
Subject: Frage zu Selen

Posted by [Christin_38](#) on Fri, 22 Jun 2007 07:52:21 GMT

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

Hallo,

darf man Eisentabletten zusammen mit Selen einnehmen, oder behindern sie sich in der Wirkung.
Für Antwort wäre ich dankbar.

Liebe Grüße Christin

Subject: Re: Frage zu Selen

Posted by [123456789](#) on Fri, 22 Jun 2007 15:01:43 GMT

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

Darf man.

Aber Eisen ist glaube ich oftmals mit Vitamin C kombiniert, deshalb lieber min. mit 30 min
Abstand einnehmen. Problem könnte nur sein, wenn die Eisentablette viel Vitamin C enthält
und das als Depot abgegeben wird.

Subject: Re: Frage zu Selen

Posted by [Tatzl](#) on Fri, 22 Jun 2007 15:36:55 GMT

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

Hallo Christin,

das ist wirklich interessant. Du bist nun schon die dritte die auch Eisentabletten nehmen muss. Ich
habe nämlich auch Eisenmangel und habe bis jetzt immer die Selentabletten und Eisentabletten
gleichzeitig genommen.

Ich weiß irgendwie nie einen Zeitpunkt die Selentabletten zu nehmen. Früh ist immer schlecht,
da ess ich meistens Joghurt und da ist ja auch Vitamin C drin.

LG

Subject: Re: Frage zu Selen

Posted by [Krater](#) on Fri, 22 Jun 2007 22:02:04 GMT

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

Hallo Tatzl,

bezüglich Eisenmangel:

Eine Zöliakie kann sich als Eisenmangelanämie zeigen ohne weitere Symptome wie Durchfall
etc. hervorzurufen. Falls Du das abklären möchtest (würde ich Dir sehr empfehlen) musst Du
serotologisch mindestens untersuchen lassen:

1. AGA IgA und IgG (Gliadin-Antikörper)
2. EMA IgA (Endomysium-Antikörper)

außerdem sehr hilfreich sind:

3. tTG-A (Gewebsstransglutaminase-Antikörper, IgA)
4. Gesamt IgA, da nicht selten (ich glaube in 10% der Fälle) ein IGA-Mangel vorliegt und die spez. IgA in Beziehung zum ges. IgA gesetzt werden sollten.

Gliadin-AK alleine reichen nicht aus.

Beste Grüße,
Frank

Subject: Re: Frage zu Selen
Posted by [Krater](#) on Fri, 22 Jun 2007 22:05:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ach ja: Falls Du das abklären möchtest solltest Du nicht auf die Idee kommen, Dich schonmal glutenfrei zu ernähren. Damit würdest Du nur die Diagnostik erschweren. Lieber mal ein Brötchen mehr essen...

Subject: Re: Frage zu Selen
Posted by [Tatzl](#) on Sat, 23 Jun 2007 20:15:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Krater,

vielen lieben Dank für deine Info!! Davon hatte ich ja noch nie gehört! Werde ich wohl mal genauer untersuchen lassen.

Subject: Re: Frage zu Selen
Posted by [Andrea22](#) on Sun, 24 Jun 2007 08:48:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Huhu an alle!

Also mein Testergebnis ist schon da *freu*, mein Selenitspiegel liegt bei 93,1. Referenzbereich ist 100-140 als Gesunder Mensch.

Es wird *trommelwirbel* Selenase empfohlen
Ich habe übrigens trotz allem nun mit DCP angefangen, ich schau mal wie es sich entwickelt.
Die neue Ärztin wo ich nun bin (als Kassenpatient-Wanderpokal) steht selen sehr positiv gegenüber. Sie kennt die Firma Biosyn und empfiehlt die vielen Patienten, weil dort testen

billiger ist als über die Privatambulanz *g*

Auch will sie sich nochmal um meinen Eisen- und Zink-Haushalt kümmern.

Da ja grad die Diskussion aufkommt weiter oben, wie komme ich nun am schnellsten an die Produkte?

Gruß Andrea

Subject: Re: Frage zu Selen

Posted by [123456789](#) on Sun, 24 Jun 2007 10:31:53 GMT

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

Hallo Andrea,

da dein Selenspiegel zu niedrig ist darf deine Ärztin dir Selenase auf kassenrp. verordnen. Ich würde mit 1 - 2 Selenase 300 Tbl 1 x täglich morgens starten. Lass dir 100 Stück davon verordnen.

Schön, dass sie Selen positiv gegenüber steht.

Den Zinkspiegel brauchst du nicht bestimmen lassen, da er so gut wie nie zu niedrig ist. Falls du es trotzdem möchtest(rufe bei biosyn an und frage ob sie es noch aus dem vorhandenen blut machen können. Aber lass dir vorher den Preis für die Bestimmung sagen.

Eisenspiegel wird ganz normal in der Arztpraxis bestimmt(Kosten trägt die KK).

Den Selenspiegel lasse dann nach ca. 4 - 6 Wochen Seleneinnahme erneut bestimmen. Denke daran, dass du 24 Std. vorher kein Selen nehmen solltest.

Viel Glück ANais

Subject: Re: Frage zu Selen

Posted by [Flintella](#) on Mon, 25 Jun 2007 10:11:34 GMT

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

Hallo, bin relativ neu hier.

abe seit ca 3 Jahren AA universalis.

Hast du Deine Ärztin selbst darum gebeten den Selenspiegel abzunehmen?

Ich denke nicht dass es jemals bei mir untersucht wurde

Subject: Re: Frage zu Selen

Posted by [Krater](#) on Mon, 25 Jun 2007 23:51:32 GMT

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

Hallo Flintella,

die Selenbestimmung ist keine Standarduntersuchung bei AA. Wenn Du das machen möchtest, solltest Du eine Selenbestimmung im Vollblut und nicht im Serum durchführen lassen. Am einfachsten und kostengünstigsten ist es, eine formlose Email an Biosyn (www.biosyn.de) zu schicken - mit der Bitte um ein Blutabnahme-Set.

Dann kannst Du Dir von Deinem Arzt in das betreffende Röhrchen Blut abnehmen lassen und

zum Biosyn-ServiceLabor schicken. Das ganze kostet 9,50 Euro.

Beste Grüße,
Frank
