

---

Subject: Eisentabletten

Posted by [pina](#) on Mon, 11 Oct 2010 16:37:13 GMT

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

---

Hallo!

Kann mir jemand sagen wie lange es ungefähr dauert bis der Eisenspeicher wieder einigermaßen gefüllt ist?

Letztes Jahr im Sommer hatte ich einen Ferritinwert von 35, der Referenzwert lag von 10-291. Die Maßeinheit weiß ich nicht mehr.

Lt. Arzt kann dies eigentlich nicht die Ursache des Haarausfalls sein, ich könnte aber trotzdem mal Eisentabletten nehmen, auch immer mal vorsorglich. Meine Frauenärztin meinte nach einem Bluttest im Januar, der Eisenwert sei zu hoch. Ich solle die Kapseln weglassen. Allerdings hat sie das Serumeisen bestimmen lassen und ich hatte vor der Blutabnahme auch eine Eisenkapsel eingenommen, da dieser Wert eigentlich nicht gemessen werden sollte.

Vor einem halben Jahr habe ich nun wieder angefangen Eisen zu nehmen. Ob das nun reicht?

Die Ärzte messen diesen Wert nicht gerne, da das von den Kassen eigentlich nicht übernommen wird und ich ja auch nicht unter einem Mangel lt. Referenzwerten gelitten habe.

Geändert hat sich am Haarausfall durch die Eiseneinnahme leider auch nichts. zur Zeit fallen sie wieder sehr stark aus.

mein Zinkwert war bei der Blutuntersuchung auch zu hoch, aber auch Zink habe ich zu diesem Zeitpunkt eingenommen. Das mache ich seitdem nicht mehr.