
Subject: Blutuntersuchung

Posted by [angela](#) on Mon, 29 Dec 2008 14:00:38 GMT

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

Hallo,

vor kurzem war ich bei unserer HNO-Ärztin. Sie empfahl mir verschiedene Blutwerte untersuchen zu lassen, die unter anderem auch bei Haarausfall wichtig sein können. Das sind diese Untersuchungen, mit denen Ärzte ihre Kasse etwas aufpolieren. Trotzdem habe ich mich dazu durchgerungen und diese Werte wurden getestet:

Biotin*

Calcium

Erythrozyten

Haematokrit

Magnesium*

Vitamin B12*

Vitamin B6*

Vitamin E

Zink*

Was ich mit dem Sternchen versehen habe, ist bei mir am unteren Grenzwert bzw. Biotin liegt weit unter dem Grenzwert.

Sie sagte, dass ein Bekannter von ihr auch kreisrunden Haarausfall hatte und bei ihm die gleichen Werte zu niedrig waren. Nun seien ihm die Haare wieder gewachsen - allerdings weiß.

Ich habe jetzt brav alles bestellt was sie mir verordnet hat und werde es ca. 3 Monate nehmen.

Dann wird wieder das Blut untersucht... Ich werde auf jeden Fall berichten. Allerdings erscheint mir das zu einfach und ich glaube nicht wirklich, dass das die Lösung des Problems ist.

Übrigens kenne ich die Ärztin schon viele Jahre und habe auch großes Vertrauen in sie.

Hat jemand hier im Forum diese Werte auch schon mal untersuchen lassen? Das würde mich sehr interessieren.

Liebe Grüße und euch allen Glück und Gesundheit für das neue Jahr

Angela

Subject: Re: Blutuntersuchung

Posted by [123456789](#) on Tue, 30 Dec 2008 06:43:24 GMT

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

hallo angela,

super, dass du diese Spurenelemente/Vitamine hast untersuchen lassen. es ist völlig normal bei aa, dass vitamin b, zink und biotin erniedrigt sind. nur magnesium weiß ich nicht. allerdings hast du das wichtigste nämlich lebenswichtig spurenelement selen vergessen. lass das doch auch noch untersuchen, am besten im vollblut (geht nur im biosyn -labor für ca. 10 €, die anderen labore bestimmen immer nur im serum).

siehe auch alle natriumselenit/selen-Artiikel.

wichtig für deine jetzige medikation: falls du die sachen einzeln nimmst: vitamin b motgens/zink

abends einnehmen

es gibt ein tolles präparat, in dem glabe ich alles (außer selen) enthalten ist: es heißt kryptosan von der firma heck biopharma. ich suche mal nach der zusammensetzung. lg anais

Subject: kryptosan

Posted by [123456789](#) on Tue, 30 Dec 2008 06:45:56 GMT

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

Kryptosan 1 Kps. enthält:

D-Biotin 8,5 µg

Vit B1 hydrochlorid 8,5 mg

Vit B 2 12,5 mg

Vit B6 hydrochlorid 25 mg

Vit B 12 16,5 µg

Vit C ester 100 mg

Zinkgluconat 7,2 mg

Vitamin E acetat 83 mg

Folsäure 50 µg

Magnesiumcitrat 30 mg

ManganII-sulfatmonohydrat 2,75 mg

Vitamin B 3 16, 5mg

Cholinbitartrat 8,5 mg

Chromorotrat 45 µg Chrom

Calciumpanthothenat 5 mg

PABA 4 mg

Myo-inositol 8.5 mg

Klinoptilolith-Zecithin 50 mg

Dosierungsempfehlung 2 x 2 - 4 Kps. morgens und mittags

Subject: Re: Blutuntersuchung
Posted by [angela](#) on Tue, 30 Dec 2008 09:05:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Anais,

herzlichen Dank für deine Mühe.

Selen gehörte nicht in das Paket - kann ich ja aber noch nachholen. Irgendwie habe ich das vergessen. Aber die Ärztin ist auch Selen gegenüber aufgeschlossen. Mein Mann bekam von ihr die Empfehlung es zu nehmen.

Von diesen Kombi-Mitteln hat mir die Ärztin abgeraten, da ich z.B. bei Vitamin E und Calcium am oberen Grenzwert bin bzw. darüber. Außerdem habe ich die Sachen auch schon bestellt.

Liebe Grüße
Angela

Subject: Re: Blutuntersuchung
Posted by [angela](#) on Tue, 15 Sep 2009 08:15:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,

ich muss mich noch mal zu diesem Thema melden.

Wie ich ja schon vor längerem geschrieben habe, habe ich die Mittelchen über einen Zeitraum von ca. 3 Monaten eingenommen. Dann hatte ich erst mal keine Lust auf Arztbesuch. Im August dachte ich es wird doch Zeit kontrollieren zu lassen, ob die Einnahme etwas bewirkt hat.

Nun komme ich gerade aus der HNO-Praxis:

Magnesium, Vitamin B6, B12 sind minimal gesunken!

Zink ist minimal gestiegen, aber immer noch unter dem unteren Referenzwert!

Biotin ist drastisch gesunken (Dezember 137 ng/l jetzt 27,8 ng/l) !!!

Die Ärztin will sich mal schlau machen und mich anrufen. Aber nachdem was ich ergoogelt habe hilft nur fleißig Biotin schlucken.

Vielleicht ist ja hier doch die Wurzel des Übels.

Es wäre schon interessant, wenn es hier noch jemanden gibt, der diese Werte schon mal hat checken lassen.

LG
Angela

Subject: Re: Blutuntersuchung
Posted by [angela](#) on Wed, 16 Sep 2009 10:17:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hat denn noch keiner von euch diese Werte checken lassen?

Wundere mich, dass es keine Kommentare gibt.

LG
Angela

Subject: Re: Blutuntersuchung
Posted by [123456789](#) on Wed, 16 Sep 2009 10:26:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nö, außer Vitamin D, Calcium, Vitamin B, Selen, Zink, Eisen und natürlich Entzündungswerte und Hormone habe ich nichts checken lassen.

LG Anais

Bei mir war übrigens Selen, Vitamin D und Calcium deutlich erniedrigt und Eisen erhöht. Vitamin B war im Blut okay, aber im Urin eine nachgewiesenermaßen Kryptopyrolurie o.s.ä.

Subject: Re: Blutuntersuchung
Posted by [angela](#) on Mon, 26 Oct 2009 16:30:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kurz zur Info:

Biotin soll ich nun 4 Wochen tgl 40mg einnehmen. Vorher hatte ich nur 10mg tgl genommen. Anschließend testet das Labor (kostenlos) den Wert und dann sehen wir weiter. Bin echt gespannt was passiert. Bis das Ergebnis da ist wird es aber Ende November werden.

@Anais - zu Kryptosan

Dieses Präparat hilft mir überhaupt nicht weiter, da ich unengen schlucken müsste um meinen Mangel auszugleichen. Nur als Beispiel: eine Kapsel 30mg Magnesium - ich muss mindestens 300mg nehmen.

Werde wieder berichten, aber es wundert mich schon, dass wohl sonst niemand diese Werte hat testen lassen.

LG
Angela

Subject: Aw: Re: Blutuntersuchung_Biotin
Posted by [angela](#) on Mon, 12 Apr 2010 10:31:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

ich möchte mich doch nach langer Zeit mal wieder melden und berichten wie es mit den Blutwerten weiterging.

Über 4 Wochen habe ich tgl. 40mg Biotin genommen. Die Haare haben sich in der Zeit extrem verändert, sie fühlten sich kräftig und gesund an und habe schön gegläntzt. Auch hatte ich den Eindruck, dass sich auf den kahlen Stellen Flaum bildet - ich war guter Dinge das sich etwas in die richtige Richtung bewegt.

Der kostenlose Test des Labors ergab, dass der Biotinwert in die Höhe geschneilt ist. Die HNO-Ärztin gab mir den Rat in Zukunft 1x jährlich über 3 Monate Biotin einzunehmen. Sie ist leider aus der Praxis ausgeschieden und ist nach Bayern umgesiedelt - für mich also unerreichbar.

Seit Januar habe extrem viel Stress in meinem Job und bin jetzt auch schon zum dritten mal richtig krank - was ich auch die letzten Jahre gar nicht kannte.

Ob durch Stress oder Krankheit weiß ich nicht, aber die Haare sind wieder massenweise gerieselt. An den Schläfen ist es wieder ziemlich kahl und bald weiß ich nicht mehr wo ich die Haare hernehmen soll um die kahlen Stellen zu überdecken.

Jetzt würde mich eigentlich schon der Biotinwert interessieren, aber leider muss ich das ja immer selbst zahlen und für Arztbesuche habe ich im Moment eigentlich auch keine Zeit. Meine Schilddrüse muss ich jetzt wieder checken lassen und werde mir heute evtl. noch die Überweisung beim Hausarzt holen.

Das wars erst mal

LG
ANgela
