
Subject: @Anais wegen Selendosierung
Posted by [dacat](#) on Wed, 12 Sep 2007 07:59:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hey Anais,
ich leide auch unter AA. habe heute meine selenwert von biosyn erhalten und er liegt bei 115,4.
lohnt es sich für mich selen einzunehmen und wenn ja, welche dosierung?
was bedeutet eigentlich die einheit des selenwerts?
dankeschön!

Subject: Re: @Anais wegen Selendosierung
Posted by [123456789](#) on Wed, 12 Sep 2007 11:17:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,
auch wenn dein Selenspiegel im Normbereich für Gesunde!! liegt lohnt sich sicherlich ein Versuch mit Selen. Denn bei Patienten mit Erkrankungen wie z. B. Autoimmunerkrankungen sollte er über 135 liegen(also im oberen Normbereich). Meine Haare sind erst gewachsen, als der Spiegel über 130 lag.
Ich würde es auf einen Versuch ankommen lassen und Natriumselenit einnehmen. Optimale Dosierung wäre für dich 1 Trinkampulle mit 100 µg Selenase 100. Du müsstest dir allerdings ein Privatrp. aufschreiben lassen. 90 St. z. B. für 3 Monate.
Ich würde dann in ca. 6 Wochen eine erneute Konrolle machen und ich hoffe für dich,d ass er dann über 135 liegt.Alternativ könntest du auch eine 300er Tbl/Tag nehmen.
Viele Grüße Anais
