

---

Subject: Selenspiegel messen -wann, wie?

Posted by [Lebensfreundin](#) on Tue, 18 Aug 2009 20:36:23 GMT

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

---

Ich habe mir nun von biosyn ein Röhrchen zuschicken lassen. So würde ich gerne morgen mein Blut abnehmen lassen. Meine Frage ist nun, wie ich das mache. Muss ich das Blut morgens abnehmen lassen? Muss ich nüchtern sein? Soll ich vorher meine Selentabletten, die ich zur Zeit nehme einnehmen? Kann ich das auch vor dem Wochenende machen oder liegt das Blut dann zu lange im Briefkasten?

@Anais: Wieviel Porto klebst du auf den Briefumschlag drauf? Was soll ich ankreuzen?

---

---

Subject: Re: Selenspiegel messen -wann, wie?

Posted by [123456789](#) on Sun, 23 Aug 2009 04:55:00 GMT

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

---

moin,

mind. 24 vorher kein Selen, Tageszeit der Blutabnahme egal, Nahrungsaufnahme egal, Blut kann bei dir ruhig mehrere Tage liegen, aber nicht im uato bei Hitze. Ich meine, dass das Porto von biosyn seit einiger Zeit übernommen wird, ansonsten habe ich fürher immer Warensendung raufgeschrieben und 3 x 0,55 € raufgeklebt.

Viele Grüße Anais

---

---

Subject: Re: Selenspiegel messen -wann, wie?

Posted by [Treiblig](#) on Sun, 23 Aug 2009 11:02:35 GMT

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

---

Gibt es eigentlich Selenhaltige Nahrung die man vor dem einschicken 24h weg lassen sollte? Oder meinst du jetzt nur reines Selen zum einnehmen?

P.s. Kannst jemand noch Bluwerte sagen zum testen um AA in die richtung aus zu schließen? Oder ist Selen der aussagekräftigste?

---

---

Subject: Re: Selenspiegel messen -wann, wie?

Posted by [123456789](#) on Sun, 23 Aug 2009 13:35:59 GMT

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

---

hier sind nur selenhaltige AM und NEM gemeint.

Anhand des Selenspiegels kann man keine AA erkennen!!!??? Odewr was meinst du damit?

---