

---

Subject: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin  
Posted by [tividi](#) on Mon, 20 Aug 2012 11:47:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi

also Kupfer/Zink und Vitamin D war noch nicht da.

Schilddrüse:

ft3 5,91 (3,9-6,7)  
ft4 18,3 (12,0-22,0)

Tsh 0,42 (0,3-4,0)

Ferritin 125 (9-140)

also jetzt kann ich dann wohl auch definitiv sagen, vom Eisen kam der Haarausfall nicht

---

---

Subject: Aw: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin  
Posted by [muckimuck](#) on Mon, 20 Aug 2012 11:59:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mmmmmmhhhhh - also die SD Werte finde ich gut.....  
Ferritin ist auch im gruenen Bereich.....

Jetzt bin ich vor allem auf Vitamin D gespannt.....

Hast Du auch Cortisol und Androstendion testen lassen oder hattest Du das schon mal bestimmen lassen?

Irgendwie sieht es bei Dir so aus wie bei mir Tivi.....  
Ich drueck dich lieb!

---

---

Subject: Aw: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin  
Posted by [tividi](#) on Mon, 20 Aug 2012 12:26:48 GMT

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

---

Ferritin is jetzt seit November um 100 gestiegen.. ach maaan warum konnts nicht das sein.

Ich glaube nicht das es am Vitamin D liegt!!! ( Mitte März hatte ich 14,1 )

Ja Cortisol wurde mal gemessen. war 92,5 (bis250)

Androstendion 1,47

---

Subject: Aw: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin  
Posted by [muckimuck](#) on Mon, 20 Aug 2012 13:08:13 GMT

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

---

Tivi - ich weiss jetzt nicht, in welcher Einheit Dein VitaminD Wert gemessen wurde.  
Meiner lag bei knapp 30 und das wäre definitiv zuwenig meinte mein neuer Gyn (er arbeitet ja mit naturidentischen Hormonen und informiert sich auch viel über Vitamine und Co.).  
Ich nehm jetzt Dekristol 20000 - gehe aber auch davon aus, dass es bei mir nicht am Vitamin D liegt.

Ach mensch - das kann doch echt nicht wahr sein.  
Jetzt bist Du genauso weit wie ich - hast zig Werte - hast unumengen von Euros ausgegeben - und bist anscheinend erstmal keinen Schritt weiter.....

Trotzdem bin ich sehr gespannt auf Deine Werte. Wer weiss..... - vielleicht ist ja doch irgendwo ein krasser Mangel da..... lass uns mal abwarten.

LG  
Mucki

---

---

Subject: Aw: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin  
Posted by [tividi](#) on Mon, 20 Aug 2012 13:22:33 GMT

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

---

hab nochmal geschaut 14,1 ug/l leichter Mangel (10-20)

ja du hast Recht. Oh man ich hab schon soo viel ausgegeben. Diese scheiss Meso allein war ja schon soo teuer

Kann mir nicht vorstellen das ich sonst n krassen Mangel hab. Hab extra auch Zink genommen seit November, seit ich Eisen nehm. Kupfer... glaub ich eigentlich auch nicht.. Naja und Vit. D müsste ja auch höher sein jetzt. War viel in der Sonne eigentlich. Und Vigantolekten hab ich ne zeitlang auch zwei am 'Tag genommen. Ja sind nur 2000IE. Aber war ja auch immer draußen

Vorallem war ich letztes Jahr ja eigentlich auch viel draußen. Wenns am Vitamin D gelegen wäre, hätte doch nicht im Herbst der Ausfall anfangen dürfen.

Ich war schon wesentlich weniger in der Sonne vorher.....

Bringt alles nix.

verdammt!

drück dich auch, mucki!!

bin auch mal gespannt was Fin bei dir macht.

---

Subject: Aw: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin  
Posted by [Binne](#) on Mon, 20 Aug 2012 13:23:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Tivi, deine Werte sehen \*leider\* alle echt gut aus, auch die SD!

Hast du DHT auch testen lassen??

Liebe SCHWITZIGE Grüße!

---

Subject: Aw: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin  
Posted by [muckimuck](#) on Mon, 20 Aug 2012 13:32:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Tja..... was bleibt uns noch..... keine Ahnung Tivi...

Ich drück dich mal lieb zurück - und bin trotz allem noch gespannt auf die Werte, die noch fehlen.

Und noch nimmst Du die Pille ja keine 3 Monate - hab noch Hoffnung Tivi - es kann noch viel passieren!

Bussi!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

---

---

Subject: Aw: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin  
Posted by [tividi](#) on Mon, 20 Aug 2012 13:44:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

nee, zwei Monate erst

Aber ich glaubs einfach nicht mehr... es hät doch schon weniger werden müssen... Meine Hoffnung is momentan echt für alles dahin..

@ Binne  
danke.

Nein DHT hab ich nicht mittesten lassen. Wußte nicht ob das Sinn macht mit der Pille.  
Und vorher wurd DHT auch nie mitgemacht..

Schwitzige Grüße zurück.. find das Wetter echt eklig..

---

---

Subject: Aw: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin  
Posted by [tividi](#) on Tue, 21 Aug 2012 09:41:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

so jetzt hab ich auch Vitamin D , Kupfer, Zink

Zink 0,96 ( 0.70 - 1.20 mg/l)

Kupfer 145 (85.0 - 155 µg/dl)

Vitamin D 30,0 also optimal jetzt.

na klasse

also echt alles super! war ja klar

ich denke Zink und Eisen kann ich mir jetzt mal sparen weiter zu nehmen..

---

Subject: Aw: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin  
Posted by [tividi](#) on Tue, 21 Aug 2012 10:05:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was hat das denn zu sagen wenn das TSH sinkt?

das fällt mir immer auf..

Dezember:

ft3 5,26

ft4 18,9

Tsh 0,64

jetzt

ft3 5,91

ft4 18,3

Tsh 0,42

Hat vermutlich garnix zu bedeuten hm?

---

Subject: Aw: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin  
Posted by [muckimuck](#) on Tue, 21 Aug 2012 11:06:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Tividi,

also das TSH sinkt meines Wissens nach, wenn die Hormondosis erhöht wird und die FT3 und FT4 Werte ansteigen.

So ist das zumindest bei mir.

Ich habe ja Anfang März die Pille abgesetzt - liess die L-Thyroxin Dosis erstmal unverändert.

Daraufhin FT3 und FT4 gesunken - und TSH gestiegen.

Bin also mehr in eine UF gerutscht.

Bei einer UF ist der TSH hoch und die FT3 und FT4 Werte niedrig.

Wenn Deine Werte sich jetzt so entwickelt haben, hast Du jetzt mehr SD-Hormone im Blut. Das kann mit der Pille zusammenhängen.... ist aber noch alles im grünen Bereich bei Dir!

LG

---

Subject: Aw: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin  
Posted by [HarleyQuinn](#) on Tue, 21 Aug 2012 13:36:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wart mal auf das Vitamin D. Hab ja schon öfter erzählt, dass meine Schwester Haarausfall hatte (diffus) und dass sie einen starken Vitamin D Mangel hatte. Der Wert war etwa wie bei dir, glaub ich. Nachdem sie einige Monate Dekristol genommen hat, gings bergauf und nun wachsen (nach fast einem Jahr) viele neue Haare nach. Sie hatte allerdings keine lichten Stellen. Allerdings ist sie auch direkt zum Arzt gegangen und der hat sie gründlich untersucht.

Ihr Arzt meinte, dass viele Leute gar nicht genug Vitamin D speichern bzw bilden können. Man müsse wohl 15-30 Minuten täglich ganz nackt in der Sonne liegen, damit das genug wäre. Das schafft ja niemand. Als Erhaltungsdosis nimmt sie im Moment 20.000 Einheiten.

---

Subject: Aw: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin  
Posted by [tividi](#) on Tue, 21 Aug 2012 16:21:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke mucki.

@Harley,

Vitamin D hab ich ja jetzt auch. Ist jetzt bei 30. Also optimal.

---

Subject: Aw: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin  
Posted by [Mimi17](#) on Tue, 21 Aug 2012 16:58:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liebe Tividi,  
der Wert ist einigermaßen OK und sicher nicht verantwortlich für den HA. Aber "optimal" ist er nicht

Übliche Normen 50 - 175 nmol/l (20-70 ng/ml); hierbei ist aber der übliche VitD-Mangel in den Referenzbereich mit eingerechnet.

Die präventiv-medizinisch wünschenswerte Untergrenze für die Serumkonzentration von 25-Hydroxy-Vitamin D3 liegt bei:

80 - 110 nmol/l oder 32-44 ng/ml.

Denn bei einem 25(OH)Vit.D von 20 ng/ml (=50 nmol/l) werden, bei gleicher Calciumzufuhr, im Mittel nur noch 60 Prozent derjenigen Calciummenge aufgenommen wie bei einem 25(OH)VitD von 32 ng/ml (=80 nmol/l) und mehr.

International anerkannt optimal (wünschenswert) wäre ein Spiegel von: über 40 ng/ml (100 nMol/L).

Liebe Grüße  
Mimi

---

---

Subject: Aw: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin  
Posted by [tividi](#) on Tue, 21 Aug 2012 18:51:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke Mimi

Bei den Blutwerten stand halt, ab 30 - optimal

Ich werd jetzt noch meine restlichen Vit D Tabletten aufbrauchen..

Aber ich weiß nicht was ich wegen Zink und Eisen mache.

Is ja alles okay. Nimm ich garnix mehr davon? Bringt ja so nix.  
Und die ganze Zeit die haufen Tabletten einwerfen nervt auch..

Oder nimm ich Eisen nur in der Zeit wo ich meine Periode habe?  
Und danach nochmal ne Woche Zink? Nicht das Zink dann doch sinkt..

Was meint´n ihr?

---

---

Subject: Aw: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin

---

Posted by [Mimi17](#) on Wed, 22 Aug 2012 06:44:47 GMT

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

---

Hi Tividi,

ich weiß jetzt nicht, wieviel Vitamin D Du nimmst, aber die Dosis, die Du gebraucht hast, um den Wert zu erreichen, mußt Du auch weiter nehmen, um ihn zu halten, wenn keine Sonne hinzukommt.

Deine Werte zu Ferritin, Zink, Kupfer sehen recht gut aus. Wieviel davon hast Du bisher genommen, um diese Werte zu erreichen?

LG

Mimi

---

---

Subject: Aw: Meine Schilddrüsenwerte/ Ferritin

Posted by [tividi](#) on Wed, 22 Aug 2012 09:20:09 GMT

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

---

Vigantoletten 1000I.E.

ich hab die eher unregelmässig genommen. Und dann immer zwei Stück..

Kupfer hab ich nie genommen

Zink jeden Tag eine. Die letzten Wochen nur noch alle zwei Tag

Eisen hab ich meist zwei von den Plastulen genommen. Aber seit ein paar Wochen auch unregelmässig. Aber stieg trotzdem gut. Mitte April war ich bei 90 jetz 125 und im November bei 25

---