

---

Subject: KPU-Test/Kryptosan

Posted by [Tinchen67](#) on Mon, 22 Feb 2010 14:27:53 GMT

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

---

Hallo,

melde mich mal wieder. Habe die Selen-Einnahme vorübergehend eingestellt, da ich gerade eine Amalgam-Entgiftung mache. Fange aber dann wieder an und lasse den Spiegel auch bestimmen.

Ich wollte jetzt einen KPU-Test machen, und erinnere mich an einen Beitrag von Anais8 über Kryptosan. Kann mir noch jemand was dazu sagen? Kann ich dann evtl. Kryptosan und/oder B-Komplexe parallel zum Selen nehmen, falls der Test positiv ist?

Sollte man auch bei negativem Testergebnis B-Vitamine nehmen?

Gruß Tinchen

---

---

Subject: Aw: KPU-Test/Kryptosan

Posted by [123456789](#) on Mon, 22 Feb 2010 17:42:32 GMT

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

---

zum entgiften braucht man Selen (wird zur Entgiftungsausleitung genommen). ich würde Vitamin B Komplexe auch dann nehmen, wenn das testergebnis negativ ist. Natriumselenit morgens (evt. auch gerne nüchtern. Kryptosan 1- 2 Kps. morgens nach dem Frühstück und ggf. weitere 1 - 2 Kps. nach dme mittag.

---

---

Subject: Aw: KPU-Test/Kryptosan

Posted by [Tinchen67](#) on Tue, 23 Feb 2010 09:45:42 GMT

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

---

Hallo Anais,

danke für die Antwort, ich habe aber aus verschiedenen Quellen, dass Selen mit Quecksilber eine Verbindung eingeht, die dann nicht mehr auszuleiten ist....deswegen wollte ich erst nach der Ausleitung wieder mit Selen beginnen.

Gruß, Tinchen

---

---

Subject: Aw: KPU-Test/Kryptosan

Posted by [angela](#) on Thu, 25 Feb 2010 11:11:31 GMT

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

---

Hi Tinnen,

das ist auch das, was ich nach meinen Recherchen in Erfahrung gebracht habe - Vorsicht mit Selen bei Quecksilberausleitung.

Aber in Sachen Ausleitung bin ich auch noch nicht weitergekommen. Auf eigene Faust will ich das nicht machen.

Gute Infos gibt es dazu auch im [symptome.ch-Forum](#)

Übrigens wurde bei mir ein Vitamin B6- und B12-Mangel festgestellt. Das waren allerdings die einzigen der B-Vitamine die untersucht wurden.

LG  
Angela

---

---

Subject: Aw: KPU-Test/Kryptosan  
Posted by [Tinnen67](#) on Thu, 25 Feb 2010 20:02:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Angela,

ich habe mir jetzt ein Buch gekauft: Dr. Mutter-Amalgam, Risiko für die Menschheit, das ist sehr informativ und es steht sehr viel über die Ausleitung drin, auch für den Laien verständlich.

Gruß, Tinnen

---

---

Subject: Quecksilberausleitung mit Selen und Zink  
Posted by [123456789](#) on Sat, 27 Feb 2010 05:46:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ich habe mir erlaubt hier einen Artikel zu dem Thema mal reinzukopieren:  
den findet man auf der Homepage des Unternehmens wenn man über Fachkreise reingeht. Die Dosierungen habe ich bewusstinkl. der empfohlenen Präparate rausgelassen.

Ausleitung von Schwermetallen mit Selen und Zink

Schwermetalle sind chemische Bestandteile unserer Umwelt, die teilweise lebensnotwendig sind (z.B. Eisen, Mangan, Zink und Selen), teilweise aber auch giftig (v.a. Quecksilber, Blei und Cadmium). Sie gelangen über die Nahrung, aber auch in Form von Industrie- und Verkehrsabgasen in den Körper. Dort können sie den Stoffwechsel je nach Art und Konzentration erheblich beeinträchtigen. Da eine solche Vergiftung nicht immer unmittelbar in Form von Krankheitssymptomen spürbar wird, kann nur eine Blutanalyse im Labor wirkliche Klarheit über die Belastungssituation bringen.

Haben die Tests eine Belastung mit Schwermetall ergeben, sollte es möglichst schnell aus dem Körper geleitet werden. Oft reicht dazu schon eine zusätzliche Versorgung des Organismus mit den Spurenelementen Selen und Zink aus. Sie sind in der Lage, die körpereigene „Müllabfuhr“ zu stärken und dadurch die Ausleitung der Schwermetalle zu beschleunigen. Daher sollte auch der Selen- und Zinkspiegel im Blut bestimmt werden.

Selen natürlicher Gegen- Selen ist ein lebensnotwendiges Spurenelement, das der Körper nicht selbst bilden kann und deshalb

spieler von Schwermetallen ständig in kleinen Mengen zugeführt werden muss. Es erfüllt im Körper verschiedene Aufgaben bei Schutz- und Stoffwechselfunktionen. Selen ist als natürlicher Gegenspieler von Quecksilber und anderen giftigen Schwermetallen in der Lage, diese zu entgiften.

Um diese Aufgaben zuverlässig zu erfüllen, muss das Spurenelement dem Organismus in ausreichender

Menge zur Verfügung stehen. Selen wird jedoch bei der Entgiftung von Schwermetallen verbraucht. Dadurch kann es leicht zu einem Selenmangel kommen. Da der Organismus dann nicht mehr ausreichend mit Selen versorgt ist, kann er auf zusätzliche Belastungen mit freien Radikalen (z.B. durch Entzündungen, Schadstoff- oder Strahlenbelastung) nicht mehr reagieren. Bei einer Schwermetallbelastung ist eine ausreichende Selen-Versorgung deshalb sehr wichtig.

Zink kann Schwermetalle Zink, ein anderes lebensnotwendiges Spurenelement, ist in der Lage, Schwermetalle wie beispielsweise Quecksilber aus dem Körper zu leiten, vorausgesetzt, es ist in ausreichender Menge vorhanden.

Es nutzt dazu zwei Mechanismen: Erstens werden die durch Schwermetalle blockierten zinkabhängigen

Enzyme erneuert. Davon sind bisher über 200 bekannt. Zweitens bewirkt Zink die Synthese eines Metall-bindenden Proteins, das die Fähigkeit besitzt, Schwermetalle direkt zu binden, so dass diese ausgeschieden werden können.

Was muss ich tun? Lassen Sie auf einfache Weise Ihre Belastung durch Schwermetalle und Ihren Selen- und Zinkspiegel prüfen.

Ihr Arzt oder Apotheker werden dann Ihre Werte mit Ihnen besprechen. Je nach vorliegendem Messwert sollten Sie dann zur Behebung eines Defizits Selen und Zink über einen gewissen Zeitraum zu sich nehmen (s. Abb.). Auch bei Werten im Normbereich kann eine kurzfristige Einnahme

zur Optimierung der Versorgung sinnvoll sein.

Danach empfiehlt sich eine erneute Kontrolle der Blutwerte.

Bestimmung des Selen- und Zinkspiegels

Ihr Labor:

biosyn Arzneimittel GmbH

Schorndorfer Str. 32

70734 Fellbach

[www.biosyn.de](http://www.biosyn.de)

Tel. 07 11/5 75 32-00 · Fax 07 11/5 75 32-99 · [www.biosyn.de](http://www.biosyn.de)

Subject: Aw: KPU-Test/Kryptosan  
Posted by [angela](#) on Sun, 28 Feb 2010 15:41:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Tinnen,

das Buch habe ich auch. Ist aber schon länger her, dass ich es gelesen habe. Soweit ich mich erinnern kann, war für mich nicht DIE Lösung dabei.  
Kannst ja aber berichten, ob es dir weitergeholfen hat.

LG  
Angela

---

---

Subject: Aw: Quecksilberausleitung mit Selen und Zink  
Posted by [angela](#) on Sun, 28 Feb 2010 15:44:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Anais,

das ist mir bekannt. Ähnliches liest man bei Cefak in den Info-Broschüren. Das sind eben Pharmaunternehmen die auch ihre Produkte verkaufen wollen/müssen. Aber die Entgiftungs-Gurus sehen das anders und das reicht um mich zu verunsichern.

Das sind Entscheidungen, die jeder für sich selbst treffen muss.

LG  
Angela

---

---

Subject: Aw: Quecksilberausleitung mit Selen und Zink  
Posted by [123456789](#) on Sun, 28 Feb 2010 16:05:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ne das stimmt so nicht.

Weiter unten ist von einem Zahnmediziner die Rede in Oldenburg (ein Entgiftungsguru!!!!) und der macht die AUslleitung auch mit Selen.

Und die Pharmafirmen haben keine finanzielle Interesse an der Quecksilberausleitung beim Selen haben, da dieses nur ein Minisegment ist und hier kein Geld verdient werden kann. Geld mit Selen wird bei Krebserkrankungen und bei Sepsis in der Klinik verdient. Frage mal einen Chemiker wie der das sieht. Denn Pharmafirmen unterliegen hier in Deutschland den strengen Anforderungen des BfArM und würden so etwas niemals veröffentlichen, wenn es nicht so wäre. Es geht auch hier im Übrigen um Natriumselenit. (Die Heilpraktiker kennen in der Regel nur das organische Selen) Könnte es evtl. nicht eher sein, dass die sogenannten Entgiftungsgurus nicht eher mit ihren Methoden und ihren Behandlungen Geld verdienen wollen, insbesondere da sie ja in der Regel nicht Mediziner sind, sondern eher Heilpraktiker oder Heiler. Dem Zahnarzt in

Oldenburg vertraue ich dagegen voll. Er weiß, wovon er redet und hat auch Medizin studiert. Ich gebe dir allerdings recht, dass jeder seine Entscheidung treffen muss. Vielleicht hast du ja auch einen Mediziner als Entgiftungsguru, der hier mit dieser IGeL viel Geld verdient und sich bisher nicht mit dem Unterschied zwischen Selen und Natriumselenit auseinander gestetzt hat. Viele Grüße Anais

---

---

Subject: Aw: Quecksilberausleitung mit Selen und Zink  
Posted by [angela](#) on Mon, 01 Mar 2010 08:25:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi,

mit Entgiftungsgurus meinte ich Klinghardt, Mutter und Dauderer (wobei der mir zu extrem ist).  
Zitat:

Selen bindet das Quecksilber (und viele weitere giftige Metalle) als Quecksilberselenid. Diese Verbindung kann den Körper nicht mehr über die Nieren verlassen, die übliche Nierenausscheidung von Quecksilber geht auf Null zurück. Selen führt zur "Umgiftung", d.h. Quecksilberselenid wird ins Hirn eingelagert und führt sofort zu Hirnsymptomen durch Quecksilber.

Das ist von Dauderer, ähnliches liest man bei Dr. Mutter.

Mutter schreibt auch, dass Selen sehr wichtig ist, aber eben die Dosierung sehr vorsichtig geschehen muss. Einnahme nur bei nachgewiesenem Selen-Mangel. Du empfiehlst ja auch einen Test machen zu lassen. Aber mit extrem hoher Selen-Zufuhr sollte man vielleicht doch vorsichtiger umgehen.

LG

---

---

Subject: Aw: Quecksilberausleitung mit Selen und Zink  
Posted by [speedfreak](#) on Tue, 02 Mar 2010 18:08:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

angela schrieb am Mon, 01 March 2010 03:25Hi,

mit Entgiftungsgurus meinte ich Klinghardt, Mutter und Dauderer (wobei der mir zu extrem ist).  
Zitat:

Selen bindet das Quecksilber (und viele weitere giftige Metalle) als Quecksilberselenid. Diese Verbindung kann den Körper nicht mehr über die Nieren verlassen, die übliche Nierenausscheidung von Quecksilber geht auf Null zurück. Selen führt zur "Umgiftung", d.h. Quecksilberselenid wird ins Hirn eingelagert und führt sofort zu Hirnsymptomen durch Quecksilber.

Das ist von Dauderer, ähnliches liest man bei Dr. Mutter.

Mutter schreibt auch, dass Selen sehr wichtig ist, aber eben die Dosierung sehr vorsichtig geschehen muss. Einnahme nur bei nachgewiesenem Selen-Mangel.

Du empfiehlst ja auch einen Test machen zu lassen. Aber mit extrem hoher Selen-Zufuhr sollte man vielleicht doch vorsichtiger umgehen.

LG

Das is wovon Ich rede. Es wird hier mit ewerten und Dosierungen umhergeworfen.

Das ist nicht richtig.

Viele Leute stolpern hier ins Forum und lesen als erstes Selen.

Es ist sicher wichtig. Und gehört auch bestimmt in vielen bereichen genauer betrachtet.

Aber mal eben eine Dosierung im Internet udn los gehts ist nicht okay.

Vorherige Woche ein anderes beispiel.

Bin beim Hautarzt udn es kommt jemand mit AA aus dem Behandlungsrau,

+Hatte ein Privatrezept in der Hand und ging zur Sprechstundenhilfe.

Ich bekam mit, ´das der Patient neu in der Prxis war und vom Arzt ohne Blutuntersuchung Zink verschrieben bekommen hat.

Kein Blutbild nichts. Einfach mal Zink verschrieben.

Nehmen wir an, Patient X nimmt noch ein anderes Mutlivitam und hat einen super zinkspiegel.

Zuviel Zink senkt ersten den Selensüiegel und es kann sehr gefährlich werden wenn es überdosiert ist.

Aber es kümmert halt keinen.

Und die Schäden die dadurch entstehen können, stehen in keiner Relation zu Alopezia.

Alos nicht alles essen „und mit dem Zwiebel auf dem Kopfrumreiben gibt man ja auch wieder auf

---

Subject: Aw: Quecksilberausleitung mit Selen und Zink

Posted by [123456789](#) on Tue, 02 Mar 2010 19:20:36 GMT

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

---

woher hast du die Info, dass Zink den Selenspiegel senkt? Da habe ich nämlich noch nie von gehört. Würde mich mal interessieren, da ich ja über 1 Jahr in diesem Gebiet (Selen und auch Zink) gearbeitet habe.

Im Übrigen steht im Leitartikel drinnen, dass man unbedingt den Spiegel vorher bestimmen muss. Wenn das Leute hier nicht tun, dann tut mir das Leid. Vor allen Dingen, wenn sie dann noch zum falschen Selen, der Selenhefe (organischen Selenverbindungen ) greifen, die nicht über den Urin wieder ausgeschieden werden.

Übrigens der Zinkspiegel ist nur sehr selten zu niedrig, also nimmt Zink höchsten mal um kurzfristig das Immunsystem zu puschen. Wogegen der Selenspiegel bei sehr viele zu niedrig ist oder aber zumindest deutlich höher sein sollte.

Viele Grüße Anais

---

Subject: Aw: Quecksilberausleitung mit Selen und Zink  
Posted by [angela](#) on Wed, 03 Mar 2010 07:04:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi speedfreak,

das mit dem Zink ist mir selbst in der Haarsprechstunde der Hautklinik in Darmstadt/Eberstadt passiert. Damals war ich aber völlig uninformiert.

Da hat man mir nur gesagt: Zink ist gut bei Haarausfall, nehmen sie das auf jeden Fall - kein Test.

Da ich keine Veränderung gemerkt habe, habe ich es nach einem 3/4Jahr abgesetzt.

3 1/2 Jahre später wurde bei mir aber tatsächlich ein Zinkmangel (und noch einiges andere) festgestellt, dann habe ich es auch wieder brav geschluckt.

LG  
Angela

---

Subject: Aw: Quecksilberausleitung mit Selen und Zink  
Posted by [Tinchen67](#) on Wed, 03 Mar 2010 20:58:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

nochmal zum Kryptosan-Test: Er ist negativ, ziemlich deutlich unter dem Referenzwert. Sind denn B-Vitamine ohne nachgewiesenen Mangel unschädlich? Gibt es Kryptosan nur auf Rezept?

Gruß, Tinchen

---

Subject: Aw: Quecksilberausleitung mit Selen und Zink  
Posted by [123456789](#) on Thu, 04 Mar 2010 15:35:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

keine Ahnung???? Ich würde dann aber kein Kryptosan nehmen, sondern mir einen Viatmin B-Komplex n der apotheke holen und dann diesen nach Packungsanweisung nehmen. Gibt es günstig von ratiopharm. Kryptosan gibt es nur nach ärztlicher VERORDNUNG AUF Privatrezept

---

Subject: Aw: KPU-Test/Kryptosan/ Vitamin B- Komplexe  
Posted by [Ritzi](#) on Thu, 18 Mar 2010 09:30:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

ich kann dir aus Erfahrung berichten, dass bei mir die Einnahme von B-Komplexen in Kombination mit Zink, den Wiederwuchs der Haare beschleunigt hat, dieses Erfolgserlebnis hatten hier damals ( Mitte der 2000'er Jahre ) auch einige andere berichtet, allerdings stoppt dies keinen aktuellen Schub, sondern unterstützt den Wiederwuchs/ STärkung der Haare.

Verkehrt machst du mit der Einnahme nix, da der Körper überflüssige Vitamine und Zink sowieso ausscheidet.

Du solltest aber Zink und Vitamin B Komplexe zusammen einnehmen, da der Körper sonst Zink nicht richtig verarbeitet, dies wird einem von den Ärzten auch nicht gesagt, die einem ja als erstes Zink und Cortison verschreiben...

Grüße

Olli

---

---

Subject: Aw: KPU-Test/Kryptosan/ Vitamin B- Komplexe  
Posted by [Tinchen67](#) on Mon, 22 Mar 2010 19:34:16 GMT

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

---

Hallo,

danke für den Tipp! Cortison würde ich nicht mehr nehmen, auch wenn es mir jemand verschreiben würde. B-Komplexe und Zink nehme ich z. zt., ich weiss nur nicht, ob es genug ist.

Angst vor einem Schub habe ich nicht, da ich schon seit September 2009 eine Glatze habe und leider auch keine Wimpern und Augenbrauen mehr..... Daher kann es nicht mehr schlimmer kommen.

Gruß

---

---

Subject: Aw: Vitamin B- Komplexe von Hervert  
Posted by [Ritzi](#) on Tue, 23 Mar 2010 06:52:38 GMT

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

---

Hi,

ich habe die B- Komplexe von Hervert, bei den Zink- Präparaten habe ich auf möglichst hohen Zinkanteil in den Tabletten geachtet und hatte meist Curazink genommen.

Zur Dosierung, ich hatte von beiden je zwei 2x mal täglich eingenommen ( über mehrere Jahre ), wie gesagt zuviel einnehmen kannst du nicht, da es der Körper ja ausscheidet.

Grüße

Olli

---

---

Subject: Aw: Vitamin B- Komplexe von Hervert  
Posted by [speedfreak](#) on Tue, 23 Mar 2010 07:00:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Falsch..Zink kann man überdosieren und der Körper kann daran schaden nehmen. Auch bei Vitaminien gilt nicht, viel hilft viel.  
Bitte nicht solche Sachen verbreiten.  
Zink überdosiert ist gefährlich.  
Und einfach alle Vitamine essen wird schon gut gehen ist falsch.  
Bei manchen sachen gibt es einfach nur teuren Urin aber einiges kann sehr wohl schaden anrichten. Darunter auch zuviel Zink.

---

Subject: Aw: Vitamin B- Komplexe von Hervert  
Posted by [Dogbert](#) on Tue, 23 Mar 2010 09:38:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Es geht nicht um die Mengen, sondern um die Zusammenhänge. Bis 3000 mg kann man Vitamin B-Komplexe am Tag einnehmen. Wir im AA-Bereich sprechen von 24 - 300 mg täglich. Das Zink (mit Histidin z. B.) wird nur zur besseren Verstoffwechslung der B-Komplexe eingesetzt.

---

Subject: Aw: Vitamin B- Komplexe von Hervert @ Speedfreak  
Posted by [Ritzi](#) on Tue, 23 Mar 2010 14:32:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

ich weiß nicht, woher du dein Wissen beziehst, aber hierüber hatte ich damals mit meinem Arzt gesprochen, wenn du hier über mehr Fachwissen als ein praktizierender Arzt verfügst - Respekt !.

Wir reden hier auch über normale Dosen und nicht eimerweise Einnahmen, by the way - hat mir damals der erste Hautarzt, den ich zu Beginn meiner AA- Zeit kontaktiert hatte, eine viel höhere Dosis Zink verschrieben.

Woher hast du denn die Info, das auch zuviele Vitamine schädlich sein sollen ?.

In diesem Sinne...

---

Subject: Aw: Vitamin B- Komplexe von Hervert @ Speedfreak  
Posted by [speedfreak](#) on Tue, 23 Mar 2010 14:40:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Belese Dich mal über wasserlösliche und fettlösliche Vitamine.

Und immer das selbe. Ne Meinung vom Arzt gehört und diese aber im Internet vertreten als wäre man selber Arzt oder Erfinder der Studie.

Das Internet iszt groß und auch da findet sich bestimmt was für Dich. wirst merken nicht immer ist alles so wie es einem auf dem ersten Blick erscheint. Schon garnicht, Wenn kurz vorher der Pharmareferent aus dem Untersuchungsbüro kommt und man aufeinmal ein anderes Zinkmedikament oder so bekommt.

Wie gesagt. Bei AA wird jeder sofort Zink verschrieben bekommen. Da es Privatrezept ist. Ohne jegliche Untersuchung vom Blutbild.

Selbst Cortison bekommt jeder in einer menge die "Blödsinn" ist aber jederzeit bei der Krankenkasse oder bei dem Kranknbild zu rechtfertigen geht.

Also imme raugen auf und zweimal hinsehen.

Bisl weithergeholt aber:

geh mal zum neuen Zahnarzt. Erste Frage: Wann wurde letztemal geröngt. <?

Achso vor 3 Jahren und keine Bilder mehr da? meinste was passiert.

Trifft zwar nciht die Problematik aber bei AA kann und wird viel Unfug getrieben.

Viel Glück mit deinen Vitaminen ....

---

Subject: Aw: Vitamin B- Komplexe von Hervert @ Speedfreak

Posted by [Ritzi](#) on Tue, 23 Mar 2010 15:08:56 GMT

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

---

Was faselst du dafür einen Mist bzw. schreibst ihn, ich verkaufe hier keine Studien, sondern habe lediglich von meinen Erfahrungen berichtet, die damals auch andere gemacht hatten - also erstmal genau lesen solltest du zuerst !.

Zink und Vitamin B- Komplexe habe ich erst Jahre nach dem Ausbruch von AA genommen und da ich zu diesem Zeitpunkt auch Hammer Tabletten gegen eine andere Krankheit einnehmen mußte, habe ich den Arzt gefragt, ob ich Zink und Vitamin B einnehmen kann, dies hat er bedenkenlos bejaht und das Ausscheiden überflüssiger Mengen erklärt.

Klar weiß ich auch, das Cortison und Zink als erstes von den Ärzten verschrieben wird, habe die AA auch nicht erst seit gestern sondern mit UNterbrechungen seit 1997...

Nochmal, die Kombination der beiden Präparate haben bei mir beim Wiederwuchs unterstützend gewirkt und einen Versuch ist es für andere allemal wert...

---

Subject: Aw: Vitamin B- Komplexe von Hervert @ Speedfreak

Posted by [speedfreak](#) on Tue, 23 Mar 2010 15:20:59 GMT

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

---

Lies doch nochmal richtig was Ihc geschrieben habe.

Besonders den ersten teil.  
keiner was gesagt von Studien verkaufen.

Desweiteren hat jeder seine erfahrung mit gewissen Mitteln wie mit gewissen Ärzten gemacht.

Bei einem hilft es den einem unterstützt es usw.

Ist halt sehr breit gefächert das ganze. Zumal wenn man zum Dermatologen geht und erzählt man hat AA schon seit etwa 16 Jahren dann gibt es Kopfschütteln oder wundersame Privatrezepte.

Worauf ich mich eigentlich Bezog ist, dass man nicht alles und jenen einfach essen und zu sich nehmen sollte.

Viele neulinge stürzen sich auf alles was im Internet steht.

Und darauf bezog ich mich. Aber dann kommt immer man sei schlauer wie der eigene Arzt usw.

---

---

Subject: Aw: Vitamin B- Komplexe von Hervert @ Speedfreak

Posted by [speedfreak](#) on Tue, 23 Mar 2010 15:23:09 GMT

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

---

Ritzi schrieb am Tue, 23 March 2010 11:08

Zink und Vitamin B- Komplexe habe ich erst Jahre nach dem Ausbruch von AA genommen und da ich zu diesem Zeitpunkt auch Hammer Tabletten gegen eine andere Krankheit einnehmen mußte, habe ich den Arzt gefragt, ob ich Zink und Vitamin B einnehmen kann, dies hat er bedenkenlos bejaht und das Ausscheiden überflüssiger Mengen erklärt.

Ja man greift nach jedem Strohalm und probiert isch und alles aus.

Ich habe auch ein mittel bekommen, was nicht für AA genutzt wird. Weil die nebenwirkungen einfach überwiegen. dies ging stark auf die leber und damit konnte ich mich nicht abfinden.

Aber es half bei AA sehr gut.

Das ist leider den Preis den man bezahlt.

---

---

Subject: Aw: Vitamin B- Komplexe von Hervert @ Speedfreak

Posted by [Dogbert](#) on Tue, 23 Mar 2010 15:45:25 GMT

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

---

Wir betreiben hier einen Erfahrungsaustausch. Die meisten leben mit dieser Erkrankung seit Jahren. Keiner hier von uns alten Hasen macht Ärzte verantwortlich, aber es gibt ein paar wenige

---

unter uns AA-lern, die sich damit zusammenhängend befaßt haben. Man ist im Laufe der Jahre tatsächlich "schlauer" im Bezug auf AA als Ärzte.

Anais hat sich mit Selen intensiv befaßt. Meine Wenigkeit mit B-Komplexen. Oder Ritzi und Alexandra. Man muß kein Arzt sein, sondern muß sich nur intensiv genug mit der Materie befassen. Wenn die Ärzte alles könnten, bräuchten wir dieses Forum nicht. Du wirst es nicht für möglich halten: es gibt sogar Friseure, die mehr Ahnung von AA haben als Hautärzte.

---

---

Subject: Aw: Vitamin B- Komplexe von Hervert @ Speedfreak

Posted by [speedfreak](#) on Tue, 23 Mar 2010 15:50:29 GMT

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

---

Ich habe in meiner Aussage nichts anderes gesagt.

Aber es wurde ja darauf bezogen Ich sei schlauer wie ein ein praktizierender arzt.

Und genau das meinte Ich . man hat sich über 15 Jahre damit auseinandergesetzt und reibt sich bestimmt keine Zwiebel mehr auf dem kopf nur weil es jemand gerade für gut befunden hat.

Dafür ist das Forum da und gibt ja auch super Sachen wieder die sonst woanders nicht erfahren hätte.

Es ging einzig und allein darum, dass man nicht alle Vitamine künstlich über einen zeitraum zuführen kann und sollte. Denn nicht alle werden bei Überdosierung ausgescheiden. Mehr habe Ich nicht geschrieben.

---