

---

Subject: Dosierung Selen?!

Posted by [angela](#) on Thu, 14 Feb 2008 08:22:14 GMT

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

---

Hallo an alle die Selen nehmen,

da mein Mann 2002 eine Krebsbehandlung hatte, hat er auf meinen Hinweis im Sommer seinen Selenspiegel bestimmen lassen (Vollblut). Der Wert war bei ca. 89. Er bekam 5 Ampullen "Seleject" (Wirkstoff Selen als Natriumselenit-Pentahydrat enthält 50µg reines Selen) gespritzt. Danach und bis jetzt hat er Selenhefe-Tabletten genommen (auch Selengehalt 50µg). Ich konnte mir nach Anais Dosierempfehlung nicht vorstellen, dass diese niedrige Dosierung etwas bringen soll. Aber trotzdem ist der Wert gestiegen und liegt jetzt bei 111. Das ist zwar noch nicht genug, aber die Richtung stimmt.

Vielleicht ist das doch ein Hinweis, das man auch mit niedrigen Dosen, die auch weniger kosten, auf Dauer etwas erreichen kann.

Oder interpretiere ich das falsch?

Freue mich auf Reaktionen

Angela

---

---

Subject: Re: Dosierung Selen?!

Posted by [123456789](#) on Thu, 14 Feb 2008 18:23:18 GMT

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

---

111 ist natürlich besser als 89, aber optimal wäre über 135. Abraten kann ich nur davon auf Dauer Selenhefe einzunehmen, da dies sich unspezif. im Körper ablagert. Vom Natriumselenit nimmt sich der Körper nur das was er braucht, der Rest wird über die Nieren ausgeschieden. Ich würde euch empfehlen statt dessen täglich 2 Trinkampullen Selenase 100 einzunehmen odwer 1 Tbl mit 300 µg. das kann man sich leisten. Ihr braucht allerdings ein Kassen- oder Privatzept. In der Regel wird es bei der Diagnose Krebs von der Kassen ohne Anstand erstattet, da hinlänglich bekannt ist, dass Krebspatienten einen Selenmangel haben. Selenhefe wird aber nie erstattet. Ich hoffe, dass euch das weiterhilft. LG Anais

---

---

Subject: Re: Dosierung Selen?!

Posted by [miffy](#) on Sat, 16 Feb 2008 10:23:09 GMT

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

---

Hallo Angela,

mein Selenwetr lag anfang Dezember bei 0,39 (Im Vollblut gemessen.). Erstmal hab ich dann angefangen regelmäßig 2 Trinkampullen Selenase zu nehmen. Mir wurde das zum Glück als Kassenrezept verordnet.

Und Ende Januar lag der Wert dann bei 0,8. Und das nur mit 2 Trinkampullen Selenase.

Liebe Grüße,

miffy

---