

---

Subject: Nahrungsergänzungsmittel

Posted by [Emmaly](#) on Wed, 04 Sep 2013 22:34:49 GMT

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

---

Hallo ihr Lieben,

ich habe mich bereits vor etwas über einem halben Jahr an euch gewandt, weil ich plötzlich starken Haarausfall hatte. Ihr habt mir damals ein paar tolle Tipps zum Thema Nahrungsergänzungsmittel gegeben. Nachdem ich diese ein paar Monate umgesetzt und zusätzlich noch Ferro Sanol gegen meinen leichten Eisenmangel genommen hatte, ging mein Haarausfall merklich zurück. Nun ist er leider seit einigen Tagen mit voller Wucht wieder da und ich konnte erst in ein paar Wochen einen Arzttermin bekommen. Ich fange deshalb als Sofortmaßnahme erstmal wieder mit meinem Programm aus Kapseln und Tabletten an und wollte euch fragen, ob ihr vielleicht etwas über mögliche Wechselwirkungen oder Gefahren wisst, die ich dabei nicht beachtet habe. Ich habe bisher versucht auf mögliche Wechselwirkungen zwischen Calcium, Magnesium, Eisen und Zink zu achten.

08:00 Pantovigar, Kieselerde, Bierhefe

10:00 Priorin, 5mg Biotin

12:00 100mg Eisen

14:00 Inneov

16:00 Pantovigar, Kieselerde, Bierhefe

18:00 Magnesium/Calcium/D3 Pulver

20:00 100mg Eisen

22:00 Priorin

00:00 Pantovigar, Kieselerde, Bierhefe

Jetzt haltet ihr mich wahrscheinlich für verrückt, aber ich bin wirklich verzweifelt.

Danke und viele Grüße,

Emmaly

---