
Subject: Hallo und Paranüsse
Posted by [Conni36](#) on Mon, 25 Feb 2008 18:32:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo, ich bin neu und möchte mich vorstellen. Ich bin 36 Jahre und habe seit 7 Jahren kreisrunden Haarausfall. Es ist ein ziemliches Auf und ab, wie wohl beiden meisten hier. Im Moment ist es relativ gut, und ich habe neue Hoffnung geschöpft. Seit Herbst letzten Jahres habe ich einen Hautarzt gefunden, der sich mit meiner/ unserer Erkrankung wohl etwas besser auskennt als der Durchschnitt. Zumindest hat er bei mir gleich zu Beginn eine Untersuchung auf Zink und Selen im Vollblut durchgeführt, und noch einige andere Werte. Beide waren niedrig, Selen lag bei 67. Am Anfang hatte er mir Cefasel aufgeschrieben, vor 3 Wochen war der Wert dann bei 140. Jetzt bekomme ich keine Tabletten mehr, sondern soll jeden Tag 1-2 Paranüsse essen, die wohl auch ziemlich viel Selen enthalten. Außerdem hat er mir bestimmte Aminosäuren und Vitamine verordnet. Auch ein homöopathisches Medikament habe ich bekommen. Was davon jetzt wie und ob überhaupt wirkt weiß ich nicht, aber bei mir geht es seit Anfang des Jahres aufwärts, mit den Haaren und meiner Laune.

Habt Ihr schon mal was gehört von Selen in der Paranaß? Mit den Aminosäuren, aus denen ja Eiweiß gebildet wird und somit auch Haare, wachsen auf jeden Fall auch meine Fingernägel wie blöd.

Liebe Grüße an alle
Eure neue Conni

Subject: Re: Hallo und Paranüsse
Posted by [123456789](#) on Mon, 25 Feb 2008 18:50:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Paranüsse enthalten wirklich sehr viel Selen, allerdings das organische. Man weiß nie wieviel man aufnimmt, aber sie sind auf jeden Fall unbedenklicher zu genießen als Selenhefe. Ich würde allerdings an deiner Stelle den Spiegel in einigen Wochen kontrollieren lassen, falls er so bleibt, prima. Ansonsten würde ich weiter Cefasel einnehmen. Hast du deinen Wert im Vollblut im biosyn-Labor messen lassen oder handelt es sich um den Serumwert?

LG Anais

Übrigens, kommt dein Arzt aus Hamburg? Ich kenne nämlich dort auch einen Nuklearmediziner und Schilddrüsenspezialisten, der Paranüsse empfiehlt.

Subject: Re: Hallo und Paranüsse
Posted by [Conni36](#) on Mon, 25 Feb 2008 19:03:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für die schnelle Antwort, deswegen schreibe ich auch gleich mal. Also, es sind Werte aus dem Vollblut, der Arzt hat mir selbst den Unterschied erklärt, der aber beim Zink wohl noch wichtiger ist. Labor weiß ich gerade nicht, kann ich aber nachschauen.

Und es ist ein Hautarzt in Freiburg, relativ jung und hat eine Privatpraxis. Aber ich bin Lehrerin und die Beihilfe bezahlt die Rechnungen. Und die sind moderat, da bin ich wirklich schon anderes gewöhnt.

Viele Grüße Conni
