
Subject: Pille absetzen - ja oder nein?

Posted by [Zwergmonster](#) on Mon, 16 Nov 2015 17:22:07 GMT

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

Hallo zusammen,

ich bin schon eine ganze Weile stille Mitleserin in diesem Forum und bräuchte jetzt euren Rat.

Am besten ich stelle mich kurz vor: Ich heiße Anne, bin 32 Jahre alt und komme aus NRW, genauer aus der Nähe von Aachen. Mein Problem ist eigentlich weniger Haarausfall, sondern extrem feines Haar und die damit verbundenen Schwierigkeiten und kleinen Komplexe. Ich kenne zwar auch Phasen von Haarausfall, aber das war meistens mit Stress oder einer Umstellung der Lebensweise zu erklären und ging auch wieder vorbei. Feines Haar und Kopfhautblitzer sind zwar unschön aber im Moment für mich auf der Liste ziemlich weit nach hinten gerückt.

Ich habe die Threads zum Theme "Pille absetzen" gelesen und besonders der von Pfannkuchen ist sehr informativ. Leider bin ich immer noch unsicher was ich tun soll und möchte euch bitten kurz meine Geschichte zu lesen und mir zu sagen was ihr davon haltet und was ihr an meiner Stelle tun würdet.

Ich fang am besten ganz von Anfang an: Ich nehme die Pille Leios seit ich 19 bin ohne Unterbrechung. Damals hatte ich starke Probleme mit meiner Periode, wenn ich Glück hatte bekam ich 2 oder 3 mal im Jahr überhaupt eine Blutung und weil dafür keine Ursachen zu finden waren verschrieb meine Frauenärztin mir die Pille. Ziemlich zeitgleich bekam ich Migräne, hatte aber laut den Ärzten mit Sicherheit nichts mit der Pille zu tun, denn Migräne liegt ja nunmal in der Familie. Mit den Jahren ist es aber immer schlimmer geworden und letzten Endes hatte ich dann im Monat eigentlich mehr Anfälle als Migräne freie Tage. Mit den Schmerzmitteln wurde es irgendwann auch schwierig, da sich der Körper an alles gewöhnt und dann nichts mehr wirklich hilft.

Irgendwann hatte ich es so Dicke, dass ich meinen Schweinehund überwunden habe und mein ganzes Leben umgekrempelt habe. Ich habe meine Ernährung umgestellt, habe angefangen Sport zu machen und damit auch 25 kg abgenommen, so dass ich heute normalgewichtig bin. Seit fast 2 Jahren ist Migräne eigentlich kein Thema mehr für mich.

Den letzten Anfall hatte ich vor fast einem halben Jahr. Bei mir beginnt die Migräne mit Nackenschmerzen und wandert von dort aus hoch, auch dieser Anfall hatte so begonnen. Allerdings kam es nicht zum Migränekopfschmerz mit Übelkeit und Erbrechen wie sonst, statt dessen bekam ich (zum ersten Mal überhaupt) eine Migräne mit Aura. Ich hatte Seh- und Sprachstörungen und auch wenn diese schnell wieder vergingen, so hatte ich trotzdem Schiss und bin am nächsten Tag zum Hausarzt. Er hat sich alles angehört und dann auch Blutdruck gemessen, das Ergebnis war 240/175 und bedeutete die direkte Einlieferung ins Krankenhaus. Bei den Werten wurde ich natürlich dort komplett auf Links gekrempelt, von Blutuntersuchungen über Langzeitmessungen bis hin zu Schallungen von Herz, Nieren, Schilddrüse und Kopf. Alles erdenkliche wurde untersucht, aber letzten Endes hat es keinen wirklichen Befund gegeben. Alle Organe sind in Ordnung, die Blutwerte ok und es gibt keine sichtbaren Ablagerungen oder Schäden an den Gefäßen. Damit ist das Thema für die Ärzte abgeschlossen, ich muss ein blutdrucksenkendes Medikament nehmen und gut ist. Andere Therapieversuche wurden nicht unternommen, da niemand weiß, was man einem relativ sportlichen Menschen, der sich gesund ernährt und weder raucht noch trinkt noch raten soll.

Ich habe meinen Hausarzt, meine Frauenärztin und vom Assistenz- bis zum Chefarzt im Krankenhaus, so ziemlich jeden Mediziner der mit untergekommen ist gefragt, ob ich nicht besser die Pille absetzen soll, aber alle sind der Meinung das wäre nicht nötig. Ich habe aber so ein ungutes Gefühl, Bluthochdruck und Pille sind ja nicht so die ideale Kombi....andererseits nehme ich das Teil jetzt seit so vielen Jahren, dass ich so eine unterschwellige Angst habe abzusetzen, weil ich nicht weiß was ich dann lostrete. Außerdem messe ich ja jetzt regelmäßig mehrmals täglich meinen Blutdruck, ausgerechnet während der Pillenpause ist er trotz Medikament höher als bei Einnahme der Pille. Keiner kann mit sagen was das bedeutet oder warum das so ist. Ich bin jetzt total verunsichert was ich machen soll, ich habe soviel getan um ein gesundes Leben zu führen und jetzt ist doch irgendwie alles größerer Mist als vorher. Könnt ihr mir bitte einen Rat geben?

Da ich im Moment kein direktes Haarausfallproblem habe, weiß ich nicht ob ihr irgendwelche Blutwerte von mir braucht, wenn ja, dann schreibt mir bitte welche. Eine Frage zu Blutwerten hätte ich aber trotzdem an euch: Weiß jemand zufällig was es bedeutet wenn der Folsäurewert über der Norm liegt? Laut Blutbild liegt der Referenzwert zwischen 4,6 und 18,7 und mein Wert ist mit >20 angegeben (somit für das Labor nicht mehr messbar). kein Arzt kann mir sagen woher dieser erhöhte Wert kommt, es wäre aber nicht tragisch, schlimmer wäre ein Mangel heißt es. Dabei ist zuviel doch sicher auch nicht gut, oder?

Es tut mir Leid euch so einen Roman vorzusetzen, aber ich wäre wirklich für jede Hilfe sehr dankbar. Ich weiß, dass einige User hier mehr Ahnung haben als die meisten Ärzte (in die ich ohnehin kein Vertrauen mehr habe) und hoffe sehr auf euren Rat.

Ganz liebe Grüße,

Anne

Subject: Aw: Pille absetzen - ja oder nein?
Posted by [Pfannkuchen](#) on Mon, 16 Nov 2015 18:57:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallöle

Ich fühle mich geehrt, dass mein Beitrag informativ ist, freut mich!

So, aber meine Antwort wirst du kennen: Setz die Pille ab

Migräne (auch wenn du jetzt nicht mehr so oft Anfälle hast) + Blutdruck + Pille = ganz schlecht!

Ich plauder mal ein bisschen aus dem Nähkästchen: ich hatte jaaahrelang (seitdem ich 15-16 war) mind. 25 Tage im Monat Kopfschmerzen, manchmal dachte ich, ich hätte einen Tumor oder so. Mit Pille wurde das mehr, sodass ich fast jeden Tag ne Schmerztablette brauchte. War aber so normal für mich, deswegen dachte ich da nicht drüber nach. Im "Endstadium" (ich nenns mal so...), also kurz bevor ich die Pille absetze (wo dann das Hormonchaos so richtig wütete (mit Brustschmerzen+knoten, Schmierblutungen etc.pp) hatte ich auch richtige Migräneschmerzen (konnte das aber nicht so einordnen, weil ich das nicht kannte), die tagelang

gingen. Naja, lange Rede: Seitdem ich die Pille abgesetzt habe, habe ich max zu meiner Mens Kopfschmerzen, aber bei weitem nicht so schlimm wie früher!
Mein Blutdruck war auch immer schlimm, ohne Pille ist er viel besser, ganz ohne Tabletten.

MEINE FRESSE 240/175 Da wird einem ja übel!! So einen Wert hatte ich nach einer Schubtherapie mit Cortison! Aber ohne alles.. wow.. da bist du doch fast zusammen geklappt oder??!

So, stell mal alle alle alle Blutwerte ein, die du so hast, mit Referenzbereichen bitte Folsäure.. da würd ich mir keinen Kopp machen! Besser als ein Mangel, da haben die Ärzte mal recht. Wie sieht denn dein B12 aus? Die beiden brauchen sich. An sich: Der Wert kann auch nur "20" betragen, was noch in der Messtoleranz wäre.. von daher.. nimmst du denn irgendwelche NEMs?

Zur Pille nochmal: Ich kann verstehen, dass du zweifelst, aber:

- du verschiebst alles nur nach hinten
- es wird nicht besser (das versreche ich dir, leider)
- es wird eher schlimmer (das verspreche ich dir leider auch)

Was du jetzt lostreten würdest, würdest du auch später lostreten; aber: jetzt bist du noch jung und hast sehr wahrscheinlich nicht so lange dran zu knabbern, wie, wenn du sie erst zu den WJ oder so absetzt.

Ich bin da zwar kein gutes Beispiel, weils bei mir auch ewig dauert, aber ich hab ja auch ansonsten noch so viel Mist (die Autoimmunerkrankungen; und die freuen sich ja über jede Hormonumstellung)

So, sorry, wenn ich dir zu "ehrlich" bin, aber ich habe mittlerweile keine Lust mehr, es schön zu reden, denn es ist nicht schön. Die Pille ist das letzte Gift, ich rühre diesen Mist nie nie wieder an und mir tun alle Frauen leid (das ist nicht überhaupt gar nicht böse gemeint, sie tun mir wirklich leid (und nicht auf diese fiese Weise..)), die meinen, sich mit diesem Ding einen Gefallen zu tun. Die Ärzte wissen es leider nicht besser, aber sie informieren sich auch nicht und ignorieren Frauen wie uns.

Was durfte ich mir schon alles anhören: Nein, die Pille macht keinen Haarausfall; nein, die Pille macht keine Gewichtszunahme; nein, die Pille hat mit ihren Kopfschmerzen nix zu tun.. bla bla bla...

Das traurigste ist aber, dass diese Ärzte gerne alles alles auf unsere Psyche schieben, kommen gleichzeitig aber nicht auf die Idee, dass dieser ständige Hormonmangel NATÜRLICH auch auf die Stimmung drückt

Liebe Grüße

Subject: Aw: Pille absetzen - ja oder nein?

Posted by [Zwergmonster](#) on Mon, 16 Nov 2015 20:34:10 GMT

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

Hallo Pfannkuchen,

auf Deine Antwort hier hatte ich ehrlich gesagt gehofft und Deine schonungslose Meinung zum

Thema Pille kenne ich ja . Danke, dass Du Dich so schnell gemeldet hast.

Pfannkuchen schrieb am Mon, 16 November 2015 19:57

MEINE FRESSE 240/175 Da wird einem ja übel!! So einen Wert hatte ich nach einer Schubtherapie mit Cortison! Aber ohne alles.. wow.. da bist du doch fast zusammen geklappt oder??!

Ganz ehrlich, mit dem Blutdruck ging es mir sogar richtig gut, ich habe garnichts davon gemerkt. Das war auch warum mein Hausarzt so in Panik war und darauf bestanden hat mich ins Krankenhaus einzuweisen. Wenn man den Blutdruck so ohne weiteres aushält scheint das ein Zeichen zu sein, dass man schon eine Weile so rumrennt und der Körper das schon als normal empfindet. Du kannst Dir sicher vorstellen wie froh ich war keine Langzeitschäden an Gefäßen und Organen zu haben. Bis ich richtig mit dem Medikament eingestellt war hatte ich Phasen mit 100/70, das war nach meinem empfinden viel schlimmer. Vor zwei Jahren hatte ich mit Blutdruck noch garnichts am Hut, deshalb war ich auch so geschockt, dass mein zum besseren veränderter Lebenswandel solchen Schaden angerichtet hat. Ich komme bis heute noch nicht wirklich gut damit klar, dass ich Bluthochdruck habe und deshalb Medis nehmen muss. In meinem Alter sollte das eigentlich noch kein Thema sein finde ich.

So, Du hast nach B12 gefragt, dann fange ich damit an:

B12: 433 pg/ml (191-663)
Leukozyten: 6,0 (4,0 - 10.0)
Erythrozyten: 5,1 (3.9 - 5.2)
Hämoglobin: 13,8 (11.2 - 15,7)
Hämatokrit: 42,0 % (34.1 - 44.9)
MCV: 80,8 (79,4 - 94,
MCH: 26,5 (25,6 - 32,2)
MCHC: 33,1 (32 - 36)
Thrombozyten: 155 (150 - 400)
Cholesterin: 200 (bis 200)
Glucose: 64 (bis 100)
gGT: 24 (bis 40)
Creatinin: 0,72 (0,5 - 0,9)
CRP: 1,9 (bis 5)
GPT (ALAT): 26 (bis 35)
GOT (ASAT): 25 (bis 35)
BSG (Alifax): 5 (bis 20)
GFR (CKD-EPI-Formel) 116,7 (>60)
Eisen: 90 (33 - 193)
Transferrin: 290,1 (200 - 360)
Ferritin: 130,2 (15,0 -150,0)
TSH: 4,00 (0.27 - 4,20)
FT3: 3,37 (2,0 - 4,4)
FT4: 1,30 (0,9 - 1,7)

Die latente Unterfunktion wurde hier das erste Mal diagnostiziert, deshalb nehme ich keine Medis, denn ich habe absolut keine Symptome einer Unterfunktion (ok, mir ist schnell frisch, aber ich bin ja auch eine Frau), Schilddrüse ist normal groß und es lassen sich keine

Gewebsveränderungen feststellen (bei der Messung vor 1,5 Jahren hatte ich noch einen TSH von 2,1. Nächste Kontrolle habe ich im Februar, dann sehe ich weiter.

Zink: 1,16 (0,60 - 1,20)

VIB1: 69,1 (28 - 85)

RIBO: 1,7 (<24)

VIB2 : 290 (155 - 355)

FMN: 8,6 (<27)

VIB6: 23,4 (>4,9)

Mehr habe ich leider nicht, unter der Pille wurden kein Hormonstatus gemacht.

Das Problem was ich jetzt mit dem Absetzen der Pille habe ist die Blutdruckerhöhung in der Pillenpause. Wenn ich auf kurz oder lang mehr Blutdrucksenker nehmen muss ist das bestimmt ähnlich blöd für den Körper, aber das kann ich zu diesem Zeitpunkt ja auch garnicht einschätzen. Vielleicht normalisiert sich die Erhöhung ja auch von selbst wieder wenn ich einige Zeit ohne Pille bin. Aber Angst hab ich trotzdem deswegen.

Außerdem war es für mich immer eine Erleichterung jeden Monat eine Blutung zu haben (auch wenn es keine richtige ist), im Gegensatz zum ständigen warten ohne das etwas passiert vor der Pille. Ich mache mir einfach Gedanken darum was nach all den Jahren Pilleneinnahme ist...vielleicht pendelt sich da garnichts mehr ein? Ich mache mir Sorgen deswegen.

Wenn Dir an den Blutwerten etwas auffällt, bin ich um jede Anregung dankbar. Bei der Schilddrüse will ich allerdings wie gesagt noch die nächste Kontrolle abwarten, bevor ich da irgendetwas nehme ohne mich überhaupt komisch zu fühlen.

Danke für die Hilfe!

LG

Anne

Subject: Aw: Pille absetzen - ja oder nein?

Posted by [Pfannkuchen](#) on Mon, 16 Nov 2015 21:25:50 GMT

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

Hallöle!

Supi dupi, dann muss ich mich ja nicht zurückhalten

Oh ja, das ist natürlich fies; ich hatte ja auch einmal einen solchen Blutdruck, man gings mir da scheiße!

Ja, zu niedriger Blutdruck ist auch echt nicht schön!

Hm, also an sich kann das Abnehmen keinen Einfluss auf den Blutdruck haben und wenn, dann

eher einen positiven! Ich glaub fast eher, dass du da was hormonelles losgetrampelt hast...Östradiol... pusht den Blutdruck ja auch nach oben.. aber ich hab da keine Ahnung.. komisch isses schon! Und vor allem unfair!

Naja, ich hatte schon mit ^^13 Bluthochdruck: 180/120 war mein normales Ding.. mi 13!! Frisch zur ersten Periode kam der Bluthochdruck, den Ärzten war das ein Mysterium, mittlerweile isses mir klar, das hängt alles zusammen.

So, dann fang ich ma an:

B12 sieht ok aus, kann gerne höher, ist aber für jeden anders: Wenn ich unter 600 habe, bekomme ich Beinschmerzen z.B.

Super Eisenwert!!! Wo hast du den denn her? Der HB zieht auch mit, schön! Obwohl MCH und MCV ja nicht so mitziehen.. hmm vllt. doch ein wenig B12?

Ui Cholesterin ist ja..... ein wenig hoch, was? Was sagen die Ärzte dazu? Das kann durch ein Hormonchaos kommen, so zur Info, falls du das noch nicht weißt. Lass dir nicht einreden, dass du zu viel Fett isst.

Nimmst du einen B Komplex? Sieht erstmal gut aus.

Hmm die SD.. ja... ich bin grad nicht an meinem PC und kann die Prozente nicht ausrechnen... mach ich morgen mal, interessiert mich schon, was da rauskommt.

Willst du denn keine Medis nehmen? Bluthochdruck kann auch ein Symptom sein. Nur der TSh ist echt nicht aussagekräftig, leider Ja ann warte die nächste BE ab, drängt ja anscheinend nicht Ne, Hormonstatus ist meist unnötig! Von daher ok.

Zur Pillenpause: Ich hatte nach dem Absetzen die ersten Wochen auch uuunglaubliche Probleme mit dem Blutdruck; ich denke fast, dass dieses Hormonloch, welches man da ja hat, dafür verantwortlich war. Und das gleiche glaube ich auch bei dir.

Dass du da Angst hast, kann ich auch verstehen, aber sie löst ja leider keine Probleme

Es kann dir ähnlich wie mir passieren, aber das ging 3 Wochen und dann pendelte sich der Blutdruck langsam ein.

Gut ich messe mittlerweile nicht mehr täglich, das hat mich noch fast in den Wahnsinn getrieben, wei dieses blöde Gerät einfach nicht immer gleich gut funktioniert, zeigte z.B. manchmal einen Schwachsinn an mit 250/190, wo ich dachte: Jo, dann gings mir aber net sooo gut (mein Körper kennt solche Höhen ja nicht) und 2 Minuten später war er dann auf 135/85, was ja ok ist..

Nimmst du Magnesium? Falls nein, das kann auch gegen Blutdruck helfen.

Ob sich das bei dir wieder einpendelt.. du bist ja noch jung! Und wenn nicht, nimmst du halt Hormone, die machen, dass dein Körper wieder rund läuft. Wie lange nimmst du die Pille?

Sorry, wenn dus schon geschrieben hast.

Da muss man positiv denken

LG!

Subject: Aw: Pille absetzen - ja oder nein?

Posted by [Zwergmonster](#) on Tue, 17 Nov 2015 11:35:33 GMT

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

Liebe Pfannkuchen,

also erstmal ganz lieben Dank für Deine Hilfe bei der Interpretation meiner Werte!

Das Problem ist, dass ich bei so komplexen Dingen immer nur die Hälfte verstehe . Ich versuche mich durchzuwütscheln, aber wenn ich vergesse auf etwas zu antworten, dann bitte kurz dran erinnern .

Ich nehme die Pille Leios seit 13 Jahren durchgehend.

NEMs nehme ich keine. Wenn es sich irgendwie vermeiden lässt dann würde ich das gerne beibehalten und was geht einfach über die normale Ernährung regeln. Mit den NEMs kommt irgendwie auch alles so schnell aus dem Gleichgewicht finde ich.

Zum Cholesterin, jupp der ist augenscheinlich zu hoch, lag beim Blutbild davor auch schonmal höher bei 260.....aber: Mich hatte dieser Wert auch geschockt, besonders als nahezu vegan lebender Mensch. Also hat der Hausarzt damals noch einen zweiten Bluttest zum Cholesterin gemacht. Dabei wird in schlechten und guten Cholesterin unterschieden und diese Werte werden dann ins Verhältnis gesetzt. Auch wenn ich diese Werte nicht vorliegen habe, so war das Verhältnis so, dass ich keine Medis brauche. Kontrolliert wird trotzdem regelmäßig, jetzt mit dem Blutdruck erst recht.

Es wäre sehr lieb wenn Du mir das Ergebnis Deiner Berechnung von FT3 und FT4 kurz hier schreiben könntest. Vielleicht auch mit Interpretation für die nicht ganz so Hellen wie mich? Das wäre sehr lieb von Dir .

Aber wie gesagt, ich möchte bei der Schilddrüse erstmal die nächste Kontrolluntersuchung abwarten, weil das bisher nicht so wirklich meine Baustelle war. Vielleicht bessern sich die Werte ja auch nochmal wenn ich die Pille abgesetzt habe? Noch hab ich Hoffnung, dass der letzte Wert ein Ausreißer war und sich nicht mehr wiederholt. Wie gesagt, Veränderungen der Schilddrüse gibt es ja noch keine. Vielleicht hab ich ja Glück.

Zu den Medis: Ganz ehrlich, ich hab ein Problem mit Medikamenten jeglicher Art entwickelt. Das mit den Blutdrucktabletten sehe ich ein, es bringt niemanden etwas wenn im Kopf irgendwas platzt und ich den Rest meines Lebens sabbernd in einem Krankenbett verbringen muss. Aber irgendwas im Kopf wehrt sich gegen die Tabletteneinnahme. Das klingt jetzt wahrscheinlich total bescheuert, aber ich schaffe es kaum noch die Blutdrucktablette, geschweige denn diese winzigkleine Pille runterzuwürgen. Ich habe durch die Migräne in meinem Leben so viele Schmerzmittel schlucken müssen, das war bestimmt auch alles andere als gut und ich hab es einfach im Moment satt. Ich möchte nicht mehr als irgendetwas nehmen. Deshalb habe ich auch beschlossen mit der Schilddrüse erstmal zu warten und noch keine Medis zu nehmen.

Ich denke, dann werde ich wohl erstmal absetzen, befinde mich gerade in der Pillenpause und werde dann garnicht mehr anfangen die Pille zu nehmen. Irgendwie habe ich ernste Befürchtungen, dass sich mein Körper nicht mehr wirklich einpendelt und ich im Hormonchaos

ende, gerade weil es ja noch nie rundgelaufen ist. Hormone nehmen, damit mein Körper läuft ist ja gerade das was ich nicht mehr will. Jeder Körper ist anders und die Feinabstimmung so verdammt kompliziert bis unmöglich künstlich herzustellen, ich hab da wenig Zutrauen, dass das dann so funktioniert. Außerdem habe ich nach den letzten recht turbulenten Monaten keinen wirklichen Bock mehr auf das Gerede zu den Ärzten. die alle keine Antworten für mich haben. Die können mir nicht helfen, außer Symtombekämpfung und das ist genau mein Problem, irgendwie stochern alle nur im Dunkeln.

Das Absetzen ist für mich irgendwie mit großen emotionalem Stress verbunden, auch wenn es natürlich unausweichlich ist. Aber die Ungewissheit drückt mich runter. Aber nur der Versuch macht klug, richtig? Also, wie Du schon sagtest, positiv denken ist die einzige Option, die ich gerade habe .

LG

Anne

Subject: Aw: Pille absetzen - ja oder nein?

Posted by [Pfannkuchen](#) on Tue, 17 Nov 2015 12:21:38 GMT

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

Hallöle

Mach ich wirklich gerne!

Ja, die ganzen Hormonsachen und auch die Vitamine und Mineralien sind auch sooo unnötig kompliziert, ich lesen nun seit über 1,5 Jahren darüber und finde immer wieder neues. Es nervt manchmal sehr, aber in Endeffekt profitiere ich davon (und mittlerweile auch mein Mann, der nun auch Hormonprobleme hat, die ich aufgrund dieser ganzen Leserei gemerkt habe)

Aber es gibt gute Seiten, die man auf jeden Fall mal gelesen haben sollte; hier im Forum gibts auch einen eigenen Thread darüber: <http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/t/4632/>
Das ht-mb Forum ist auch interessant, da gibts ein Forumswissen! Da lernt man auch viel
Es gibt auch sehr gute Hormonbücher, die ich die bei Bedarf auch gerne nenne.

Uiui 13 Jahre durchgängig ist natürlich ne Nummer!

NEMs: Ja, kann ich verstehen. Könnte auch jeden Tag kotzen, wenn ich den Batzen Tabletten sehe, die ich jeden Tag nehmen muss. Aber ich brauch sie leider und ich merke auch, dass es mir damit besser geht.

Magnesium würde ich mir an deiner Stelle aber wirklich mal überlegen bzw mal etwas darüber lesen

Tolle Werte, obwohl du keinen B-Komplex nimmst!!

Cholesterin: Ich hatte in einem Hormonbuch mal gelesen, dass man so viel Fett nicht essen kann, um diesen Wert so hoch zu kriegen. Das wird sich wieder einpendeln, wenn die Hormone stimmen

SD: Japp, mach ich gerne: ft3 = 57%, ft4 = 50%

Man sagt, dass sich Hashis im oberen Drittel wohlfühlen. Da dein TSH so hoch ist und die freien Werte aber wirklich nicht schlecht aussehen, würde ich an deiner Stelle auch warten. Die Pille beeinflusst immer die SD und ja, es kann sein, dass sich das alles einpendelt

Pille: Find ich ne gute Entscheidung!

Die Tatsache, dass du so selten deine Period früher hattest, weist ja auf ein Problem hin; es wäre schon sehr wichtig, nach 2-3 Monaten doch mal einen Hormonstatus machen zu lassen.

Und eines kommt dir vllt. entgegen: Alle Hormone nimmt man meist über Cremes!! Ich persönlich finde das super, keine NWS, keine Magenprobleme.

Ne auf das Gerenne zu den Ärzten... hat keiner Lust, glaube ich

Aber: Du kannst vorsorgen und dir einen guten Arzt suchen, der mit bioidentischen Hormonen arbeitet (da gibts viele Listen im Internet) Dann hast du nur einen Arzt, der dich betreut und der auch wirklich Ahnung hat. Die meisten "normalen" Ärzte kennen das nicht und machen da auch nicht mit, weil sie nichts drüber wissen, leider.

Lass dich bitte durchs Absetzen nicht stressen! Vllt. passiert ja auch gar nix Und alles, was passieren könnte, geht wieder weg und dauert nicht ewig.

LG!

Subject: Aw: Pille absetzen - ja oder nein?

Posted by [Zwergmonster](#) on Tue, 17 Nov 2015 16:41:46 GMT

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

Pfannkuchen schrieb am Tue, 17 November 2015 13:21

Lass dich bitte durchs Absetzen nicht stressen! Vllt. passiert ja auch gar nix Und alles, was passieren könnte, geht wieder weg und dauert nicht ewig.

Dein Wort in Gottes Ohr!

Nein, ich weiß ja selbst nicht warum ich wegen des Absetzens so eine Panik schiebe. Durch diese Phase muss jede Frau, die ein solches Medikament nimmt irgendwann mal durch. Im Familien- und Freundeskreis gibt es niemanden der Probleme hatte, alle fühlen sich unverändert gut oder sogar besser ohne das Ding. Nur ich mach mir deshalb ins Höschen und gehe direkt von Schlimmsten aus und denke nur noch an Haarausfall und unreine Haut. Ist aber typisch für mich, der Teufel gehört an die Wand .

Magnesium kenne ich bereits aus meiner Migränezeit, weil das im Anfangsstadium der Schmerzen manchmal noch geholfen hat. Seit ich weniger damit zu tun habe, habe ich auch mit dem Magnesium aufgehört. Ich fange wohl besser wieder damit an. Kann ich die Präparate in Pulverform nehmen, die man direkt auf die Zunge streut (die sind nämlich echt lecker und ich hab nicht den Kampf beim Runterschlucken) oder hast Du eine andere Empfehlung für mich?

Nochmals ganz lieben Dank für Deine tollen Antworten auf meine Fragen, Du hilfst mir damit sehr weiter und ich habe gerade einen richtigen Motivationsschub.

LG

Anne

Subject: Aw: Pille absetzen - ja oder nein?
Posted by [Pfannkuchen](#) on Tue, 17 Nov 2015 18:38:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo

Ja stimmt, viele merken vom Absetzen gar nichts.. die Glücklichen. Musst wirklich abwarten es bringt sonst leider gar nichts
Du schaffst das! Wenn ich das durchstehe, schaffst du das auch

Hm mit Magnesium.. weiß nicht, ich nehme es hochdosiertes aus einer Apotheke, die das selbst anmischt, das ist seeehr gut, weil ich endlich keinen Durchfall mehr davon habe (sonst hatte ich das immer, was ja eigentlich ein Zeichen dafür ist, dass man genug genommen hat... und da nahm ich 200mg, jetzt nehme ich 800mg und habe keinen, also lags an der Qualität)
Wenn dir sowas gut schmeckt, probier es aus

Ich wünsch dir ganz viel Erfolg und Durchhaltevermögen beim Absetzen
