
Subject: Vitamin D Mangel - mit Schuld am HA?
Posted by [Nali](#) on Sun, 23 Jan 2011 12:15:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo!

Habe nun einen Vit. D Mangel festgestellt bekommen und bin nicht ganz sicher, ob damit u. a. auch der Haarausfall in Verbindung stehen könnte. Habe es früher nie getestet bekommen, deshalb hatte es mich auch irritiert, als der Arzt das meinte.

Ferritin ist weiterhin leider recht weit unten.

Zu den SD Werten meinte der Endo übrigens, dass ich LT absetzen soll... Komischer Weise hatte meine SD beim Nuk letztes Mal ein Volumen von gesamt 4,1 und jetzt bei dem Endo wo ich war 8,9?!?! Wie kann das angehen???

Könnt ihr mal rüber schauen?

25 OH Vit. D 13,3 (75,0 - 116,0)
Ferritin 18,6 (13 - 150)
TSH basal 0,69 (0,27 - 2,5)
FT3 3,4 (2,0 - 4,4)
FT4 12,2 (9,3 - 17,0)
TRAK <8,0 (0,0 - 9,0)

Danke!

PS: Nehme übrigens LT 75 bis dato

Subject: Aw: Vitamin D Mangel - mit Schuld am HA?
Posted by [Ataba](#) on Sun, 23 Jan 2011 12:18:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zum Thema Vitamin D kannst Dich bis zum Umfallen schlau lesen im Hashimoto Forum. Warst da schon?

Subject: Aw: Vitamin D Mangel - mit Schuld am HA?
Posted by [Ataba](#) on Sun, 23 Jan 2011 12:28:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nochmal ich. Musste mich nur schnell ums Essen kümmern.

Also Dein Ferritin ist ja schon arg schlecht. Was machst denn dagegen? Tabletten? Infusionen?

Bei mir hat die Behebung des Eisenmangels leider nichts gebracht. Also was den Haarausfall betrifft.

Zum Thema Vitamin D: ich hab auch einen diagnostizierten Mangel. Mein Wert lag im Sommer

bei 20,2 µg/l (20-70). NACH dem Strandurlaub.

Seit November nehm ich Vit. D. Der HA ist leichter geworden. Aber das mach ich jetzt nicht am Vit. D fest. Bei mir wird der HA seit 3 Jahren immer im Winter weniger. Um dafür im Mai/Juni wieder mit Horrorzahlen zuzuschlagen.

Von daher kann ich Dir leider nicht wirklich was dazu sagen.

Subject: Aw: Vitamin D Mangel - mit Schuld am HA?

Posted by [Nali](#) on Sun, 23 Jan 2011 13:00:18 GMT

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

Was nimmst du denn gegen den Vit D Mangel ein?

Mein Arzt hat mir nun Dekristol 20000 I.E verschrieben...

Die erste Woche jeden Tag eine, danach 1x in der Woche

Hab ein bisschen Angst, dass das zu viel sein könnte, weil ich gelesen hatte, dass zu viel Vit D schädlich ist.

Subject: Aw: Vitamin D Mangel - mit Schuld am HA?

Posted by [Mimi17](#) on Sun, 23 Jan 2011 14:48:28 GMT

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

Hallo Nali,

ja, nimm das Vitamin D. Das ist wichtig und bei Dir viel zu niedrig. Soooo schnell wirst Du den Wert damit nicht zu hoch bringen. Du solltest es einfach nach ein paar Monaten wieder kontrollieren.

ABER, offensichtlich ist Dein Endo TSH-hörig, denn er sagt, Du sollst das L-Thyroxin absetzen, weil Dein TSH eher im unteren Bereich ist. Mach ihn mal auf die freien Werte aufmerksam, FT3 ist ganz OK, FT4 schon im unteren Drittel. Bei SD-Erkrankten zeigt der TSH nicht immer zuverlässig an! Ich würde das Thyroxin auf keinen Fall absetzen, dann landest Du in der Unterfunktion.

Die Schilddrüse vergrößert sich auch manchmal, wenn der Körper zu wenig Hormone hat.

So war es bei mir auch, als man mich mit SD-Hemmern in die Unterfunktion geschickt hat. Du solltest Dir einen anderen Arzt suchen und eine zweite Meinung dazu einholen.

Viele Grüße

Mimi

Subject: Aw: Vitamin D Mangel - mit Schuld am HA?

Posted by [Ataba](#) on Sun, 23 Jan 2011 15:43:33 GMT

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

zum thema: die erste Woche jeden Tag eine Kapsel mit 20.000 IE

ich hab das nicht so gemacht (mir verschreibt aber auch kein Arzt Dekristol. Bin von lauter Ignoranten umgeben). Ich sättige seit November jeden Tag mit 5.000 IE auf.

Es gibt aber halt auch die "Schnellaufstättigung". Hiernach könntest Du wirklich mal im Hashimoto-Forum suchen.

Auf alle Fälle dauert es überhaupt schon 4 Monate um Aufzusättigen. Geh wirklich ins Hashimoto-Forum (du kennst es oder?) da gibts zig Beiträge. Schau Dir mal insbesondere die Userin "Dickerchen" an.

1 Dekristol in der Woche wäre dann $20.000 : 7 = 2.800$ täglich.

Subject: Aw: Vitamin D Mangel - mit Schuld am HA?
Posted by [camelia](#) on Sun, 23 Jan 2011 16:43:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Nali

Ich habe auch Vitamin V Mangel,und zwar noch schlimmer als bei dir,mein wert liegt bei 3!!!!!!!

Also ich hab das selbe Medikament bekommen,wie du.

ich soll 3 Monate lang jede Woche 1 Tablette nehmen,und ab dem 4 Monat jede 2 woche eins!
Bis du dir sicher dass du jeden Tag eine Tablette nehmen sollst???

Frage lieber nach,denn die Apothekerin meinte man muss aufpassen,denn zuviel vitamin D kann auch toedlich wirken,steht ja auch auf dem Beipackzettel.

Lg
camelia
