
Subject: An die Hormonspezialisten hier :)
Posted by [Tristesse25](#) on Sun, 10 Apr 2011 10:13:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ihr Lieben!

Ich habe ENDLICH meine Blutwerte erhalten. Leider ist, wie erwartet, nicht alles okay. Tipp des Arztes: Nachuntersuchung und wenn nötig wieder Hormone schlucken - will ich aber nicht!!!

Könnt ihr euch die Werte mal anschauen? Blutentnahme war am 17. Zyklustag.

Merci!

File Attachments

1) [Blutwerte Febr. 2011.jpg](#), downloaded 444 times

ung

Wert

1 LEUKOZYTEN	5,53
Erythrozyten	4,31
Hb g/dl	13,3
HKT	41,4
MCV	96,1
MCH/HbE	30,9
MCHC	32,1
THROMBOZYTEN	217
Basophile	1,1
EOSINOPHILE	2,4
Neutro	51,5
LYMPH	35,6
Mono	9,4
alk. Phosphatas	69,0
GAMMA GT	11,00
GOT	27
GPT	18
Cholesterin	182
Triglyc	71
HDL-Chol.	96

Subject: Aw: An die Hormonspezialisten hier :)
Posted by [cereza](#) on Sun, 10 Apr 2011 13:04:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich kann dazu zwar gar nix sagen, aber: was ist denn vd25? *noch nie gehört*

Subject: Aw: An die Hormonspezialisten hier :)
Posted by [Tristesse25](#) on Sun, 10 Apr 2011 14:07:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Google sagt...
Vitamin D, 25-Hydroxycholecalciferol (VD25)

Subject: Aw: An die Hormonspezialisten hier :)
Posted by [Mimi17](#) on Sun, 10 Apr 2011 17:56:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,
ich würde mich zwar nicht als „Spezialisten“ bezeichnen, antworte Dir aber trotzdem so gut
ich kann

Vitamin D3 dringend auffüllen. Dazu Magnesium und Calcium nicht vergessen. Beste Info dazu
im HT-MB-Forum Lexikon Vitamin D
<http://www.ht-mb.de/forum/vbglossar.php?do=showentry&id=81>

Dein Ferritin ist schlapp, auch wenn es in der Norm liegt. Anzustreben sind hier Werte um 100
ng/ml.

LH und FSH sind von der Zyklusphase abhängig. 17ter Zyklustag wäre ja schon Lutealphase,
so Du denn einen regelmäßigen Zyklus von ca. 28 Tagen hast. Da lägen Deine Werte knapp
im Rahmen (http://www.endokrinologikum.com/index.php?cccpage=ae_diagnostik_anabasis_hormone_detail&set_z_anabasis_hormone=22)

Soweit ich gelesen habe, sollte der FSH/LH-Quotient eher Anfang des Zyklus (3-5.ZT) gemacht
werden. Das wäre nicht schlecht bei Dir, da das Androstendion und das Testosteron recht hoch
liegen.
Progesteron ist für den 17. ZT etwas schwach. Jedenfalls nach den Referenzwerten des
Endokrinologikums (Link s.o.)
Dein Estradiol ist auch eher schwach in der Norm.

Wann hast Du die Pille abgesetzt? Ist das schon 6 Monate oder mehr her? Hast Du noch andere
Beschwerden außer dem HA?

Liebe Grüße
Mimi

Subject: Aw: An die Hormonspezialisten hier :)
Posted by [Tristesse25](#) on Mon, 11 Apr 2011 06:23:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mimi,
herzlichen Dank!

Mich wundert, dass der Endo nicht nach dem Zyklustag gefragt hat. Ich habe die Pille im Juni 2010 abgesetzt und hatte dann erstmal 6 Monate gar keine Periode, wobei mein DHEAS Wert stark erhöht war. Er schreibt zu den heutigen Werten, FSH und LH seien stark angestiegen. Was den HA betrifft, hat er sich gar nicht mehr geäußert. Auch Vit.D wurde nicht kommentiert.

Meinen Ferritinwert habe ich noch nie ü30 bekommen
Bin aber schon am Tabletten schlucken...

Viele liebe Grüße!

Subject: Aw: An die Hormonspezialisten hier :)
Posted by [Mimi17](#) on Mon, 11 Apr 2011 07:44:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,
also Vit. D wird auch als Pro-Hormon bezeichnet. Es ist wichtig. Wenn er Dir da kein Dekristol verschreibt, dann versuch es mit Vigantolekten 1000. Davon mußt Du dann leider relativ viel nehmen.

Zum Ferritin: ich weiß nicht, was Du da nimmst. Mir haben die Ferro-Sanol Duodenal gut geholfen, sind auch hochdosiert Aber die verträgt wohl nicht jeder gut. Wichtig bei Eisen generell: 2 Std. vorher und 2 Std. nachher NICHTS ESSEN und am besten zusammen mit Vitamin C nehmen, dann wird das Eisen besser aufgenommen. Keine anderen Medis dazu nehmen (kein Zink, Magnesium etc.). Die behindern sich gegenseitig in der Aufnahme.

Ich würde diese beiden Sachen zuerst in Ordnung bringen und in 3 - 4 Monaten ein neue Blutuntersuchung am 3 - 5 Zyklustag machen.

Viele Grüße
Mimi

Subject: Aw: An die Hormonspezialisten hier :)

Posted by [Tristesse25](#) on Mon, 11 Apr 2011 09:05:10 GMT

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

...ich dachte immer Vit.D reguliert sich recht schnell wieder durch die Sonneneinstrahlung Den Endo sehe ich vorerst gar nicht wieder, frühestens in 5 Monaten, d.h. ich bestelle Vigan..Wie viele sollte man davon einnehmen?

Ja, ich nehme Ferro-Sanol. Der Arzt hat mir geraten die Tabletten abends einzunehmen. Ich finde, das ist eine gute Lösung. Eisen schlägt bei mir sehr auf den Magen.

Liebe Grüße

Subject: Aw: An die Hormonspezialisten hier :)

Posted by [Cora](#) on Mon, 11 Apr 2011 09:15:34 GMT

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

Damit Vit. D durch Sonneneinstrahlung wieder rauf geht, musst du - glaub ich! - aber täglich ne Stunde OHNE Sonnenschutz (!!) sonnenbaden, und zwar nicht nur Gesicht und Arme, sondern großflächiger. So hab ichs im ht-mb Forum mitbekommen. Drum ist das gar nicht so einfach mit dem Vit. D.

Was die Einnahme angeht: <http://www.ht-mb.de/forum/vbglossar.php?do=showentry&id=81>
