
Subject: Vitamin D und Haarausfall?

Posted by [Lula74](#) on Fri, 19 Oct 2007 10:40:07 GMT

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

Kann HA eigentlich auch von Vitamin D Mangel kommen (ohne andere Erkrankungen)? Ich kann dazu nichts konkretes im Internet finden, außer Studien mit Ratten:(

Mein Vitamin D wurde gemessen und es lag bei 8 (Normwert von 30-70)

LG

Subject: Re: Vitamin D und Haarausfall?

Posted by [tino](#) on Fri, 19 Oct 2007 19:02:21 GMT

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

Hallo Laila

Wie auch zu Biotin,Selen und Zink z.b,gibt es auch hier keine Studien.Bzw das sind aber alte Weisheiten,die schon sehr frueh enteckt und niedergeschrieben wurden.Meisst in alten Schmoekern.

Deficient heisst,das du rasch ergaenzen solltest.

gruss tino

Subject: Re: Vitamin D und Haarausfall?

Posted by [Lula74](#) on Sat, 20 Oct 2007 06:48:56 GMT

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

Danke für Deine Antwort. Ja, dass habe ich mir schon gedacht das es da keine Studien mit Menschen gibt. Habe jetzt schon Vitamin D Tropfen die ich anfangen werde;).....

LG

Subject: Re: Vitamin D und Haarausfall?

Posted by [Jadaa](#) on Sat, 20 Oct 2007 16:50:47 GMT

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

Hallo Laila,
bei mir wurde auch vor ungefähr einem Jahr ein Vitamin D Mangel gefunde. Meine Mutter hat

auch immer wieder einen sehr niedrigen Wert. Allerdings hat sich bei mir auch nach Einnahme und Wertnormalisierung NICHTS an den Haaren getan. Jetzt habe ich wieder nen niedrigen Wert und überlege mir, ob ich denn überhaupt anfangen sollte, wieder die Tabletten zu nehmen...

Mal überlegen. Da ich nächste Woche die Pille absetzen werde, werde ich wohl die Vit D nehmen..

Subject: Re: Vitamin D und Haarausfall?

Posted by [Lula74](#) on Sun, 21 Oct 2007 07:27:16 GMT

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

..also ich würde auf jedenfall Vitamin D nehmen wenn Dein Wert wieder niedrig ist, schon alleine wegen den Knochen:(. Ich muß auf jedenfall, denn meine Knochendichte ist für mein Alter viel viel zu niedrig. Ich werde das Vigantol Öl nehmen...hoffe es ist gut verträglich. Ich selber glaube auch nicht das es den HA beeinflussen wird, denn auch im Internet kann ich nichts konkretes im Zusammenhang mit Vit. D und HA finden. Leider.
