
Subject: Verbesserung

Posted by Janet on Fri, 13 Jan 2006 10:54:38 GMT

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

Ich dachte mir, ich schreibe im neuen Jahr was positives. Mit Freude möchte ich allen mitteilen, dass mein Haarausfall deutlich weniger wurde.

Ich habe im November meine Werte reingestellt, daraufhin hat sich Strike gemeldet und mir wertvolle Tipps gegeben, u. a. sollte ich Vit. B12 und Eisen nehmen. Da ich irgendwo gelesen habe, dass es besser ist, Eisen organischr Herkunft nehmen soll, bin ich immer noch auf der Suche nach einem geeigneten Präparat. Aber mit Vit. B12 habe ich sofort angefangen und wirklich nach kürzester Zeit konnte ich eine Verbesserung feststellen.

Es ist eine "Zwischenmeldung", weil es einfach zu früh ist um vom Erfolg zu reden. Ich habe noch Anfang Februar einen Termin bei Endo, da bekomme ich hoffentlich noch andere Werte.

Ich bin selbst sehr erstaunt über die schnelle Verbesserung und habe schon überlegt, was ich alles noch verändert habe, aber mir fällt nur ein Rezept von meiner Oma ein, nämlich Pfefferminztee mit Honig und Apfelessig, aber das war mehr für Verdauung gedacht (als Ersatz für Sport).

Gruß an alle und gibt nicht auf
Janet
