
Subject: Hormonwerte bitte um Rat
Posted by [mellispirelli](#) on Thu, 26 Jul 2012 21:31:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hier mal die Werte meiner SD Untersuchung im Februar. Kontrolle ist für August empfohlen.

fT3 0,26 (0,18-0,47 ng/dl)
fT4 1,27 (0,80-1,90 ng/100ml)
TSH 0,95 (0,3-4,0 µIE/ml)
TPO-AK 16,20 U/ml (normal <35 U/ml, pathologisch >50 U/ml)
TSH-Rezeptor Antikörper <0,1 IU/l (normal <1 IU/l)

Schilddrüsenszintigraphie: Thyreoidale Nuklidaufnahme: 1,93 % hochnormal.

Beurteilung:

Normal große Schilddrüse ohne Knoten oder entzündliche Veränderungen.
Nur gering erhöhte Peroxidase Antikörper, sodass hier ein Immuntherapie wohl nicht vorliegt.
Schilddrüsenfunktion normal.

Nun habe ich beim FA meine Hormonwerte bestimmen lassen.
Ich habe heute telefonisch die Ergebnisse bekommen, daher etwas unvollständig (bitte um Verzeihung):

? 7,4
Östrogen 128
Gelbkörper 5,5
Testosteron 0,3

Den ersten Wert habe ich nicht ganz mitschreiben können, da wie gesagt nur am tel., hole mir den Ausdruck noch!

Laut FA sind die Werte alle in der Norm, nur der Gelbkörperwert ist etwas niedrig. Laut FA bin ich ja bereits mitte 40 und da könnte man mit dem Wert gut leben... Wenn ich möchte würde er mir Utrogest aufschreiben... Ich soll's mir überlegen.

Ich bin ziemlich niedergeschlagen, weil sich meine Hoffnung in Bezug auf den Haarausfall nicht bewahrheitet haben. Einerseits bin ich froh, dass ich keine Hormonersatztherapie machen muss, aber ich möchte auch meinen Haarausfall stoppen! Und dies wäre nach der ganzen Mirenageschichte die plausibleste Erklärung gewesen.

Nun warte ich sehnlichst auf den Endo...

Mag jemand zu den Werten noch etwas sagen?

Subject: Aw: Hormonwerte bitte um Rat

Posted by [muckimuck](#) on Fri, 27 Jul 2012 10:03:31 GMT

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

Hallo Mellispirelli,

also ich finde Deine SD-Werte noch etwas niedrig..... nimmst Du SD-Hormone?

Wegen den anderen Hormonwerten - stell mal die Referenzwerte ein, wenn Du sie vorliegen hast. Dann kann man mehr dazu sagen.

Bei mir ist es ähnlich - SD-Unterfunktion und Gelbkörperschwäche. Deswegen nehme ich seit ein paar Tagen Utrogest ein - vorher hatte ich es mal einen Monat mit natürl. Progesteroncreme genommen.

Mein neuer Gyn sprach von einer Östrogendominanz, die auch HA auslösen kann. Ich versuche es, verspreche mir aber nicht viel davon.

LG!

Mucki

Subject: Aw: Hormonwerte bitte um Rat

Posted by [mellispirelli](#) on Sun, 29 Jul 2012 13:04:53 GMT

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

Hallo muckimuck,

ich nehme keine SD-Hormone. Laut Arzt sind die Werte o.k.
Ich denke mittlerweile auch, dass es von Schilddrüse kommt.
Habe nochmal die Symptome der Unterfunktion durchgelesen und kann vieles mit ja beantworten.

Meinst du ich sollte mal den Arzt nach SD-Hormonen fragen?

Kann ja nur besser werden.

Habe gestern an die 400 Haare gelassen und heute ca. 250
Hab gestern erstmal mächtig Tränen vergossen!

Ich überlege auch, ob ich mir das Utrogest vom FA hole.
Die Creme hat lt. FA nicht soviel Erfolge gezeigt, deswegen verschreibt er Utrogest nur noch oral.

Oh mann, ich hätte gern die Lösung für das Haarproblem.

Ich bereue es so dermassen, diese Hormonspirale genommen zu haben. Ich bin überzeugt,

dass meine Probleme damit erst anfangen!

Die anderen Werte stelle ich nochmal ein...

Subject: Aw: Hormonwerte bitte um Rat
Posted by [mellispirelli](#) on Thu, 02 Aug 2012 18:55:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hier meine Blutwerte vom Endo:

BKLZ01 83 mg/dl (60-125)
CHOL 277 mg/dl (0-200)
KREA02 0,64 mg/dl (0-1,1)
KALI 4,4 mmol/dl (3,5-5,6)
ALKP02 43 U/l (35-105)
GAGT02 37 U/l (0-40,4)
TS1E01 1,76 µIU/ml (0,27-4,2)
ERY 4,26 Mio/µl (3,9-5,2)
HB 13,2 g/dl (12-16)
BMCV 93 fl (78-98)
HBEB 31 pg (26-32)
#MCH 33 g/dl (30-36)
#NEU 53,8 % (40-75)
#LYM 33,7 % (15-45)
#EOS 2,9 % (0-7)
#LUC 0 % (bis 3)
FERR01 100 ng/ml (15-150)
COR101 210 ng/ml (23-194)
COR201 55 ng/ml (62-194 morgens)
#BAS 0,5 % (0-1)
#MON 9,1 % (0-13)
CAL01 2,35 mmol/l (2,16-2,62)
F.H.01 5,4 mIU/ml (25-135)
HAEK 40 % (36-46)
L.H.01 3,8 mIU/ml (16-55)
LACR negative
LEUK 6,5 Tsd/µl (4-10)
THRM 315 Tsd/µl (150-400)
OSTA01 28 pg/ml (0-40)
TEST01 1,18 pg/ml (0-2,03)
DHES01 161,3 µp/dl (98,8-340)
RDW 13,3 % (0-15)
ELAI1S 3,5 % (3,10-5,6)
ELA2S 8,5 % (6,8-13,70)
ELALS 60,7 % (54,7-66,0)

ELBES 10,7 % (9-13,7)
ELGAS 16,6 % (10,6-19,
GFRK 101 ml/min (60-100)

Laut Endo ist alles in Ordnung und ich weiß bald nicht mehr weiter. Ich dachte hier liegt der Schlüssel für den Haarausfall.

Mag mal jemand was zu den Werten schreiben?

Subject: Aw: Hormonwerte bitte um Rat
Posted by [muckimuck](#) on Thu, 02 Aug 2012 19:52:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Als erdtes sehe ich Deinen hohen Cholesterinwert, der typisch fuer eine SD Unterfunktion waere..... Passt zu Deinen SD Werten.
So....jetzt schau ich mal weiter ob mir noch was auffaellt.

Subject: Aw: Hormonwerte bitte um Rat
Posted by [mellispirelli](#) on Fri, 03 Aug 2012 09:49:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo mucki, ich versteh das nicht, warum sagen die aerzte immer meine sd ist i. O.? Ich denke ja auch die werte sind eher niedrig. Und das cortisol ist doch auch nicht i d norm, oder?

Subject: Aw: Hormonwerte bitte um Rat
Posted by [muckimuck](#) on Fri, 03 Aug 2012 10:12:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja - das ist so eine Sache.....
Meine SD-Werte waren auch noch in der Norm - wenn auch an der total unteren Grenze.
Ich hatte aber alle möglichen UF-Anzeichen - und mein Endo meinte: alles ist gut.
Bin dann mit den Werten zu meinem Hausarzt und der hat mir sofort L-Thyroxin aufgeschrieben.
Ich sollte es halt mal probieren, ob es mir dann besser geht.
Das tut es auf jeden Fall - nur die Haare..... die rieseln immer noch.
Vielleicht solltest Du mit Deinen Werten mal zum Hausarzt gehen und schildern, was genau Du für UF-Symptome hast.
Auch wenn die Werte in der Norm sind, kann man eine heftige ÜF oder UF haben - jeder hat halt andere Wohlfühlwerte.
Leider sehen die Ärzte oft nur die Referenzwerte - und wenn man drin liegt, dann ist für die alles in Butter.

Wegen dem Cortisol - vielleicht mag ja jemand anderes dazu schreiben - bin da nicht so der Profi.....

Subject: Aw: Hormonwerte bitte um Rat
Posted by [mellispirelli](#) on Sat, 04 Aug 2012 13:02:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe nochmal etwas recherchiert und die Bezeichnungen eingefügt.

BKLZ01 83 mg/dl (60-125)
CHOL (Cholesterin) 277 mg/dl (0-200)
KREA02 (Kreatinin) 0,64 mg/dl (0-1,1)
KALI (Kalium) 4,4 mmol/dl (3,5-5,6)
ALKP02 (alk. Phosphatase) 43 U/l (35-105)
GAGT02 37 U/l (0-40,4)
TS1E01 (TSH) 1,76 µIU/ml (0,27-4,2)
ERY (Erythrozyten) 4,26 Mio/µl (3,9-5,2)
HB (Hämoglobin) 13,2 g/dl (12-16)
BMCV 93 fl (78-98)
HBEB 31 pg (26-32)
#MCH (mittl. Hämoglobin) 33 g/dl (30-36)
#NEU (Neutrophile stabk. Granulozyten) 53,8 % (40-75)
#LYM (Lymphozyten) 33,7 % (15-45)
#EOS (eosinophile Granulozyten) 2,9 % (0-7)
#LUC 0 % (bis 3)
FERR01 (Eisen) 100 ng/ml (15-150)
COR101 (cortisol?) 210 ng/ml (23-194)
COR201 (cortisol?) 55 ng/ml (62-194 morgens)
#BAS (Basophile Granulozyten) 0,5 % (0-1)
#MON (Monozyten) 9,1 % (0-13)
CAL01 (Kalzium) 2,35 mmol/l (2,16-2,62)
F.H.01 5,4 mIU/ml (25-135)
HAEK 40 % (36-46)
L.H.01 (luteinisierendes Hormon) 3,8 mIU/ml (16-55)
LACR negative
LEUK (Leukozyten) 6,5 Tsd/µl (4-10)
THRM 315 Tsd/µl (150-400)
OSTA01 28 pg/ml (0-40)
TEST01 (Testosteron) 1,18 pg/ml (0-2,03)
DHES01 (androsteron) 161,3 µp/dl (98,8-340)
RDW 13,3 % (0-15)
ELAI1S 3,5 % (3,10-5,6)
ELA2S 8,5 % (6,8-13,70)
ELALS 60,7 % (54,7-66,0)
ELBES 10,7 % (9-13,7)
ELGAS 16,6 % (10,6-19,
GFRK 101 ml/min (60-100)

Mag da evtl. nochmal jemand drüberschauen?

Ich würde sagen, dass das LH mit 3,8 zu niedrig ist -> Gelbkörperschwäche?

Und wie sieht es mit dem Cortisol aus?

Subject: Aw: Hormonwerte bitte um Rat

Posted by [mellispirelli](#) on Mon, 06 Aug 2012 21:29:18 GMT

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

Ich habe mir im Labor nochmal Werte geben lassen:

Zink 575 (600-1200)

Ferritin 33 (20-167)

Ft 4 12,8 (8-17)

Tsh 1,47 (0,35-4,5)

Ich würde meine Gesamtwerte wie folgt deuten

-Zink auffüllen

-Cortisolwert evtl. behandeln (zu niedrig?)

-Fh u. Lsh zu niedrig (östrogendominanz?)

Wäre eine antiandrogene Pille die Lösung evt in Verbindung mit Androvur? Brauche gute Argumente f meinen Fa...

Bei meiner Haaranalyse kam heraus, dass die Haarwurzeln zu klein sind. Würde das von den Hormonen ausgelöst?

Subject: Aw: Hormonwerte bitte um Rat

Posted by [mellispirelli](#) on Thu, 06 Sep 2012 12:43:47 GMT

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

Möchte hier mal zu meiner aktuellen Situation Posten. Nachdem sämtliche Ärzte meinten, ich bin kerngesund, habe meinen Fa nochmal genervt. Er hatte ja wenigstens von einer leichten Gelbkoerperschwaechе gesprochen. Er verschrieb mir Femoston. Hier hatte ich aber ein ungutes Gefuehl, da wieder alles synthetisch ist. Dann habe ich meinen HA aufgesucht. Ich hatte mir DIV. Unterlagen zu bioidentischen Hormomen etc mitgenommen und er war sehr verstaendnivoll. Ich hibekam mein Rezept f Utrogest u ließ mir in d Apotheke d Progesteroncreme anmischen. Ich Creme jetzt im 2.Zyklus.

Mein Ha hat sich noch nicht deutlich verbessert. Mein PMS schon. Allerdings riet mir mein HA auch d Femoston zu nehmen um wieder lebensfähig zu sein, fürchte ich war sehr depressiv weg. d HA und Der symptome d Oestrogendinanz. Mein Haarstatus ist eine Katastrophe. Die Haare haben keinen Stand, sind Stumpf und dünn. Ich färbe alle paar Wochen um wenigstens etwas Fülle zu bekommen u d Grau abzudecken. In der Haaranalyse sagte man mir, dass die Haarwurzeln zu klein sind. Heisst dass sie verkuemmern? Werde mir noch ein paar Wochen Zeit geben und dann evt. über finasterid nachdenken. Mich Schrecken die NW's allerdings sehr ab...

Subject: Aw: Hormonwerte bitte um Rat
Posted by [mellispielli](#) on Wed, 17 Apr 2013 14:46:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Heute hatte ich einen Termin in der Uniklinik in der Haarsprechstunde.
Die Ärztin sprach von anlagebedingtem Haarausfall in einer Mischform aus weiblichem und männlichem Muster,
da meine Geheimratsecken auch total ausgedünnt sind und im Laufe des Jahres um 1 cm nach hinten gewandert sind.

Welches lt. der Ärztin eher selten ist. Ludwig II bis III hat sie diagnostiziert.
Kann ich denn nix auslassen, was mit dem Haarausfall zu tun hat?

Ich hatte meine Blutwerte vom letzten Jahr mit (siehe hier im Bericht).

Mir wurde wegen der Kopfhautschmerzen und Schuppen ein Shampoo verordnet.
Desweiteren soll ich meine Ernährung umstellen und viel mit Soja essen, sowie eine Tinktur für die Kopfhaut, die ich in Verbindung mit Regaine im Wechsel auftragen soll.

In 8 Wochen ist Kontrolle und ich bin gespannt.

Im Haarstudio habe ich mir für den Übergang ein Haarteil aus Echthaar ausgesucht.
Das Haarteil hat nur eine schmale "Lasche" mit zwei Clipsen zum Befestigen und man spürt es kaum.

Zum Vergleich hatte ich Haarteile auf, die 4 Clipse hatten und eine weitaus größeres Netz, welches sehr unangenehm zu Tragen war.
Am Samstag ist Abholtermin und ich bin total gespannt!

Subject: Aw: Hormonwerte bitte um Rat
Posted by [Tanjah](#) on Wed, 17 Apr 2013 15:30:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Melli,

nimmst du mittlerweile SD-hormone? Meine Werte waren ähnlich mit massiven UF-Symptomen, dazu leide ich an Vitiligo, was auch von der SD kommen kann.

Nach dem 3ten Endokrinologen habe ich mir nun Thyroxin erkämpft (25mg) und ich glaube, dass es mir etwas besser geht.

werte kommen bald, Bis die SD eingestellt ist kann das dauern. Ich würde mir an deiner Stelle mal LT 25 geben lassen und das ausprobieren. Bisher hatte es noch keine Auswirkung auf den HA , aber vielleicht wird das noch.

Fellow aus dem Forum hatte etwas Erfolg damit.
und dein Ferritin wert ist viel zu niedrig für die Haare (33).

Ig tanjah

Subject: Aw: Hormonwerte bitte um Rat
Posted by [mellispiirelli](#) on Fri, 26 Apr 2013 15:36:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@tanjah

Warum meinst du, dass meine Werte für SD UF sprechen?

Ich habe mal gegoogelt und eine SD UF wird doch erst bei extrem hohen TSH Werten diagnostiziert.

Die sind bei mir doch in der Norm. Die Symptome für die SD UF kann ich fast alle für mich verbuchen.

Ich steige durch diesen ganzen Dschungel nicht mehr durch.

Kannst du mich vielleicht etwas aufklären?

Subject: Aw: Hormonwerte bitte um Rat
Posted by [mellispiirelli](#) on Wed, 10 Jul 2013 13:28:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hatte jetzt den Kontrolltermin in der Uni Klinik.

HA ist nicht besser geworden, die HA-Zahlen sind eher noch gestiegen von 100 - 150 Haare auf 150 - 200 Haare täglich.

Habe Panik, dass ich bald wieder bei den Horror-Zahlen vom letzten Jahr lande mit bis zu 500 Haaren täglich.

Es ist ja seit dem HA im letzten Jahr nicht wirklich was nachgewachsen, sodass der neue HA mich echt um Meilen zurückwirft.

Bisoprolol habe ich im Juni abgesetzt.

Crimnohermal fem 1x täglich und Minox 1x tägl.

Die Ärztin hatte leider versäumt zu erwähnen, dass ich bei Minox 1x täglich die 5 % Lösung für Männer nehmen muß! Tolle Wurst.

Nun hatte ich gerade wieder eine 3 Monats Packung bestellt....

Daher wurde die Östrogen-Mischung von Crimnohermal fem auf ein Rezept mit Minox drin umgestellt.

Leider ist dies nun eine Lifestyle Rezept und ich durfte für 100 ml 35,00 € bezahlen. Das Crimnohermal fem ist wg. dem Cortison auf Kassenrezept erhältlich.

Ich fühle mich schon ein bisschen veräppelt, schließlich habe ich mir den HA ja nicht ausgesucht und muß alles selber bezahlen....

Es wurde mir nochmal Blut abgenommen, da es bei mir besonders schlimm ist mit dem HA. Bei Auffälligkeiten wollte sich die Ärztin melden.

Dies ist bis heute nicht geschehen, daher wird wohl wieder mal alles in Ordnung sein!

Kontrolle in 3 Monaten.

Von meiner FA habe ich ein Rezept für Progesteroncreme nach Dr. Lee bekommen.

Wieder Lifestyle und ich war mit 35,00 € dabei.

Ich werde mir nächstes Mal wieder Utrogest aufschreiben lassen.

Das bezahlt wenigstens die Kasse...

Tja, bin langsam mit meinem Latein am Ende.

Der HA muss ja irdend eine Ursache haben.

Ein 24 h Urintest für die Messung des Cortisolspiegels (NNR-Schwäche) und die Kontrolle der SSD steht noch aus.

Subject: Aw: Hormonwerte bitte um Rat

Posted by [mellispirelli](#) on Mon, 09 Sep 2013 19:10:38 GMT

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

Heut mal wieder ein kurzer Bericht zu meiner aktuellen HA Situation.

Nachdem ich nach fast 5 Monaten Östrogen Lotion auf die Kopfhaut keine deutliche Verbesserung meines HA gespürt habe, ließ ich mir von meinem Hausarzt Estreva verschreiben.

Ich nehme seit August 1 Hub Estreva und Progesteroncreme nach Dr. Lee und Minox abends vor dem Schlafen und zusätzlich morgens die Ö-Lotion topisch.

Was soll ich sagen, der HA hat sich fast sofort halbiert. Von ca. 150 - 200 Haare auf 100 - 120 Haare täglich.

Ich persönlich glaube schon, dass die Hormone sofort wirken.

Mir wäre Neuwuchs jetzt noch sehr wichtig, da muss ich wohl noch etwas Geduld haben.

Ich habe mir die Entscheidung nicht leicht gemacht, wenn man den Beipackzettel von Estreva liest...

Ich werde dies nun mal ein halbes Jahr durchziehen. Im Oktober habe ich nochmal einen Termin in der Uniklinik...

Ich habe zwar das Haarteil seit ein paar Monaten, worüber ich auch sehr dankbar bin. Aber gerade im Sommerurlaub habe ich doch gemerkt, dass das Haarteil einen stark einschränkt.

Sonne, Salzwasser, Sand... Um es nicht zu versauen, bin ich wohl oder übel ohne zum Strand gegangen.

Ich muss auch sagen, dass ich die Zeit ohne Haarteil genossen habe, kein Ziepen an den Haaren

zu spüren war sehr erholsam.

Da merkt man mal wieder, dass die eigenen Haare doch sehr wertvoll sind.

Bitte versteht mich nicht falsch, ich bin sehr glücklich mit meinem Haarteil, aber es hat eben auch Nachteile...

Subject: Aw: Hormonwerte bitte um Rat

Posted by [Binne](#) on Tue, 10 Sep 2013 18:57:23 GMT

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

Hi!

Klasse, dass dein HA durch das Ö-Gel besser geworden ist

Verträgst du es gut?

Wenn du nur das Ö neu in dein Regiment aufgenommen hast (Minox nimmst du ja schon länger, oder?) , dann kannst du ja schon davon ausgehen, dass es das auch war, was deinen HA zumindest halbiert hat!

... bei 2 Hüben ist er vielleicht dann ganz weg? Hast du überlegt, noch mehr Ö zu cremen?

Wie war das bei nochmal?

Hast du mal einen Speicheltest gemacht oder wurde anhand einer BE festgestellt, dass dein Ö zu niedrig ist?

Ich wünsche dir auf jeden Fall ganz viel Neuwuchs

LG!

Subject: Aw: Hormonwerte bitte um Rat

Posted by [mellispirelli](#) on Wed, 05 Mar 2014 21:29:41 GMT

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

Nun war ich lange nicht mehr im Forum aktiv. Der Grund war, dass mein HA vollständig gestoppt hat.

Ich habe täglich zwischen 50 - 70 Haare verloren. Ein Traum. Die Haare waren richtig fest und ich konnte sie kämmen etc.

Es ist zwar nichts zugewachsen, aber ich war schon froh den Status halten zu können.

Leider hat vor ca. 4 Wochen der HA wieder eingesetzt, obwohl ich nichts an meinem Regime geändert habe.

Mein Hautarzt fand meine Hinweis auf Vitamin D Mangel auch berechtigt und hat gleich Blut

abgenommen.

Es stellte sich ein Vitamin D Wert von 8,1 heraus. Normal wäre zwischen 50 - 70 gewesen.

Ich habe mit Dekristol 20000 aufgesättigt und nehme nun 1 Kapsel pro Woche.

Da wir im Sommer immer 3 Wochen Campen in Italien und ich fast nur draussen bin, kann ich mir das mit dem Vitamin D gut vorstellen.

Dann hatte ich wieder einen Kontrolltermin an der Uni in Magdeburg. Dort habe ich auch meine Vermutung mit dem Vitamin D angesprochen.

Leider ging sie darauf gar nicht ein. Mir wurde statt der selbst angemixten Östrogen-Minox-Tintur nur El Cranell empfohlen (meines Erachtens nach gleichwertig!)

und gefragt, ob ich mal eine Kur mit Anacaps gemacht hätte. Die Kaps nehme ich seit meinem ersten Besuch dort vor ca. einem Jahr.

Alles in allem nimmt der Besuch dort immer viel Zeit in Anspruch und ich kann keine Nennenswerte Unterstützung dort erkennen.

Es wird zwar immer Blut abgenommen, aber nach 3 Monaten Kontrolluntersuchung sind die Werte eh immer hinfällig.

Meine Antikörperwerte sind extrem hoch, was auf eine Autoimmunerkrankung hinweisen könnte. Gefunden wurde jedoch bisher nichts.

Mir wird immer empfohlen irgendeine Tinktur zu benutzen, welche ich per Privatrezept kaufen muss.

Über Hormonwerte etc. wird leider nie gesprochen.

Beim letzten Mal meinte sie sogar, dass ich wohl gar kein AGA habe und Minox auch absetzen kann.

Ich weiss mittlerweile nicht mehr, was ich davon halten soll. Ich habe jetzt im Juni nochmal einen Kontrolltermin.

Sollte der wieder so enttäuschend verlaufen, wie der letzte werde ich die Behandlung dort abbrechen.

Das Meiste habe ich mir eh selber angelesen.