
Subject: Noch ein paar neue Werte+Fragen+mal was gutes über Minox
Posted by [Desiree](#) on Tue, 03 Jul 2007 11:35:58 GMT

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

Hallo,

da bin ich wieder. Ich habe noch ein paar Vitaminwerte checken lassen und wollte wissen, was ihr denkt. Alles scheint im Serum getestet worden zu sein. Ist das aussagekräftig ??

Vitamin B12 : 213 132-850
Vitamin A : 1.10 0.30 -0.80
Vitamin B1 : 3.6 2-7,2
Vitamin E : 1.8 0.49-1.89
Vitamin K : 1.68 0.10-2.10
Vitamin D : 68 30-155

Lithium : 0.41 0.60-1.2 (ich nehme kein Lithium, mein Arzt hat das testen lassen, weil er meinte, dass man daran sehen könnte, ob ich gestresst bin.)

Zur Erinnerung :seit ca 10 Jahren gehen mir die Haare langsam aus. Meine Mutter und meine Oma haben es beide auch. Sie fallen nicht aus,sondern wachsen einfach nur nicht nach.
Hier nochmal Werte, die ich schon eingestellt hatte. Sie wurden Anfang Mai gemacht :

Morgens um 9 wurde Blut abgenommen

Ich lebe in Spanien und schreibe auch unsere Normwerte mit daneben :

Cortisol im Serum : 47.6 Norm 5 - 25 morgens
Kupfer im Serum : 153 Norm 80 - 150
Ferritin im Serum : 133 Norm 10 - 120
Eisen im Serum : 105 Norm 40 - 145
Transferrin : 371 Norm 200 - 400
Folsäure : 8.35 Norm 3 - 17.0
Vitamin B 12 : 343 Norm 180 - 850
Magnesium : 2.13 Norm 1.5 - 2.7
Zink : 75 Norm 60 - 150
TSH im Serum : 1.78 Norm 0.25 - 4.5
T4 im Serum : 6.65 Norm 4.5 - 12.5
freies T4 im Serum : 1.04 Norm 0.8 - 1.90
T3 im Serum : 1.16 Norm 0.70 - 1.70
freies T3 im Serum : 3.66 Norm 1.8 - 4.2
Ich nehme seit ca 3 Monate regelmässig Eisen, da ich seit Jahren ständig Eisenmangel hatte.
Und noch welche vom Mai :
Melatonin : 32.3 (Norm sollte unter 30 liegen)
Erythrozyten : 4.27 (4.3-6)
Hämoglobin : 12.4 (12.1-18)
Hämatokrit : 39.3 (37-52)
Thrombozyten : 300 (337)

Ich glaube, dass ist das erste Mal seit 7 Jahren, dass meine Blutwerte im Normalbereich sind. Ja, das viele Eisen...

Und hier sind die Blutwerte vom Januar 2007 :

Eisen : 114 (37-160)
Transferrin : 319 (194-473)
Sättigungsgrad
des Transferrin : 28.14% (20-55%)
Kapazität der Eisen-
aufnahme : 405.12 (240, - 450)
Erythrozyten : 3.93 (4.3-6)
Hämoglobin : 11.80 (12.1 - 18)
Hämatokrit : 34.80 (37 - 52)
Thrombozyten : 326 (120-400)

Meine Fragen nun :

1. das Vitamin B12 scheint zu niedrig zu sein. Sollte ich was einnehmen ??
2. das Vitamin A ist viel zu hoch, oder ?? Ist es im Serum aussagekräftig ?? Kann es mit dem Haarausfall zu tun haben ?? Wieso ist es so hoch, wenn ich keinerlei Vitaminpräparate nehme und nur 2x im Jahr Leber esse. Soll ich versuchen es niedriger zu bekommen ??
3. Das Lithium ist zu niedrig. Sagt das über meinen Stresslevel aus ?? Ich bin immer gestresst und deswegen ist auch mein Cortisowert so hoch. Ich versuche jetzt, alles lockerer zu sehen
4. Da meine Mutter das gleiche Problem hat (bei uns beiden fing der Haarausfall mit ca 26/27 an), hab ich mir überlegt, ob wir vielleicht die gleiche Veranlagung haben, wie einen ständig zu hohen Vitamin A Wert und, dass das vielleicht den Haarausfall ausgelöst hat. Kann das sein ??

Dann mal was gutes über Minox. Ich gebe es seit Anfang April 1x täglich (1ml) auf die Haut. Hab es am Anfang (ca 3 Wochen lang) nur auf ein kleines Stück der Kopfhaut gegeben, weil ich so sehr Angst hatte, dass mir die Haare ausgehen - nach all den Berichten hier . Und nur einmal, da ja so vielleicht weniger Shedding entsteht.

Ich hatte weder Shedding, sondern einfach nur super Erfolg. Mir sind sofort Haare nachgewachsen, ca 20% mehr würd ich sagen. Auf dem ganzen Kopf. Ich hab keine Nebenwirkungen- nichts - und das bei einmal täglich ! Hab seit Anfang Januar viel Eisen genommen, damit mein Eisen hochgeht. Seit Februar nehme ich Priorin 3x (Haarfutter) täglich. Und dann seit Ende April Minox 1x täglich. Mit sind ein paar Haare leicht in die Stirn reingewachsen, aber gar kein Thema. Ich habe jetzt ca 3 cm langen Neuwuchs. Sie gedeihen und sehen ganz normal aus. Ich hoffe, das hält - traue ja noch nicht so ganz dem Braten. Ich wollte mal was gute übers Minox sagen. Ich hab es mir 2 Wochen lang schwer überlegt, ob ich es nehmen soll, weil ich so Angst hatte nach all den Berichten. Ich bin saufroh, dass ich es probiert habe! Drückt mir die Daumen

Sorry - langer langer Bericht !

Liebe Grüße,

Desiree
