
Subject: Alternative Eisenpräparate / Progesterongabe gg HA
Posted by [AndreaJF](#) on Thu, 12 Jul 2007 20:18:38 GMT

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

Hallo,
mein Ferritinwert bewegt sich so bei 20 (immerhin, letzten Dez. war er bei und ich würde ihn gerne etwas steigern, leider vertrage ich die Eisentabletten nicht, auch Ferrosanol Duodenal nicht, mir ist einige Stunden richtig elend zumute. Jetzt habe ich von einer Bekannten gehört, dass "Weleda Ferrum pomatum D1" (ich nehme an, das ist homöopathisch?) wesentlich besser verträglich sei. Kennt das jemand und kann was dazu sagen? Ich würde es gerne mal versuchen.

Und dann möchte ich fragen, ob jemand hier schon mal "Progesteroncreme" versucht hat, um die Hormonsituation etwas zu verbessern (nachlassende Hormontätigkeit z.B.)?

Viele Grüße
Andrea

Subject: Re: Alternative Eisenpräparate / Progesterongabe gg HA
Posted by [derPunkt](#) on Thu, 12 Jul 2007 20:45:25 GMT

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

na toll... beitrage weg, also nochmal:

das von dir erwähnte präparat kenne ich nicht, aber es gäbe als alternative noch hemferin, das soll wesentlich besser verträglich sein. eine zeitlang habe ich das auch mal genommen, war mir aber dann zu teuer. manche kommen aber auch damit nicht so recht klar bzw. ferritin geht nicht ordentlich hoch. kann man letztlich auch nur ausprobieren.

ich vertrage eisen auch gar nicht mehr, fühle mich damit jedesmal als hätte ich eine magen-darm-grippe.

zum progesteron:
kennst du frau buchner? <http://hormonselbsthilfe.de>

Subject: Re: Alternative Eisenpräparate / Progesterongabe gg HA
Posted by [Hühni](#) on Fri, 13 Jul 2007 11:56:39 GMT

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

Eisentabletten haben bei mir immer gleich einen voll durchschlagenden Effekt - im wahrsten Sinne des Wortes

Ich nehme Kräuterblut Tabletten (flüssig gibt es das auch, aber das kriege ich nicht runter...), die vertrage ich prima, auch nüchtern und es sind auch gleich noch Vitamine (B und C) und Folsäure mit drin und es soll für den Körper besonders verwertbar sein.

Ich habe aber leider noch keinen Kontrollwert.

Aber nach meiner KS-OP vor 1,5 Jahren hatte ich einen Tag später einen HB von 6 und zwei Wochen Kräuterblut war er schon trotz Stillens schon fast im Normbereich, weiß allerdings nicht, wie sie sich aufs Ferritin ausgewirkt haben...

P.S.:

Progesteron-Creme habe ich noch nicht probiert, bekommt man die denn so ohne Rezept??? Versuche dem ganzen pflanzlich auf die Beine zu helfen und nehme Mönchspfeffer, Rotklee (fürs Östrogen) und Frauenmantel. Mach ich aber noch nicht so lange, daher kann ich nichts über die Wirksamkeit bzgl der Haare sagen, aber ich habe ein prima Haut bekommen...

Subject: Re: Alternative Eisenpräparate / Progesterongabe gg HA

Posted by [AndreaJF](#) on Fri, 13 Jul 2007 19:08:38 GMT

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

Hallo Ihr 2,

danke für Eure schnellen Antworten. Ich glaube, ich werde die Weleda Tropfen mal ausprobieren, ich habe sie nämlich schon bestellt; die Kräuterblut Tabl. habe ich auf der HP gesehen, das wäre eine gute Alternative, besonders weil noch C und B drin sind. Die Hormonselbsthilfe kenne ich nicht, aber die Seite werde ich mir gleich mal zu Gemüte führen. Heute war mein HA besonders schlimm, ach Mann, wenn das nur mal besser werden würde... Ich war bei einer Endokrinologin, die meine Schilddrüse untersucht hat, Ultraschall, Antikörper, aber lt. ihrer Aussage ist alles ok, auf keinen Fall eine Unterfunktion. Mittlerweile bin ich schon soweit, dass ich froh wäre, wenn etwas gefunden würde...

Nevertheless, ich werde das schöne Wetter morgen genießen, auch mit Haarausfall, manchmal denke ich, das Leben ist zu kurz, um deshalb sich so runterziehen zu lassen

Ein schönes Wochenende für Euch
Andrea

Subject: Re: Alternative Eisenpräparate / Progesterongabe gg HA

Posted by [AndreaJF](#) on Fri, 13 Jul 2007 19:36:51 GMT

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

Hallo derPunkt,

die "Hormonselbsthilfe-Seite" ist sehr interessant, ich vermute ja, dass mein HA hormonelle Gründe hat oder dass verschiedene Faktoren zusammenkommen. 20 Jahre Pilleneinnahme, absetzen, Hormone, Zwillingschwangerschaft, dann nach 2 Jahren kam er, der Haarausfall... Hast Du die Tests machen lassen oder die Beratung in Anspruch genommen?

Schmunzeln mußte ich aber doch einmal beim Lesen der Seite: Frau Buchner schaut aus, als

würde sie eine *räusper* Perücke tragen

Danke nochmals
Andrea

Subject: Re: Alternative Eisenpräparate / Progesterongabe gg HA
Posted by [Hühni](#) on Sat, 14 Jul 2007 06:36:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sag mal, wann ging der HA nach der SS bei Dir los???

Ich hatte nach beiden SSen gar nichts, erst jetzt, 1,5 Jahre nach der zweiten kam der HA zurück (hatte vorher schonmla zwei größere und einen kleineren Schub) ...

Subject: Re: Alternative Eisenpräparate / Progesterongabe gg HA
Posted by [AndreaJF](#) on Sat, 14 Jul 2007 18:58:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Hühni,
nach der SS, so 3 Monate später kam Haarausfall, aber der verschwand auch wieder nach einigen Wochen. Letzten Sommer hatte ich richtig glänzende Haare und dachte noch, ich verliere kaum Haare. Im September gings dann los, bis heute Schöner Mist...
