
Subject: Selenase

Posted by [Moni K.](#) on Mon, 04 Jun 2007 06:02:48 GMT

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

Hallo,

vielen Dank für den umfassenden Beitrag über Natriumselenit.

Ich habe mich dazu entschlossen ohne vorherige Blutabnahme (ich weiss nicht wer mir das Blut abnehmen soll, zu den Arzthelferinnen meines Arztes habe ich keinen besonders innigen Kontakt) Natriumselenit einzunehmen. Es können ja lt. dem Beitrag über Natriumselenit keine Überdosierungen entstehen. Also kann es ja nur positiven Erfolg herbeiführen! Wenn es meinen Haaren leider nichts bringen sollte, ist es ja auch gut für das allg. Immunsystem. Was haltet ihr von meinem Vorhaben?

Ich bestelle meine Medikamente immer übers Internet, dort würden 100 St. Selenase AP Tabletten von Biosyn 19,41 euro kosten. Hat jemand einen günstigeren Anbieter?

LG

Moni

Subject: Re: Selenase

Posted by [haki68](#) on Mon, 04 Jun 2007 08:08:22 GMT

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

Hallo Moni,

ich kann das fehlende Vertrauen in deinen Arzt recht gut verstehen. Trotzdem finde ich du solltest dir vorher deinen Seelenspiegel messen lassen.

Grund: Du weist ja gar nicht ob die Dosis Selenit, die du einnimmst hoch genug ist. Frag mal Anais. Die Tabletten haben eine viel geringere Wirkung als die flüssige Form von Selenit. Es könnte ja auch sein, dass dein Wert unter 90 liegt. Dann bekommst du Selenit auch von der Kasse bezahlt.

Außerdem wird dein Arzt dir sicherlich nicht den Kopf abreißen, wenn du um einen Test bittest. Schließlich belastet das ja nicht sein Portemonnaie.

Also fordere besser bei Biosyn das Testset an und dann ab zum Arzt.

Übrigens gibt es über die Internet Apotheke: www.versandapotheke.de ein günstigeres Produkt

Cefasel 100 nutri selen 100St. für € 18,33

Viele Grüße

Heike

Subject: Re: Selenase

Posted by [Moni K.](#) on Mon, 04 Jun 2007 08:35:08 GMT

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

Hallo Anke,

danke für deine schnelle Stellungnahme.
War gerade auf der Seite von Biosyn.
Wo kann ich denn dort dieses Testset bestellen?
Finde es gar nicht???? Vielleicht bin ich ja heute
etwas "blind"?
LG
Moni

Subject: Re: Selenase
Posted by [haki68](#) on Mon, 04 Jun 2007 08:51:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Moni,

einfach eine formlose e-Mail an Biosyn mit der Bitte um Übersendung eines Testsets für eine Selenspiegelmessung. Das reicht. Dann mit diesem Testset zum Arzt. Vielleicht hast du Glück und die Arzthelferin nimmt dir direkt Blut ab. Ich musste erst zum Arzt rein (war aber auch nicht schlimm). Dann schickst "DU" das Blut an Biosyn zurück und bekommst innerhalb weniger Tage eine Rechnung und das Ergebnis. Bei mir kam erst die Rechnung und das Testergebnis haben sie an den Arzt geschickt.

Nur Mut!!!! Ich hatte zuerst auch Hemmungen zum Arzt zu gehen. Jetzt bin ich froh, dass ich das Ergebnis habe und weiß wo ich dran bin.

Viele Grüße
Heike (nicht Anke)

Subject: Re: Selenase
Posted by [Moni K.](#) on Mon, 04 Jun 2007 08:59:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo HEIKE,
danke !!!!!!!!

Ich werde mich dann doch mal um das Testset bei Biosyn bemühen und dann meinen Hautarzt damit beglücken!!!

Schönen Tag
LG
Moni

Subject: Re: Selenase
Posted by [haki68](#) on Mon, 04 Jun 2007 09:05:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Moni,

kleiner Tipp noch von mir: Erzähle deiner Ärztin von diesem Forum hier und den Erfahrungen von denen Betroffene hier schreiben. Es könnte ja sein, dass sie Interesse zeigt. Bei mir war das jedenfalls so und jetzt hängt sich mein Arzt richtig rein und ist richtig ehrgeizig geworden.

Gruß Heike

Subject: Re: Selenase
Posted by [123456789](#) on Mon, 04 Jun 2007 13:14:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Moni,
Slenase AP ist zu niedrig dosiert.(unter 50 µg)
MAche bitte vorher den Test. Bei Werten unter 100 darf Natriumselenit auf Kassenrezept verordnet werden. Sobald du deinen Spiegel kennst psote ihn hier. Ich sage dir dann wieviel du nehmen nusst. LG Anais

Subject: Re: Selenase
Posted by [Moni K.](#) on Mon, 04 Jun 2007 15:34:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Anais,
habe den Test bei Biosyn bestellt!!!
Sobald ich das Ergebnis habe, stelle ich es ins Forum!
Danke
LG
Moni

Subject: Re: Selenase
Posted by [alphaxx](#) on Mon, 11 Jun 2007 16:04:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Moni, will mal verallgemeinern, hallo Natriumselenit -Überzeugte. Ich möchte folgendes klar sagen: Ob Selen das geeignete Mittel ist wage ich zu bezweifeln, ganz gewiss nicht generell. Selenit ist bei einigen Erkrankungen sehr bedeutsam, z.B. bei Krebserkrankungen.Es ist auch zu empfehlen bei Rauchern, erhöhtem Arzneimittelkonsum, nach OPs und einseitiger Ernährung uam. Aber: es ist ein Gift und im Übermaß genommen gefährlich. Auch wär mir der Preis nicht so wichtig, wenn ich eine ordentliche Beratung erhalte. Exakte Dosierung.Da kenne ich jemanden Seriöses. Ich könnte es auch mitteilen, nach Rücksprache.

Mein Rat wäre erst einmal den Körper zu entgiften und dann nach Möglichkeiten suchen. Der Mensch kann von zuviel Chemie - Arzneimitteln etc.- krank werden. Besser sind meines Erachtes bestimmte Fettsäuren, Vitamine usw.. Am besten nach der Entgiftung. Bei Interesse noch mal anfragen.

Es grüßt alphaxx

Subject: an Alphaxx Richtigstellung

Posted by [123456789](#) on Mon, 11 Jun 2007 17:09:20 GMT

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

hallo Alphaxx,

natriumselenit ist weder ein Gift noch im Übermaß gefährlich. Da scheinst du leider eine Fehlinfo zu haben. Bitte informiere dich da nochmals genau.

Außerdem haben alle, die hier Natriumselenit nehmen ihren Selenspiegel vorher gemessen. Bei Menschen mit Autoimmunerkrankungen ist ein deutlich höherer Bedarf vorhanden, die Normspiegel gelten immer für Gesunde. Natriumselenit ist ein Salz und alles was der Körper nicht braucht wird binnen 24 Std. wieder ausgeschieden.

Selen ist im übrigen ein essentielles Spurenelement und in jeder Zelle unseres Körpers vorhanden.

Unserem Tierfutter wird schon seit den 70iger Jahren Natriumselenit zugesetzt, da Deutschland ein absolutes Selenmangelgebiet ist.

Also bitte keine Panikmache hier. Ich denke, dass du Selen als Gift einordnest, weil es im Periodensystem bei den Schwermetallen steht, oder liege ich da falsch?

LG Anais

Subject: Re: Selenase

Posted by [Claudia48](#) on Mon, 11 Jun 2007 17:25:58 GMT

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

Hallo Anais,

ich war heute bei meiner Ärztin, um mir wieder ein Rezept für Selenase zu holen. Ich habe es auch bekommen, aber das war wohl das letzte Mal, denn sie ist ganz anderer Meinung als du. Sie sagte mir fast das Gleiche, wie es alphaxx oben geschrieben hat, diese hohe Dosierung auf Dauer kann sehr gefährlich sein und auf keinen Fall wird es binnen 24 Stunden wieder ausgeschieden. In ihrem Labor wäre der mittlere Wert 94 bis 105 und diese Werte wären in jedem Labor anders. Sie richtet sich nach ihren Laborwerten und würde es nicht mitmachen, dass ich einen höheren Selenwert als 105 habe. Im August soll ich meinen Selenwert im Vollblut nochmal überprüfen lassen und wenn der höher als 105 wäre, würde ich kein Rezept mehr von ihr bekommen, sie würde die Verantwortung nicht übernehmen.

Gruß Claudia

Subject: Re: Selenase

Posted by [123456789](#) on Tue, 12 Jun 2007 11:01:12 GMT

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

Hallo Claudia,

dann ist deine Ärztin genau so fehlinformiert. Aber das wusstest du ja eh schon.

Viele menschen denken, dass Selen toxisch ist und ein Schwermetall ist, da es im Periodensystem dort steht.

Das ist aber definitiv falsch wenn es um das Salz: natriumselenit geht, es wird innerhalb 24 Std. wieder ausgeschieden und lagert sich nicht ein, es bilden sich keine depots. Etwas anderes gilt

für Selenhefe verbindungen. Dazu hatte ich aber schon was geschrieben.
LG Anais

Subject: Re: an Alphaxx Richtigstellung
Posted by [alphaxx](#) on Mon, 18 Jun 2007 09:56:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,
ein letztes Mal zu diesem Permanet-Thema. Selen ist sicher ein ganz wichtiges Element für den Organismus. Eine Mangelsituation kann im übrigen nur schwerlich nachgewiesen werden. Die Tests sind alle unzureichend bzw. unsicher. Bei Mangel ist es erst wirksam ab Dosen von 300µg mehrmals täglich. Eine chronische toxische Überdosierung zeigt sich u.a.durch knoblauchähnlichen Geruch, Übelkeit und Haarausfall. Selen ist wichtig für vielerlei enzymatische Reaktionen im Körper. Als Natriumselenit sollte es nicht mit Vitamin C zusammen genommen werden, sonst fällt es aus und ist recht hinderlich und nicht verwertbar. Natürlicherweise kommt es in Leber, Fisch, Eigelb usw. vor. Daher auch die Anreicherung im Tierfutter. Viel Spaß bei eurer Diskussion.
alphaxx

Subject: Re: Selenase
Posted by [Claudia48](#) on Mon, 18 Jun 2007 12:07:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo alphaxx,
da du ja hier die Diskussion über Selen genau verfolgst und du auch deine Meinung dazu geschrieben hast, würde mich mal interessieren, ob du auch von AA betroffen bist und woher du deine Kenntnisse nimmst, bist du Arzt?
Durch Anais, der durch die Seleneinnahme die Haare wieder gewachsen sind, wurden wir ja hier im Forum erst angeregt, es mit Selen auch einmal zu probieren. Leider wird sich wohl kein Arzt finden, der soviel Selen verschreibt, dass man täglich mehrmals eine Tablette einnehmen kann. Also bringt es deiner Meinung nach überhaupt nichts, täglich 1 oder 2 Tabletten mit 300µg einzunehmen, das ist zu wenig?
Gruß Claudia

Subject: Re: Selenase
Posted by [Krater](#) on Mon, 18 Jun 2007 12:27:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo Claudia,
nach Durchsicht des Forums scheint es so zu sein, dass, wenn man sich an Anais Dosierungsempfehlungen hält, man seinen Selenspiegel über 130mc/L bringt. Also sollte die Dosierung schon mal stimmen - es sei denn, die Leute lügen, aber warum sollten sie? Man sollte ja sowieso nach 4-6 Wochen eine Selen-Bestimmung zur kontrolle durchführen lassen. Dann kann man ja die Einnahme weiter justieren.

hallo alphaxx,
was die Unsicherheit der Bestimmung betrifft, hätte ich gerne eine Standardabweichung/Varianz gewußt. Die bloße Behauptung, die Bestimmung sei unsicher, ist ein bisschen dünn.

Viele Grüße,
Frank

Subject: Re: an Alphaxx Richtigstellung
Posted by [123456789](#) on Mon, 18 Jun 2007 13:02:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

natürlich kann ein Mangel nachgewiesen werden. das wird in jedem zertifiziertem labor gemacht. Auf der Intensivstation ist das sogar die Regel.(am besten nicht im Serum, sondern im Vollblut, da hier oft schon ein Mangel zu sehen ist, wenn die Serumwerte noch normal scheinen)
Zum Thema Überdosierung hast du Recht. das erste Anzeichen einer Überdosierung ist ein knoblauchartiger Geruch. Die Dosen, die man dann einnehmen muss liegen auf Dauer aber über 1000 µg und dann müsste man auch gesund sein und eine Überdosierung kann man leicht an seinen Blutwerten erkennen,
Selen muss man im Übrigen nur 1 x täglich einnehmen, am besten Morgens, da man tagsüber mehr selen verbraucht. Bei dem salz Natriumselenit ist es so, dass auch innerhalb von 24 Stunden, alles was der Körper nicht braucht wieder über den Urin ausgeschieden wird.
Vitamin C und Natriumselenit nicht gleichzeitig einnehemn(Abstand min. 30 min.) da es sich in der Wkg. gegenseitig aufhebt. Das ist völlig richtig.
LG

Subject: Re: Selenase
Posted by [Claudia48](#) on Mon, 18 Jun 2007 13:25:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Krater,
man muss erst mal auf einen Wert von 130 kommen, das ist nicht so einfach, da reichen wohl auch 2 Tabletten nicht aus. Anais nimmt das Selen auch in flüssiger Form ein und das ist wohl noch wirksamer als Tabletten. Da Anais wohl ein Einzelfall ist, der die Haare mit Selen gewachsen sind, kann es natürlich auch Zufall sein und sie wären vielleicht auch ohne Selen wieder gewachsen. Ich bin mittlerweile etwas skeptisch geworden, denn nach 5 Monaten Seleneinnahme ist mir noch nicht ein einziges Haar gewachsen. Aber vielleicht ist es ja nur bei mir so und bei den anderen wirkt es, die Person sollte sich mal hier melden!

@Anais, meine Ärztin hat sich wohl auch genauer über Selen informiert. Sie bestreitet u.a. energisch, dass das überflüssige Selen wieder abgebaut wird, das wäre einfach nicht wahr.

Gruß Claudia

Subject: Re: Selenase

Posted by [Krater](#) on Mon, 18 Jun 2007 14:22:52 GMT

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

Hi Claudia,

Ohne jetzt Anais vorgreifen zu wollen:

Du schreibst selbst, dass es gar nicht so einfach ist auf eine Konzentration von 130 mcg/L zu kommen. Das spricht gegen eine Akkumulation, da in dem Fall die Konzentration mit der Zeit ansteigen sollte. Wenn es sich aber nicht akkumuliert, muss es ja irgendwohin. Am wahrscheinlichsten ist, dass es ausgeschieden wird, da es ja auch gut wasserlöslich ist. Ich gehe übrigens auch stark davon aus, dass das wissenschaftl. belegt ist. Vielleicht kann Anais was dazu schreiben.

Kannst Du diese Ärztin demnächst mal nach Belegen für ihre Annahme, dass dem nicht so ist, fragen? Falls sie über Veröffentlichungen verfügt, würde mich das natürlich auch interessieren, da ich selbst ab demnächst Selen einnehmen möchte.

Ich gehe nicht davon aus, dass bei jedem unter Selen die Haare wachsen. Wie bei allem anderen auch, wird es nur einem Teil helfen. Vielleicht hilft Dir ja was anderes besser. Jedenfalls denke ich nicht, dass Du Dir mit der Seleneinnahme schaden kannst.

Lieben Gruß,
Frank

Subject: Re: Selenase

Posted by [Claudia48](#) on Mon, 18 Jun 2007 14:40:06 GMT

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

@Krater,

ich weiß nicht, wo sich meine Ärztin informiert, wahrscheinlich im Internet oder bei anderen Ärzten. Ich kann sie ja nicht zwingen, mir Selen zu verschreiben, wenn sie der festen Überzeugung ist, dass es gesundheitsschädlich ist. Und wenn dann eine Patientin wie ich ihre Aussagen anzweifelt, dann lässt sie sich auf keine Diskussion ein. Und wenn sie mich fragt, wo ich mein "Wissen" her habe und ich kann nur berichten, dass das eine Mitbetroffene im Forum geschrieben hat, dann ist das ja wohl für sie nicht sehr aussagekräftig, das kann ich auch verstehen. Ich gehe erst wieder in 2 Monaten zu ihr und dann wird sie auch meine Selenwerte messen. Ich werde dann vielleicht mal auf die Suche nach einem Arzt gehen, der sich mehr mit AA und Selen auskennt!

Gruß Claudia

Subject: Re: Selenase

Posted by [123456789](#) on Mon, 18 Jun 2007 16:03:40 GMT

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

Hallo Frank,

ich habe bei biosyn im wissenschaftlichen Außendienst gearbeitet, daher mein Wissen. Ich gehe auch nicht davon aus, dass bei jedem unter Selen die Haare wieder wachsen, aber es ist eine relativ große Chance.

Erklärt sich halt einfach aus dem Wirkprinzip und dadurch lässt auch die Theorie erklären, dass bei den meisten unter Stress mehr Haare fallen (Unter Stress wird mehr Selen verbraucht und dadurch entsteht ein Selenmangel) Das sich bei Claudia so gar nichts tut ist sehr schade. Aber eins kann ich versichern, auch wenn die Haare nicht wachsen, Schaden tut Selen auf jeden Fall nicht, ganz im Gegenteil, es ist eben essentiell für alle unsere Zellen und hat obendrein einen krebspräventiven Effekt.

Und Claudia versuche es bitte noch 3 - 6 Monate weiter.

Es gibt viele Studien zu Selen, auch einige klinische. Die Ergebnisse sind gerade in der Intensivmedizin sehr vielversprechend.

Natriumselenit kumuliert nicht. Es wird (ein Salz) wieder ausgeschieden. Ob es dazu auch Studien gibt weiß ich nicht. Aber wenn man einige Wochen kein Selen genommen hat, ist der Selen Spiegel leider wieder genau so weit unten, wie er vor der Selenaufnahme war.

Vielleicht könnte ja dazu jemand mal bei biosyn eine Anfrage starten. Meine Info hierzu ist nur, das alles was der Körper nicht braucht innerhalb 24 Stunden ausgeschieden wird, so stehts in allen Unterlagen.

Übrigens gelten alle Infos nur für Natriumselenit, nicht für Selenhefe, die kumuliert und lagert sich unspezifisch ab. Ich gehe davon aus, das Claudias Arzt diesen Unterschied nicht kalr ist.

Herzliche Grüße Anais

Subject: Re: Selenase

Posted by [Baldhead](#) on Mon, 18 Jun 2007 16:09:16 GMT

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

Claudia48 schrieb am Mon, 18 Juni 2007 15:25 Hallo Aber vielleicht ist es ja nur bei mir so und bei den anderen wirkt es, die Person sollte sich mal hier melden!

Melde mich hiermit gehorsamst.

Habe mittels Natriumselenit - wie auch nachzulesen in unserem dazu zusammengestellten Übersichts-Thread - seit November 2006 etwa 60-70% meiner Haare sowie alle Wimpern wieder bekommen. Die verbleibenden Lücken auf dem Kopf schließen sich nach und nach, so dass ich davon ausgehe, dass ich über die kommenden Monate eine relativ vollständige Wiederbehaarung erreichen kann.

Grüße

Baldhead

P.S. Ich nehme derzeit 1 Tab. selenase pro Tag und habe damit meinen Selenspiegel von 86 auf 147 erhöhen können.

Subject: Re: Selenase
Posted by [Claudia48](#) on Mon, 18 Jun 2007 16:29:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Anais, natürlich mach ich weiter, so lange es geht. Mit meiner Ärztin komme ich da wohl nicht weiter, aber ich habe ja noch Tabletten und danach werde ich bei einem anderen Arzt mein Glück versuchen!

@Baldhead, schön, dass bei dir durch Selen die Haare wieder wachsen. Hattest du auch AA universalis und wieviele Jahre?

Gruß Claudia

Subject: Re: Selenase
Posted by [Heike36](#) on Mon, 18 Jun 2007 16:30:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Baldhead,

und wie lange hattest du nochmal das Selen eingenommen, bis die ersten Härchen gewachsen sind? Bei Anais hatte es ja auch einige Zeit gedauert. Man muß wohl auch bisschen Geduld haben.

Gruß Heike36

Subject: Re: Selenase
Posted by [Baldhead](#) on Mon, 18 Jun 2007 21:42:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Claudia48:

Seit 1999 AA vom Ophiasis-Typ, seit Februar 2007 AA Universalis.

@Heike36:

Ich hab im November mit der Einnahme begonnen und im Februar wuchsen erste Haare. Ich hatte wohl Glück, dass der Selenspiegel schon mit einer Tablette gleich optimal war. Anais musste erst ein bisschen rumprobieren, das hat Zeit gekostet.

Grüße

Baldhead

Subject: Re: Selenase

Posted by [Claudia48](#) on Tue, 19 Jun 2007 14:10:25 GMT

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

Hallo Baldhead,

bei dir ist der Krankheitsverlauf ganz anders als bei mir. Du schreibst, dass du seit Februar 2007 AA universalis hast und im Februar die ersten Haare gewachsen sind. Also sind alle deine Haare ausgegangen und sofort wieder nachgewachsen.

Bei mir war es wie folgt: Im Herbst 2003 bekam ich oben auf dem Kopf eine kahle Stelle, die in den folgenden Wochen immer größer wurde. Bis Februar 2004 konnte ich die Stelle noch mit meinem Haar abdecken, aber dann sind mir ab Mitte Februar 2004 innerhalb von 2 Wochen alle Haare auf dem Kopf ausgegangen und in ein paar Wochen danach alle anderen Körperhaare. Seitdem ist kein einziges Haar mehr bei mir gewachsen, auch jetzt nicht, wo ich seit Januar Selen einnehme. Ich nehme aber weiterhin Selenase ein und warte ab, was in ein paar Monaten ist!
Gruß Claudia
