
Subject: Frage wegen Selen

Posted by [Christin_38](#) on Fri, 13 Jul 2007 13:10:03 GMT

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

Hallo,

habe nur mal eine Frage. Hab meinen Selenwert im Vollblut testen lassen, war bei 100. Habe dann ca. 8 Wochen Selenase 100 peroral =
2 x Trinkampulle mit 2 ml Lösung genommen (hat mein Arzt nur auf Privatrezept gemacht). Mein Wert ist jetzt im Vollblut 138. Soll ich nun die Dosierung so beibehalten oder z.B. auf eine Trinkampulle reduzieren. Mein Arzt meint jetzt auf jeden Fall reduzieren, aber wenn ich das alles hier im Forum richtig verstanden habe, sollte man doch die Dosierung beibehalten. Bin nun etwas ratlos. Für Hilfe wäre ich dankbar.

Grüße Christin

Subject: Re: Frage wegen Selen

Posted by [123456789](#) on Fri, 13 Jul 2007 16:33:04 GMT

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

Hallo Christin,

super dein Wert. Behalte die Dosierung bei. Der Wert ist optimal.

Wenn es dir richtig gut geht(z. B. weil du Urlaub hast und keinerlei Stress hast) könntest du reduzieren. Ich würde dann einen Tag 2 Ampullen nehmen und den nächsten 1. Also immer abwechselnd. Eine wäre sicherlich zu wenig. Überprüfe den Wert nochmals in ca. 3 Monaten. Viel Erfolg.

Liebe Grüße Anais

Subject: Re: Frage wegen Selen

Posted by [123456789](#) on Fri, 13 Jul 2007 16:37:06 GMT

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

Hallo nochmal,

du tust dir auch falls deine Haare nicht sprießen sollen einen Riesengefallen mit dem Selen. Werte über 135 sind krebspräventiv. dein Immunsystem wird es dir danken. Falls dir die flüssige Form auf Dauer zu teuer wir, könntest du es statt dessen auch mit 1 Tbl 300 Selenase oder Cefasel probieren.

Ist günstiger, aber halt nicht so gut verfügbar. Aber da deine Dosierung mit 2 Ampullen optimal ist, könnte es sein, dass dir die 300 Tbl. auch gerade so reicht.

LG Anais
