
Subject: vermehrter HA trotz/aufgrund eiseneinnahme?!

Posted by [Trixy](#) on Sat, 09 Jun 2007 17:15:50 GMT

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

hallo

ich steh grad etwas auf dem schlauch. nachdem mein ferritinwert bei 26 lag, hab ich angefangen eisentabletten zu nehmen.

es sind jetzt ca 7 wochen her, seitdem ich sie einnehme.

aber anstatt, dass der HA besser wird, hat er sich in den letzten 2-3 wochen verschlechtert. es fallen doppelt so viele haare aus als sonst.

dabei hatte ich die hoffnung, dass der HA durch die eiseneinnahme besser wird. stattdessen ist es nur noch schlimmer geworden

wie kann man sich das erklären? woran liegt das? könnte es an der eiseneinnahme liegen, dass mehr haare ausfallen, so eine art "shedding"? oder meint ihr es ist ein anderer grund... wenn ja, welcher?

Subject: Re: vermehrter HA trotz/aufgrund eiseneinnahme?!

Posted by [Jadaa](#) on Sat, 09 Jun 2007 21:33:58 GMT

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

Hm, davon habe ich noch nichts gehört. Nach 7 Wochen macht sich eine Verbesserung auch meistens nicht bemerkbar, es sei denn, Du bekommst Spritzen. Vielleicht verträgst du dein Präparat nicht so gut, andere Nebenwirkungen bisher bemerkt? Ansonsten würde ich es auch auf die Jahreszeit schieben, bzw. auch mal mit dem Arzt sprechen.

Subject: Re: vermehrter HA trotz/aufgrund eiseneinnahme?!

Posted by [Lula74](#) on Sun, 10 Jun 2007 07:31:58 GMT

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

Das mit dem auffüllen des Eisenspeichers dauert schon eine Weile....bei manchen sogar 6-8 Monate. Kommt darauf an wie gut dein Körper die Eisentabletten aufnimmt:). Das Eisen ein Shedding auslöst glaube ich ist sehr unwahrscheinlich.....

Ich nehme Eisen jetzt schon seit 3 Monaten und habe nächste Woche meine ersten Check um zu sehen ob der Ferritinwert gestiegen ist (meiner war vorher 24).

Subject: Re: vermehrter HA trotz/aufgrund eiseneinnahme?!

Posted by [barbara](#) on Sun, 10 Jun 2007 08:09:11 GMT

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

hallo trixy,

dein vermehrter HA hat mit sicherheit nichts mit der eisenaufnahme zu tun. innerhalb von 7 wochen wird sich da auch noch nicht sooo viel getan haben. ich bin sicher, dass das andere ursachen hat.

ich nehme seit einem ganzen jahr eisen ein. mein ferritinwert lag letztes jahr bei 11. nach einem jahr jetzt bei 46. leider hat das bis jetzt auch keine positive auswirkung auf meine haare gehabt.

Ig barbara

Subject: Re: vermehrter HA trotz/aufgrund eiseneinnahme?!

Posted by [Trixy](#) on Sun, 10 Jun 2007 13:45:26 GMT

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

ich dachte in 7 wochen müsste man, falls es einen pos effekt geben sollte, wenigstens, wenigstens einen leichten HA rückgang feststellen können...

aber nebenbei, zu viel eisen kann doch andere sachen erniedrigen. bei Zink ist es mir zB bekannt. da mein zinkwert beim letzten check (vor ca 3 jahren) ohnehin schon am alleruntersten rand lag, kann es sein, dass der aufgrund der eisentabletten weiter gesunken ist?

da ich eh bald zum arzt will, um nochmal meinen ferritinwert kontrollieren zu lassen, würde ich nochmal zink nachprüfen lassen.

gibt es außer zink noch weitere werte auf die die eiseneinnahme einfluss üben könnte und die man im auge behalten sollte?

LG Trixy

Subject: Re: vermehrter HA trotz/aufgrund eiseneinnahme?!

Posted by [Claudi](#) on Sun, 10 Jun 2007 14:32:26 GMT

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

Hallo Trixy,

es dauert ja schon seine Zeit, bis der Eisenspeicher wieder aufgefüllt ist. Bis sich dann der "erholte Eisenwert" auf die Haare auswirkt und man es (wenn) spürbar merkt, dauert dann noch eine Zeitlang.

Neben Zink kann Eisen noch den Kupferspiegel beeinflussen.
