezügl. Haarwachstum gemacht, da es bisher keine Studien gibt. Obwohl ich weiß, dass ein anderer Mitarbeiter von biosyn da ganz anderer Meinung ist. Dieses ist ein Chemiker, der lange an der Uni Jena die Selenforschung betrieben hat. Er hat mich damals darauf gebracht, dass Selen ganz wichtig für das Haarwachstum ist und sagte mir damals auch voraus, dass meine Haare wieder kommen werden, wenn mein Selenspiegel nur hoch genug ist. Und er hat Recht behalten. Wobei ich meine AA insofern ja nicht besiegt habe, denn ich habe immer noch ein kleines Loch und die AA ist weiterhin aktiv. Allerdings halte ich das jetzt mit dem hohen Selenspiegel seit nunmehr über 6 Monate in Grenzen. Ich hatte immerhin 5 Jahre Alopecia universalis, davon ca. 3 Jahre gar keine Haare, dann mit Beginn der Seleneinnahme erst unbefriedigten Haarwuchs, der dann aber seit November 06 wieder komplett (bis auf ein Miniloche) zuwuchs.

Hier nun der Brief:

vielen Dank für Ihre Anfrage; leider kann ich Ihnen trotz intensiver Recherchen nur bedingt weiterhelfen. Zunächst ist in den Datenbanken keine befriedigende Studie zu finden, die einen Zusammenhang herstellt zwischen der Gabe von Selen und dem Wachstum von Haaren bzw. auch der Bekämpfung einer Alopecia areata. (Tatsächlich gibt es nur einen Fallbericht bei einem Kind mit Haarwuchsstörungen, dem eine Selengabe half, das sich allerdings auch in einem extremen Selendefizit befand und vermutlich eine Resorptionsstörung hat, außerdem eine Publikation an 36 Beagles). Der Selengehalt der Haare spiegelt allerdings auch die Versorgung des gesamten Körpers mit Selen wieder, und da ist bei Ihnen ein klares Defizit nachgewiesen!

Sie sollten also eigentlich Selen bekommen, der Referenzbereich für Gesunde liegt zwischen 100 und 140 Mikrogramm Selen pro Liter Vollblut. Bei Werten ab 130 (bis etwa 160) Mikrogramm hat der Körper erst genügend Selen, um dieses Spurenelement zum Beispiel auch in der Krebsprävention einsetzen zu können. Die Anwendung z.B. von selenase® 300 RP wäre bei Ihnen also sicher sinnvoll, aber im Hinblick auf eine funktionierende Immunabwehr und eine effektivere Krebsprävention, nicht so sehr in Bezug auf Ihre Alopezie.

Bedenken braucht Ihre Ärztin bei diesen Werten überhaupt nicht zu haben, denn die Mengen an Selen, die Ihr Körper nicht brauchen sollte, scheidet er problemlos aus. Bei Ihrem Defizit aber benötigt er sie sicher! Nach einiger Zeit sollte dann noch einmal eine Messung vorgenommen werden, um den Selenspiegel zu kontrollieren.

Ich hoffe ich habe euch hiermit nicht entmutigt, sondern zu der Selentherapie ermutigt, denn ihr tut eurem Körper zumindest bei nachgewiesenem Selenmangel nur Gutes, auch falls die Haare nicht wachsen.

Viele Grüße Anais

Subject: Re: ... bald, bald, ist es soweit !!!

Posted by [Claudia48](#) on Fri, 18 May 2007 14:36:13 GMT

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

Hallo haki68,

ich nehme seit 4 Monaten täglich eine Tablette Selenase300 ein, seit April sogar 2. Natürlich ist es noch zu früh, jetzt schon mit einem Erfolg zu rechnen, so schnell wachsen die Haare wohl nicht. Da müssen wir noch sehr viel Geduld haben und man kann sich wohl auch nicht sicher sein, dass die Haare durch das Selen wieder wachsen. Auch meine Ärztin ist nicht davon überzeugt und ich hoffe, dass ich trotzdem bald wieder ein Rezept von ihr bekomme.

Gruß Claudia

Subject: Re: nun mal nicht zu euphorisch; und Geduld

Posted by [nina181124](#) on Fri, 18 May 2007 20:20:15 GMT

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

Hallo, liebe Anais,

habe jetzt endlich meinen Wert von Biosyn im Vollblut: 93,4. Also zu wenig.

Hätte ihn mir zwar lieber noch niedriger gewünscht, aber es passt, denn er ist trotzdem unter dem Referenzbereich für Gesunde und laut Mitteilung von Biosyn erniedrigt.

Also die Hoffnung lebt weiter... (Ich weiß, nur nicht zu euphorisch werden...)

Zur Dosierung: tgl 200 oder 300 Mikrogramm Selenase Trinkampullen??? (Möchte Trinkampullen, weil bei Tabletten ev. Bedenken wegen Magen, Allergie etc).

Anmerkung: habe Ophiasis + Hashimoto

Danke für Antwort!

LG,

Nina

Subject: an Nina

Posted by [123456789](#) on Sat, 19 May 2007 04:30:04 GMT

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

Moin, Moin Nina,

richtig ich würde denken 300 µg(flüssig) wäre ideal für dich.

Aber letztendlich kannst du es auch erst mal mit 200 µg versuchen.

In ca. 6 Wochen dann Kontrolle des Spiegels(Achtung 24 Std. vorher kein Selen einnehmen:

Wenn der Spiegel dann über 130/135 liegt war die Dosierung ausreichend und du kannst es in dieser Dosierung weiternehmen.

Wenn er höher als 145 ist könntest du evt. etwas weniger nehmen.

Aber erst mal abwarten.

Versuche es erst mal min. 4 Wochen lang mit 2 oder 3 Trinkampullen oder alternativ mit einer halben 500 er Trinkampulle.Dann schauen wir weiter.

Ist doch aber schön, dass der Spiegel erniedrigt ist. Das gibt doch Anlass zur Hoffnung.

Viele Grüße Anais

Subject: Re: ... bald, bald, ist es soweit !!!
Posted by [Baldhead](#) on Sat, 19 May 2007 08:42:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also bei mir wachsen sie wirklich immer besser.

<http://www.alopezie.de/foren/aareata/index.php/t/122/>

Und vor allem sind die Wimpern wieder da, was für die Optik schon viel ausmacht.

Grüße
Baldhead

Subject: Re: nun mal nicht zu euphorisch; und Geduld
Posted by [haki68](#) on Mon, 21 May 2007 05:21:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallöchen,

nein, Euphorie ist sicher nicht gut, aber ich denke, dass so ein bisschen Hoffnung nie schlecht ist. Endlich mal wieder etwas, was einem so ein bisschen Mut macht und Halt gibt. Und Zuversicht, sei sie noch so klein, hat mir immer geholfen über schlimmere Depressionen hinwegzukommen.

Liebe Grüße
Heike

Subject: Re: ... bald, bald, ist es soweit !!!
Posted by [haki68](#) on Mon, 21 May 2007 05:34:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Angela,

leider habe ich bei meinen Ärzten keine tollen Erfahrungen gemacht. Du weißt ja, wenn etwas nicht genau den Richtlinien der Schulmedizin entspricht und in Richtung Naturheilverfahren geht, stellen sich die meisten Ärzte stur. Bei meinem Hautarzt bin ich völlig auf taube Ohren gestoßen und auch in der Uni-Hautklinik in Köln. Da hieß es immer nur: Cortison, Cortison, Cortison! Nicht nur als Tinktur, sondern zuletzt auch in Tablettenform. Leider waren die Nebenwirkungen krass. Mein Hausarzt (der mich jetzt behandelt) ist zum Glück nicht ganz so verbissen. Bei dem habe ich wenigstens nach der Blutuntersuchung ein Privat-Rezept bekommen.

Vielleicht hast du mehr Glück bei deiner Auswahl.

Ich nehme Selen, auch wenn mein Arzt nicht so richtig dran glaubt. Bezahlen muss ich es sowieso.

Wie Anais schon geschrieben hat, du kannst damit nichts falsch machen, weil das Selen, was der Körper nicht verwertet, sofort wieder ausgeschieden wird und ansonsten hat es noch viele andere tolle Nebenwirkungen (z. B. senkt die Infektanfälligkeit und das Krebsrisiko).

Deshalb ist mir es diesen Versuch auf jeden Fall wert.

Viele liebe Grüße

Heike
