
Subject: Micronährstoffanalyse

Posted by [gretchen](#) on Fri, 25 Mar 2011 13:26:23 GMT

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

hallo ihr lieben,

ich hab mal wieder blutwerte...

und zwar war mein hausarzt so nett und hat neben der SD auch noch zink, B12 und ein paar weitere werte bestimmt.

ok, meine SD läuft wohl aufgrund der schwankungen von östrogen runter und prog. rauf bissl ausm ruder, aber das war alels schon um welten schlimmer .

was ich euch gerne zeigen möchte ist der für mich doch sehr große unterschied zwischen den nährstoffgehalten im blut und in den zellen. beide blutbilder wurden etwa zur gleichen zeit bestimmt, sonst würde ich sie nat. nicht vergleichen.

ich hoffe, ihr könnt es einiogermaßen lesen. siehe anhang. der obere abschnitt ist von einer homepage kopiert zum thema mikronährstoffanalyse, danach der befund vom hausarzt, darunter die analyse, die meine HP geordert hat....

was werde ich weiterhin tun? infusionen der fehlenden nährstoffe. diese könnte ich dank eines nährstoffdurchlässigen darmes niemals ausreichend oral substituieren.

außerdem habe ich eine sog. krypopolyurie, d.h. zink wird nicht kaum resorbiert und geht mit dem urin verloren. das haben sehr sehr viele leute...! drum gehts am besten direkt über die zelle also per infusion. orales zink werde ich mein leben lang zusätzlich nehmen müssen.

File Attachments

1) [Serum gegen Vollblut.doc](#), downloaded 508 times

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse

Posted by [michi74](#) on Fri, 25 Mar 2011 14:16:01 GMT

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

Hallo Gretchen,

was für Infusionen bekommst Du und macht dies Dein Hausarzt?

Ich hab auch einen Nährstoffmangel, der sogar im Serum sichtbar ist und dazu auch Krypopolyurie.

Viele Grüße
Michi

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [gretchen](#) on Fri, 25 Mar 2011 14:33:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich bekomme infusionen mit den stoffen, die ich laut der analyse brauche..

ne, macht meine HP, da der hausarzt den mangel ja (noch) nichtmal sieht. würde die kasse ja eh nicht zahlen.

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [Mimi17](#) on Fri, 25 Mar 2011 15:47:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Gretchen,
das ist wirklich interessant. Danke, dass Du das hier eingestellt hast.

Mir fällt aber auch auf, dass Dein T4 zwar zu hoch ist, aber Dein T3 ganz unten im Keller. Dein Speicher läuft über, aber verfügbar ist nix.... Hat Dein Doc dazu nichts gesagt?

Viele Grüße
Mimi

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [gretchen](#) on Fri, 25 Mar 2011 19:04:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo mimi,

Zitat:...dass Dein T4 zwar zu hoch ist, aber Dein T3 ganz unten im Keller. Dein Speicher läuft über, aber verfügbar ist nix.... Hat Dein Doc dazu nichts gesagt?

nein, leider sind sie da schon alle mit überfordert.
mehr als "umwandlungsstörung" o.ä. kommt da nicht bei raus....

was meinst du, wie ich das T3 hochkriege?

ein kombipräparat will ich nicht mehr nehmen. hatte mal novothyral.

meine SD macht nicht mehr viel (und das wäre noch geprahlt)...es sind 1-2mL.

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse

Posted by [Mimi17](#) on Fri, 25 Mar 2011 20:03:00 GMT

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

Hallo Gretchen,

also bei mir das mit Selen ganz gut geklappt. Da haben sich die Werte wieder angenähert. Ich habe mal 2 Monate Natriumselenit 100 µg genommen. Dein Selen-Wert ist zwar gut, aber ein bißchen Luft hättest Du noch, um es zu probieren.

Im SD-Forum hab ich auch schon mal gelesen, dass sie empfohlen haben L-Thyroxin leicht zu senken, vielleicht erstmal um 12,5 mg, dann würde der FT3 nachziehen. Das ist aber "hörensagen".

Nimmst Du auch das Silicium-Gel? Damit auch vorsichtig sein, wenn Du ein echter Hashimoto bist. Silicium kurbelt auch das Immunsystem an, was für Autoimmun-Erkrankungen nicht von Vorteil ist. Ich habe es leider nicht vertragen.

Liebe Grüße

Mimi

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse

Posted by [gretchen](#) on Sat, 26 Mar 2011 08:28:36 GMT

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

hallo mimi,

danke für den tipp. selen wird auch bestandteil meiner infusionen sein. und mein wert ist nicht wirklich gut. lediglich im vgl mit dem statistischen mittel in der bevölkerung. in der letzten zeile sieht man wie ich im vgl zum optimalbereich liege: ganz übel.

nein, ich nehm kein silicium gel...aber ich denke, ich bin auch kein echter hashimoto mehr, da da nicht mehr viel ist, was reagieren kann aufgrund meiner mini-sd.

sollte also ggf dochmal silicium gel probieren...das zum trinken meinst du sicher, das im kühlschrank gelagert werden muss...(das ich so leicht zu nehmen vergesse, habs nämlich schonmal probiert)

ich danke dir

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [Mimi17](#) on Sat, 26 Mar 2011 09:29:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Gretchen,
genau, das aus dem Kühlschrank, mach Dir einen Zettel dran, der Dich anspricht

Dann drück ich mal die Daumen, dass das mit dem Selen klappt. Der große Unterschied zwischen T3 und T4 ist nämlich auch Mist, für's Wohlbefinden und für die Haare.

Ach ja, Hashi wird man nicht los, nur weil die SD ganz klein oder weg ist. Die Grunderkrankung bleibt in der Regel, also die Tatsache, dass man eine Autoimmunkrankheit hat. Also sei vorsichtig mit dem Silicium und wenn Du das nächste Mal SD-Werte machst, lass die Antikörper mal wieder mitbestimmen.

Viel Erfolg !

Liebe Grüße
Mimi

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [gretchen](#) on Sat, 26 Mar 2011 21:30:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

danke mimi,

ja, ich neige stark dazu, das mit dem hashimoto nicht ernst zu nehmen.

hast du noch ein paar weitere infos für mich bzgl der differenz von t3 und T4 und den haaren?
oder nen tipp, wo ich sowas nachlesen kann?

im hashi forum bin ich schon länger nicht mehr aktiv, weil ich da nur wenig antworten bekam.

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [Mimi17](#) on Sun, 27 Mar 2011 07:51:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hm, das kenn ich, ich hab den Basedow auch nicht so sehr ernst genommen und das ist mir nicht gut bekommen. Die Ärzte haben mit mit einer UF rumlaufen lassen und ich hatte zu der Zeit noch keinen Plan. Sehr ungünstig, passiert mich nicht nochmal

Inzwischen weißt Du ja viel über die Sexualhormone und die SD-Hormone gehören einfach dazu. Wenn die SD stimmt, stimmt meist der Rest auch nicht (zumindest ohne den Störfaktor der hormonellen Verhütung). Wenn die SD-Hormone wieder passen ziehen die anderen Hormone oft nach. Daher die FTs lieber nicht vernachlässigen.

Leider hab ich keine Literatur dazu. Ich hatte das Problem mit dem hohen FT4 und niedrigem FT3 letztes Jahr auch und hab mich gewundert, dass es mir nicht gut geht, wo doch alles hübsch in der Norm war. Im HT-MB Forum hab ich auch nur die Umwandlungsstörung gefunden und da ich ja kein Thyroxin nehme, blieb mir nur der Versuch mit dem Selen. Das hat geholfen und der FT3 ist aus der Versenkung gekommen. Und damit ging es mir besser. Dann sind auch wieder viele kleine neue Haare gewachsen

Erst als ich wieder in fetter ÜF war, sind die Haare dann auch wieder vermehrt geriesel. Im moment sind die SD-Werte ganz gut und der HA auch im "Normbereich" Mal sehen, wie es weitergeht.

Wobei ich schon auch meine anderen Hormone dezent unterstütze, also ein wenig Östrogen und ein wenig Progesteron. Aber ich hab festgestellt, dass mir das nicht geholfen hat, solange die SD-Werte noch im Argen lagen.

LG
Mimi

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [gretchen](#) on Sun, 27 Mar 2011 08:45:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo mimi,

vielen dank, das war ein guter tipp. werd ich machen und berichten .

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [Ponyfranse](#) on Wed, 30 Mar 2011 10:29:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi!

Hatte ich nicht auch in meinem Blutbild diese unterschiedlichen T3 und T4 Werte?!

Das könnte auch ein HA-Auslöser sein?

PS: Ich nehm auch Silicum-Gel

Mir gehts auch net soooo gut!

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [maurizio](#) on Wed, 30 Mar 2011 17:22:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo liebes gretchen,

mir gehts heute auch nicht so gut, bin seit 2 tagen ohne progesteron,
weil ich dann morgen den speicheltest machen will.
irgendwie war heute ein schlechter, übelgelaunter tag.

unglaublich auf was man alles achten muss.
schilddrüsenhormone, ft3 und ft4, hormone im allgemeinen wie
progesteron, östrogen, testesteron.
dann all die nährstoffe, die einem fehlen könnten.....
mich macht das langsam ganz wirr.

kopf hoch, morgen haben wir wieder einen guten tag, abgemacht?

nici

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [gretchen](#) on Wed, 30 Mar 2011 18:49:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hi nici,

war heut auch irgendwie bescheiden drauf....total schlappe haare...fusselig und ohne jeden stand
dazu ultra wassereinlagerungen...tut alles weh ...

prog. ist halt auch kein zaubermittel und ich glaube wir spüren sehr deutlich unseren zyklus. bei
mir ist es um die zeit jedenfalls immer so...nur diesmal besonders ätzend...(bin kanz kurz vor der
mens).

morgen machen wirs besser, ja.

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [maurizio](#) on Wed, 30 Mar 2011 18:57:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

weisst du was so seltsam ist.
ich hatte nie, wirklich nie menstruationsproblem.
okay, wassereinlagerungn hatte ich schon, oder pickelchen
vor der mens.
aber nie andere probleme. die habe ich erst, seit ich meine
tochter (also nach der 2. schwangerschft) habe.

das nervt so. ich möchte so sein, wie ich bin, und nicht so
was mein hormonsystem aus mir macht

nici

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [gretchen](#) on Wed, 30 Mar 2011 19:25:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

das hab ich schön öfter von frauen gehört....ggf pendelt sich das hormonsystem garnicht mehr da ein, wo es mal war....

was schlimm wäre, denn das hieße ggf auch, dass sich der homonstatus von VOR dem HA auch nciht mehr so einstellt *hm*

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [Mimi17](#) on Wed, 30 Mar 2011 20:25:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Ponyfranse,
bei Dir war das aber anders herum, der FT4-Wert (Speicherwert) war relativ niedrig während der FT3-Wert (das aktive Hormon) relativ hoch war. Dein TSH lag mit 1,19 sehr gut. Der Körper setzt z.B. bei körperlicher Anstrengung, z.B. Sport, viel FT3 frei. Das ist nicht so ungewöhnlich.

Antikörper hast Du auch keine, ich würde da jetzt keine SD-Erkrankung vermuten. Wenn Deine SD-Werte öfter zur Unterfunktion tendieren (schwacher FT4), kann das durchaus an der Pille liegen.

Du kannst es ja bei Gelegenheit nochmal überprüfen lassen.

OK?

Liebe Grüße
Mimi

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [springflower](#) on Sat, 02 Apr 2011 20:55:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Gretchen!

Das klingt interessant mit diesen Mikronährstoffen. Wieviel hast Du für die Analyse gezahlt und was kosten Dich jetzt die Infusionen? Wäre ja toll wenn es Dir was hilft!

Wie geht es Dir überhaupt mit Fin?

Lg Linda

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [gretchen](#) on Sat, 02 Apr 2011 21:46:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hi,

die analyse kostet ~45.-, eine (!) infusion mit dem nötigsten ~95.- und es sollten 10 sein. das geht nur mittels zusatzversicherung (zahlt 90%) oder mit ner privatversicherung...

mit fin ncihts neues. traue mich noch nicht abzusetzen.....WERDE es aber, sobald sich alles stabilisiert hat.

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [springflower](#) on Sun, 03 Apr 2011 12:30:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi!

Wirklich die Analyse der Mikronährstoffe hat nur 45 Euro gekostet? Hat da einen Teil schon Deine Versicherung übernommen. Kommt mir recht wenig vor für so eine private Analyse. Stimmt das? Man zahlt ja schon für irgendwelche einzelne Werte im Blut beim Hausarzt so viel...

Die Infusion ist schon recht teuer! Wenn Du eine gute Versicherung hast ist dass dann ja Gott sei Dank kein Problem!

Kann Dich wegen Fin verstehen, aber ich denke es wird sich im Rahmen halten wenn Du es dann absetzt!

Lg Linda

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [Nali](#) on Tue, 12 Apr 2011 08:58:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Gretchen,

kann man das mit dem Darm nur mittels Darmspiegelung testen lassen oder was gibt es da für Möglichkeiten? Wie hast du es testen lassen?

Ich würde auch gern mal testen lassen in wie fern mein Darm eigentlich aufnahmefähig genug ist.

Nehme Nems und nix wirkt wirklich...

Infusionen macht wiederum aber leider auch nicht jeder Arzt.

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [gretchen](#) on Tue, 12 Apr 2011 10:12:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo,

Zitat:Wirklich die Analyse der Mikronährstoffe hat nur 45 Euro gekostet? Hat da einen Teil schon Deine Versicherung übernommen. Kommt mir recht wenig vor für so eine private Analyse. Stimmt das? Man zahlt ja schon für irgendwelche einzelne Werte im Blut beim Hausarzt so viel...

Die Infusion ist schon recht teuer! Wenn Du eine gute Versicherung hast ist dass dann ja Gott sei Dank kein Problem!

ja, das war wirklich so . von bioveda oder so glaub ich. bitte selbst googeln, hab grad nicht die zeit, das rauszusuichen. für mich hatte damals meine hp den bogen ausgefüllt, denn ihr braucht jem. der euch das blut abnimmt.

bisher hat meine versicherung noch nichts übernommen. das seh ich dann erst noch und ich trete bislang in vorleistung, schildere euch also die tatsächlichen preise .

@ nali: die darmanalyse fand mittels stuhlprobe statt. glaube 160.-

infusionen machen manche heilpraktiker. das kann man ja auch im vorfeld abklären.

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [maurizio](#) on Wed, 13 Apr 2011 19:22:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mensch, gretchen, du hattest so einen tollen link zu einem bericht über nährstoffe und ich find den nicht mehr kannst du mir nochmals sagen wo der war?

nici

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [gretchen](#) on Wed, 13 Apr 2011 19:23:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ nici, kannst du das bissl genauer beschrieben? hab sooooo etliche links hier abgelegt.... morgen abend schau ich dann....

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [maurizio](#) on Thu, 14 Apr 2011 08:36:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

der bericht über die nährstoffe und die auswirkungen wenn sie fehlen von igend einem dr.....

nici

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [gretchen](#) on Thu, 14 Apr 2011 10:06:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

das hier??

aber die datei kannst du in dem thread immer wieder anklicken....

File Attachments

1) [Vitamine_Vortrag_Dr. Joel D. Wallach.doc](#), downloaded 432 times

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [maurizio](#) on Thu, 14 Apr 2011 10:13:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

in diesem thread?

ich kann hier keinerlei links mehr sehen, ausser deinen ersten mit der blutanalyse.

seltsam

aber danke! jetzt habe ich ihn fest auf meinem rechner gespeichert.

nici

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [gretchen](#) on Thu, 14 Apr 2011 11:53:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ne, woanders aber ganz aktuell meine ich....ich blicke auch nicht mehr durch ...hauptsache, das war die richtige datei eben

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse

Posted by [lala](#) on Sun, 17 Apr 2011 14:46:28 GMT

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

gretchen schrieb am Tue, 12 April 2011 12:12hallo,

Zitat:Wirklich die Analyse der Mikronährstoffe hat nur 45 Euro gekostet? Hat da einen Teil schon Deine Versicherung übernommen. Kommt mir recht wenig vor für so eine private Analyse. Stimmt das? Man zahlt ja schon für irgendwelche einzelne Werte im Blut beim Hausarzt so viel...

Die Infusion ist schon recht teuer! Wenn Du eine gute Versicherung hast ist dass dann ja Gott sei Dank kein Problem!

ja, das war wirklich so . von bioveda oder so glaub ich. bitte selbst googeln, hab grad nicht die zeit, das rauszufinden. für mich hatte damals meine hp den bogen ausgefüllt, denn ihr braucht jem. der euch das blut abnimmt.

bisher hat meine versicherung noch nichts übernommen. das seh ich dann erst noch und ich trete bislang in vorleistung, schildere euch also die tatsächlichen preise .

@ nali: die darmanalyse fand mittels stuhlprobe statt. glaube 160.-

infusionen machen manche heilpraktiker. das kann man ja auch im vorfeld abklären.

hi gretchen,
du ich finde das mit der mikronährstoffanalyse nicht. meinst du BIOVEA? aber da kann man m.W. nur NEMs kaufen?

danke!

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse

Posted by [gretchen](#) on Sun, 17 Apr 2011 23:27:27 GMT

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

hallo lala,

ich sollte wirklich nicht "mal eben schnell" antworten....

der name der firma ist biovis. hab eben nochmal nachgesehen.

sorry, für das ducheinander...hab gerade leider nicht die zeit die ich gern hätte

weiß nicht, ob man da auch selbst bestellen kann. hatte den test wie gesagt bei der hp machen lassen.

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [lala](#) on Tue, 19 Apr 2011 18:01:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

gretchen schrieb am Mon, 18 April 2011 01:27hallo lala,

ich sollte wirklich nicht "mal eben schnell" antworten....

der name der firma ist biovis. hab eben nochmal nachgesehen.

sorry, für das ducheinander...hab gerade leider nicht die zeit die ich gern hätte

weiß nicht, ob man da auch selbst bestellen kann. hatte den test wie gesagt bei der hp machen lassen.

danke dir. hab den Bogen mal angefordert...

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [springflower](#) on Fri, 22 Apr 2011 09:39:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo!

@ Gretchen

Danke für den Namen der Firma. Ich habe nämlich zuvor auch nichts gefunden und wollte schon nachfragen.

@lala

Wo hast Du den Bogen angefordert?

Ich finde da auf der Website von biovis-diagnostik.de nichts...

Es steht nurZitat:minimieren

Unsere Internetseite wird zur Zeit überarbeitet. In kürze stehen Ihnen hier neue Unterlagen und Funktionen zur Verfügung. Wir bitten um Ihr Verständnis!

Lg Linda

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [lala](#) on Tue, 26 Apr 2011 16:45:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

springflower schrieb am Fri, 22 April 2011 11:39Hallo!

@ Gretchen

Danke für den Namen der Firma. Ich habe nämlich zuvor auch nichts gefunden und wollte schon nachfragen.

@lala

Wo hast Du den Bogen angefordert?
Ich finde da auf der Website von biovis-diagnostik.de nichts...

Es steht nurZitat:minimieren

Unsere Internetseite wird zur Zeit überarbeitet. In kürze stehen Ihnen hier neue Unterlagen und Funktionen zur Verfügung. Wir bitten um Ihr Verständnis!

Lg Linda

ja, das stand bei mir auch da. aber es gibt kontaktdaten... hab ne email hingeschrieben

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [springflower](#) on Sat, 07 May 2011 16:48:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo!

@ Gretchen

Wie geht es Dir mit den Infusionen? Merkst Du schon irgendetwas? Mehr Energie oder ähnliches? Wie geht es Dir mit Fin? Nimmst Du es jetzt als Langzeittherapie?

@lala

Hast Du schon eine Antwort bekommen bzw. Auskunft wegen der Micronährstoffanalyse?

Weißt Du wie teuer es dort ist? Ich kann den Preis von ca. 49 Euro von Gretchen irgendwie kaum glauben... Das wäre ja ein phantastischer Preis!

Wäre nette, wenn Du was weißt und es dann hier reinstellst!
DANKE!

Lg Linda

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [gretchen](#) on Sat, 07 May 2011 20:16:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo,

ich merke da ansich nicht viel....wäre gelogen, zu sagen, ich fühl mich wie herkules, nach jeder infusion...ich denke, die zellen saugen das auf und füllen erstmal die defizite auf...alles funktioniert besser. was ich allerdings echt merke: kopfschmerzen hab ich so gut wie nicht mehr. früher alle paar tage.

außerdem: ich kann auch mal ne erkältungswelle überspringen ...früher hatte ich mehrmals jährlich nasennebenhöhlenentzündungen. aus jedem schnupfen ist ne riesen sache geworden...das gibts jetzt schon sehr lange nicht mehr.

fin nehme ich seit feb 2010, 5mg pro tag. werde aber bald reduzieren. ggf gehts auch ohne aber das werd ich nur sehr langsam austesten. keine experimente mehr .

der preis stimmt echt. kann die rechnung ja mal scannen, falls ihrs so nicht glauben könnt .

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [bienchen77](#) on Sun, 08 May 2011 20:10:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Vollblutmineralien Die für die Muskelfunktion extrem wichtigen Mineralstoffe Kalium und Magnesium, deren Mangel zum Beispiel zu hartnäckigen Muskelverkrampfungen führen kann

Wenn man in der Richtung ein Mangel hat.....sind Verspannungen auf dem Kopf auch nicht weit hergeholt....hatte da mal von der AC Therapie gelesen, aber ist ar.....teuer...

Subject: Aw: Micronährstoffanalyse
Posted by [bienchen77](#) on Sun, 08 May 2011 20:24:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

bienchen77 schrieb am Sun, 08 May 2011 22:10Zitat:Vollblutmineralien Die für die Muskelfunktion extrem wichtigen Mineralstoffe Kalium und Magnesium, deren Mangel zum Beispiel zu hartnäckigen Muskelverkrampfungen führen kann

Wenn man in der Richtung ein Mangel hat.....sind Verspannungen auf dem Kopf auch nicht weit hergeholt....hatte da mal von der AC Therapie gelesen, aber ist ar.....teuer...

ich habe gerade im Forum nur negatives gelesen über die AC Therapie.....
