

---

Subject: Wer kann mir ein gutes Selenpräparat empfehlen?

Posted by [Shady](#) on Fri, 13 Jan 2006 08:16:29 GMT

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

---

Da bei mir ja auch ein Selenmangel diagnostiziert wurde, würde ich gerne Selen substituieren.

Wenn jemand ein höher dosiertes Präparat, das keinen Gelatine enthält?

Danke im Voraus!

---

---

Subject: Re: Wer kann mir ein gutes Selenpräparat empfehlen?

Posted by [tino](#) on Fri, 13 Jan 2006 14:29:25 GMT

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

---

Hallo Shady

Selenase von AP. Das ist Natriumselenit,..es wurde in vielen Studien(auch Gärtner Studie/Hashimoto) benutzt.

Gruss Tino

---

---

Subject: Re: Wer kann mir ein gutes Selenpräparat empfehlen?

Posted by [Anais](#) on Mon, 16 Jan 2006 15:18:34 GMT

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

---

Hi Tino

selenase AP ist zwar ohne Rezept erhältlich , da es unter 50 mikrogramm enthält, ist aber zu wenig wenn man Selen einnehmen möchte und in diesem Fall sogar ein Selenmangel vorliegt,sollte man mindestens 1 Tbl. selenase 300 RP /pro Tag einnehmen, das entspricht ca. 2 Trinkampullen a 100 mikrogramm Selenase(mit den Trinkamp. ist die Studie gemacht worden). Das ganze muss man sich dann also vorher auf Privatrezept verordnen lassen.

Viele Grüße Anais

Die Firma heißt übrigens nicht AP sondern biosyn

---

---

Subject: Re: Wer kann mir ein gutes Selenpräparat empfehlen?

Posted by [tino](#) on Mon, 16 Jan 2006 16:19:39 GMT

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

---

Hallo Anais

Tatsache,..der Hersteller heisst nicht AP,sondern Biosyn:-)Steht ja auch ganz gross drauf in Blau,..aaaaaaaaaaaaaaaa...ich werde alt,und meine Augen erst recht:-)

---

Na ja,..4 Stück von denen am Tag und sie hätte ihre 200 ug.Oder Selenase RP,..das nehme

Meinst du das hier:selenase® RP Tabletten  
Rp

Weit. Bestandteile: Mikrokristalline Cellulose, Sorbitol, Povidon, Magnesiumstearat,  
Stearinpalmitinsäure.

50 Tbl. (N2) 19,00 PZN 0794098  
100 Tbl. (N3) 28,50 PZN 0794106

?

Ich meinte das die Gärtner Studie mit Natriumselenit gemacht wurde,..auf einen Hersteller oder  
ein Präpperat bezog ich mich nicht.

Sag mal,..warum wird eigentlich Selenhefe nicht in der Medizin eingesetzt,..und was ist dran an  
der Besseren Aufnahme von Selenhefe?

Viele Grüsse

Tino

---

Subject: Re: Wer kann mir ein gutes Selenpräparat empfehlen?

Posted by [strike](#) on Mon, 16 Jan 2006 17:21:12 GMT

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

---

Subject: Re: Wer kann mir ein gutes Selenpräparat empfehlen?

Posted by [Anais](#) on Mon, 16 Jan 2006 18:17:39 GMT

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

Hallo Tino,

nein ich meine Selenase 300 RP , Selenase Rp enthält nur ca. 80 µg. Es gibt auch  
TrinkAmpullen mit 100 µg und 500 µg. Die Gärtnerstudie ist mit 2 Ampullen Selenase a 100  
µg gemacht worden.

Man weiß, dass die trinkamp. 100 %ig resorbiert werden. Und man weiß, dass bei den

Tabletten lange nicht soviel resorbiert wird. Deshalb werden die 300 µg Tbl empfohlen. Wobei ich selbst die Erfahrung gemacht habe, (erst Tbl) Selenspiegel stieg nur wenig an, dann die Trinkampullen(Selenspiegel stieg richtig gut an), das das wohl eher noch übertrieben wird. Ich glaube, dass bei den Tbl. höchstens 40 % resorbiert werden. Allerdings sind die Tbl. sehr viel günstiger als die überteuerten Trinkamp.

Zur Selenhefe oder auch Selenomethionin oder Natriumselenat:

Soweit ich weiß werden diese 3 Substanzen völlig anders verstoffwechselt als Natriumselenit, das Natriumselenit in der Lage ist freie radikale abzufangen und dafür zu sorgen das Glutadionperoxidase gebildet wird. Außerdem hat es den Vorteil , dass überschüssiges NaSe ausgeschieden wird.

Selenhefe fängt nicht direkt freie Radikale ab, sonder wird unspezifisch in z. Muskeln gespeichert.

Welches Natriumselenit man nimmt ist egal, aber es sollte halt Na Se sein und kein Selenat oder gar Hefe. Und wer es sich leisten kann, sollte die Trinkampullen bevorzugen.

Ich habe eine Broschüre : Selenase in der Onkologie bei mir zu Hause. Hier werden die Aufnahmewege genau erklärt. Falls du Interesse daran hast kannst du sie dir ja auch mal zusenden lassen. (ich hoffe die schicken sie an Nicht- niedergelassene Ärzte). Vielleicht gibt es die auch zum Herunterladen auf der Biosyn-Seite.Musst du mal schauen. Viele Grüße Anais

---

Subject: Re: Wer kann mir ein gutes Selenpräparat empfehlen?

Posted by [Quick](#) on Mon, 16 Jan 2006 19:19:09 GMT

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

---

hey anais vielen dank, war ein interessanter beitrag, habe bisjetzt immer 200mcq selenhefe tbl aus den usa eingenommen, werde dann wohl auch auf die selenase trinkampullen umsteigen. thanks.

Quick

---

Subject: Re:Strike und Anais

Posted by [tino](#) on Mon, 16 Jan 2006 19:31:03 GMT

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

---

Hallo ihr zwei

Ich schliesse mich Quicks Meinung an,..zwei sehr informative Beiträge,..für die auch ich mich bedanke!

Gruss Tino

---

Subject: @Anais

Posted by [Quick](#) on Mon, 16 Jan 2006 21:28:15 GMT

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

---

hi anais, mal eine frage...

wenn auf einer tablettenpackung die angabe "50 mikrogramm selen" steht, man sich die rückseite anschaut und dort unter "Inhaltsstoffe" natriumselenit findet, handelt es sich doch um den selben wirkstoff wie bei den tbl von der marke biosyn?! bitte nicht lachen aber meine frage ist berechtigt, beim dm markt habe ich selen tbl 40stück a50mikrogramm für 5euro entdeckt, und es steht natriumselenit bei den inhaltsstoffen. mich verwirrt halt nur der gewaltige preisunterschied....

Quick

---

---

Subject: Re: @Anais

Posted by [Anais](#) on Tue, 17 Jan 2006 07:06:21 GMT

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

---

Hallo Quick,

wieviel natriumselenit ist dann enthalten?Und achte darauf, dass es wirklich Natriumselenit und nicht Natriumselenat ist.

Könnte ja sein, dass auch zusätzlich noch Selenhefe enth. ist. Eigentlich müsste es dann schon verschreibungspflichtig sein, da Natriumselenit ab 50 µg verschreibungspflichtig ist.

Aber wer weiß? Würde evt. einfach mal beim Hersteller anrufen. denn 5 €ist ja wirklich super günstig. Ist aber halt auch kein Arzneimittel im dm.

Übrigens nur Natriumselenit darf nicht zusammen mit Vitamin C eingenommen werden, da Vit C Natriumselenit zum elementaren selen reduziert und somit wirkungslos ausgeschieden wird.

Außerdem wird Vitamin C durch NaSe oxidiert und auch wirkungslos. Also immer nach der Einnahme von Natriumselenit 20 - 30 min.warten. Viele Grüße Anais

---

---

Subject: Re: @Anais

Posted by [Anais](#) on Tue, 17 Jan 2006 07:13:43 GMT

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

---

Hallo, diese Aussage ist ja absurd.

Klar wird Natriumselenit in der Krebstherapie eingesetzt. Dosierung von 1000µg aber nur am Tage der Chemotherapie, Radiotherapie oder Operation, ansonsten dazw. 500 µg und in der nachsorge 200 µg immer in Trinkampullenform oder entspr. höher dosiert als Tbl. (oder auch als Infusion) NaSe reduziert die Nebenwirkungen der Therapie, da es die freien Radikale abfängt. Das heißt alle Krebspatienten haben durch den Krebs als solches und natürlich erst recht durch die Therapie/Operation eine extrem hohe Radikalbelastung. Bei hohen Selenspiegeln wir selten eine Tumorerkrankung festgestellt.

In dem Link geht es aber nicht um ein bestimmtes Präparat.

Viele Grüße Anais

---

Subject: Re: @Anais

Posted by [Anais](#) on Tue, 17 Jan 2006 12:25:34 GMT

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

---

Hallo, ja ich habe es nun gefunden. Is ja nen Ding. Dann das dürfen die gar nicht ohne Rezept verkaufen (ab 50 µg) verschreibungspflichtig.

Bestelle es doch mal und berichte dann, ob es tatsächlich 500 µg Kps für den preis waren und ob du ein Rezept brauchtest. Ist auf jeden Fall richtig superünstig.

Viele grüße Anais

---

Subject: SELEN 100mcg aus der Apo ohne Rezept

Posted by [Gast](#) on Wed, 18 Jan 2006 14:50:47 GMT

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

---

Hallo,

Die Verwirrung wird immer größer, hehe:

PZN Nummer: 4088316

ist dieses Produkt:

[http://www.loges.de/pages.php?rubrik=Produkte&ur=selen\\_graf\\_\\_100&Loges\\_Session=e1a2ac0c6403ed763913c49117697791](http://www.loges.de/pages.php?rubrik=Produkte&ur=selen_graf__100&Loges_Session=e1a2ac0c6403ed763913c49117697791)

bei [www.care-line.biz](http://www.care-line.biz)

SELEN Graf 100 Tabl.

Packungsgr.: 100St

statt 24.95 €1)

Preis: 18.71 €b)

Hersteller: DR.GRAF & CO. NACHF.

sind 100mcg Selen, rezeptfrei!

oder auch

<http://www.medpex.de/ProductDetailAction.do?p=4088316&n=SELEN%2BGraf%2B100%2BTabl>

<http://deutscheinternetapotheke.de/suche.html?start=yes&bezeichnung=&pzn=4088316&wirkstoff=Auswahl>

Gruß

tristan

---

---

Subject: Re: SELEN 100mcg aus der Apo ohne Rezept

Posted by [Quick](#) on Wed, 18 Jan 2006 17:54:03 GMT

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

---

hi, die tbl von selengraf scheinen wirklich günstig zu sein!! ich glaub ich würde diese den trinkampullen vorziehen, ist es denn bei allen natriumselenit tbl so das nur ca 40% resorbiert werden? dann müsste man ja jeden tag ca. 2-4 stück einnehmen...

Quick

---

Subject: Mein Selenpräparat

Posted by [Verena](#) on Wed, 18 Jan 2006 21:06:24 GMT

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

---

Hallo zusammen,

ich möchte noch schnell mein Selenpräparat nennen. Ich habe es erst heute bekommen. Nachdem ich ca.4 Wochen Selen als Tabletten eingenommen und sich nichts getan hat, wurde mir heute Cefasel 100 aufgeschrieben. Es enthält 100 ..g Selen. (Diese Zeichen vor dem g kann ich mit der Tastatur nicht schreiben).

Kennt Jemand dieses Mittel? Ich habe bis jetzt noch nie etwas von dieser Firma (Cefak) gehört.

Vielen Dank für Eure Hilfe.

Lieben Gruß von Verena

---

Subject: Selenium von Pomedii??

Posted by [Caro\\_D](#) on Thu, 19 Jan 2006 09:24:47 GMT

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

---

Hallo Zusammen,

habe von Pomedii das

Selenium 100 µg hefefrei bestellt.

Nehme jetzt anfänglich erstmal nur eine halbe Tablette und werden dann auf die 100 µg steigern.

Ihr habt soviel von anderen Selenmitteln gesprochen, das ich jetzt gar nicht weiß, ob ich das richtige habe...??

Viele Grüße,  
Caro

---

Subject: Re: Selenium von Pomedii??

---

Posted by [glockenspiel](#) on Thu, 19 Jan 2006 11:47:54 GMT

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

---

hi sancho

ich habe heute beim BIPA 100 µg natriumselenit, 60 tabs = 9 euro, pro tab 100 µg gesehen...

also das wärs doch?

---

---

Subject: Re: Selenium von Pomedii??

Posted by [glockenspiel](#) on Thu, 19 Jan 2006 12:07:01 GMT

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

---

ok, bin mir nicht mehr ganz sicher, ob der überhaupt auch in .de filialen hat...ich war mir ganz sicher

---

---

Subject: Wichtiges zu Selen

Posted by [Anais](#) on Sun, 22 Jan 2006 07:28:42 GMT

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

---

Hallo,

naklar gibt es die Fa. Cefak und die ist auch bekannt. Bekommst du dann jetzt Trinkampullen?

oder Tbl mit 100 µg(M plus AltGr = mikrogramm)?Es handelt sich in diesem Fall um Natriumselenit und du solltest mind. als Tbl 300 µg nehmen oder als Trinkamp. 200 µg.

Die Tbl werden immer!!! beim natriumselenit viel schlechter resorbiert als die Trinkampullen. Nur die Fa. biosyn macht in deutschland überhaupt Studien zum Thema Selen, und daher weiß ich es.(aber Natriumselenit ist Natriumselenit und wird in Form der Trinkamp in isotonischer Kochsälzlösung gelöst und schon über die Mundschleimhäute mit aufgenommen).

Allerdings sollt man hier die Preise vergleichen und evt. dannlieber die Tbl in doppelter Dosierung einnehmen.

Aber!!! alle Studien(v.a.D. die Gärtner Studie (Hashi) sind mit Trinkampullen, bzw. andere Studien mit der Infusion gemacht wurden und immer mit selnase!! alle anderen schreiben nur ab.

Also wenn ihr euch für Selen entscheidet nimmt 1. immer Natriumselenit 2. möglichst

Trinkampullen 3. Wenn Tabletten, dann bitte mindest. 50 % mehr als ihr von den Trinkamp.

nehmen würdet 4. Vergleicht gut die Preise? 5.Nimmt die Dosis immer als 1 x Dosis morgens mit mind. 30 min Abstand zu Vitamin C(O-saft)etc. 6. nicht ein- oder aussschleichen 7. ab 50 µg

ist natriumselenit verschreibungspflichtig(es sei denn es wird als NEM verkauft)8. lasst evt. mal euren Selenspiegel überprüfen, denn nur der sagt aus, ob ihr mit Selen ausreichend versorgt

seid oder nicht. Hier darauf achten, dass der Selenspiegel nicht aus dem Serum, sondern aus dem Vollblut bestimmt wird.(die Messung kostet zw. 9,50 und 30 €).Für 9,50 macht es das

Biosyn-Labor als Serviceleistung.

Viele Grüße Anais

---

---

Subject: Re: Wichtiges zu Selen - einschleichen oder nicht

Posted by [strike](#) on Sun, 22 Jan 2006 08:43:44 GMT

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

---

Subject: Re: Wichtiges zu Selen - einschleichen oder nicht

Posted by [Anais](#) on Sun, 22 Jan 2006 12:04:32 GMT

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

---

Hallo,

ich selbst habe auch Hashi und habe nicht eingeschlichen. Es gab keinerlei Probleme. (Anfangs dosierung bei mir 300 µg als Tbl, dann habe ich eine Zeit lang 2 300 Tbl genommen, zur Zeit nehme ich 500 µg als Trinkampullen) Auch Prof. Gärtner hat in seiner Studie nicht eingeschlichen. (keine Probleme) Aber wenn dann so viele meinen sie müssten dieses tun, warum nicht?

Viele Grüße Anais

---

Subject: Re: Wer kann mir ein gutes Selenpräparat empfehlen?

Posted by [lanegra](#) on Sun, 22 Jan 2006 12:45:21 GMT

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

---

Hi, Ich nehme Selen-Pos morgens und Zinkorotat-Pos abends schon ein Jahr lang, und es geht mir sehr gut damit nur zu empfehlen .lg lanegra

---

Subject: Re: Wichtiges zu Selen

Posted by [Verena](#) on Sun, 22 Jan 2006 13:04:30 GMT

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

---

Hallo Anais,

ich konnte erst Heute wieder reinschauen. Also ich bekomme diese Ampullen als Infusion. Wenn ich es richtig verstanden habe, dann ist das so wohl in Ordnung, oder?

Ich bekomme diese Infusionen 2x die Woche, wenn ich dran denke, dann nehme ich zwischendurch noch die Selentabletten ein.

Lieben Gruß von Verena

---

---



Subject: Re: Wieso Verwirrung?  
Posted by [strike](#) on Sun, 22 Jan 2006 15:15:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

---

Subject: Re: Wieso Verwirrung?  
Posted by [Gast](#) on Sun, 22 Jan 2006 15:58:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Strike,

Verwirrung meinte ich nur weil es hieß alles über 50mcg sei rezeptpflichtig, wobei dieses Selengarf 100mcg hat und frei ist. War also nur auf dieses Produkt bezogen.

Gruß

tristan

---

---

Subject: Re: Wichtiges zu Selen  
Posted by [Anais](#) on Sun, 22 Jan 2006 16:31:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Verena,  
das ist doch super mit der Infusion(müsste aber nicht zwingend sein) 2 100er Trinkamp./Tag tun es auch.  
Viele Grüße Anais  
P.S. Überschüssiges Natriumselenit wird innerhalb 24 Std. wieder ausgeschieden.

---

---

Subject: @strike: wg. Selen  
Posted by [Caro\\_D](#) on Mon, 23 Jan 2006 08:31:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Strike, habe dir dazu eine PN geschickt!  
Danke und viele Grüße,  
Caro

---

---

Subject: Achtung wichtig!!!!!!!!!!!!!!  
Posted by [Anais](#) on Mon, 23 Jan 2006 14:53:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

Achtung, ich hoffe du hast dich verschrieben und es handelt sich um 16,5 µg und nicht mg, denn dann wären es 16500 µg und hoffnungslos überdosiert. 16,5 µg wäre allerdings viel zu wenig. Man bräuchte mind. 300 µg, also 0,3 mg in Kpsform /Tag. Viele grüße Anais

---

Subject: Re: Achtung wichtig!!!!!!!!!!!!!!

Posted by [Anais](#) on Mon, 23 Jan 2006 15:13:29 GMT

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

---

Hallo,

aber es handelt sich um Natriumselenit,???oder?

Ich gehe mal davon aus, das diese 500 µg in einer Kapsel enthalten sind und der Rest sind Füllstoffe. Ist aber trotzdem eigenartig, dass es in dieser doch sehr hohen Dosierung ohne Rezept verkauft wird. Wäre intersessant, die vollständige Zusammensetzung der kapsel in Erfahrung zu bringen. Vielleicht kennst du einen Chemiker?

Aber keine Angst, 500 µ/Tag sind auch über einen langen zeitraum unbedenklich und da es nicht in isotonischer Kochsalzlösung vorliegt wird es ja auch nur sehr schwer vom Körper resorbiert.

Giftig ist Selen erst ab ca. 70 mg - 150 mg/Tag, bei einer langzeitdosierung ab ca. 1000 µg. Diese Angaben gelten für die flüssige Form und gelten für Gesunde. Das heißt bei Kranken =niedrigen Selenspiegeln (liegt eine hohe radikalbelastung vor und das Selen wird gebraucht) kann man auch ohne Bedenken mehr nehmen. Kommt also immer auf den Selenspiegel an.

Zu viel Selen (in maßen) wird übrigens einfach über den Urin ausgeschieden. Erste Anzeichen einer Überdosierung ist ein knoblauchartiger Mundgeruch, solange der nicht Auftritt besteht keinerlei Anzeichen einer Überdosierung.

ich nehme übrigens auch 500 µg als trinkampulle /Tag und habe damit einen guten Selenspiegle erreicht.

Viele GrüÙe anais

---

Subject: Re: Die Angaben auf der Dose sind seltsam

Posted by [Anais](#) on Mon, 23 Jan 2006 16:18:10 GMT

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

---

Jo,

das macht mich ratlos.

Warum Selnium???, Warum Natriumseleniet mit e?

Sehr sehr eigenartig. Ich gehe fast davon aus, das hier eine fehlangabe vorliegt und tatsächlich nicht 500 µg enthalten sind, da es nur ein NEM ist und Hulda Clark anscheineng kein Ahnung hat. Evt. ist es sogar nur Selenhefe und es wurde irgendwas falsch umgerechnet.

Anais

---