

---

Subject: Besserung des HA durch Selen?

Posted by [Gast](#) on Thu, 30 Apr 2009 09:26:24 GMT

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

---

Hallo,

ich nehme so seit einem Monat Jod zu mir (meine SDU wurde erst vor einem Monat festgestellt) und seit einigen Tagen Selen.

Vor so knapp 2 Wochen habe ich ein paar kleine neue Haare am Haaransatz feststellen können (kein Flaum), seit wenigen Tagen sind wieder welche hinzugekommen.

Kann Selen so schnell wirken?

Jedenfalls bezweifle ich, dass es nur an Jod liegt. Jod alleine hat meinen TSH-Wert von 6,4 auf 5,57 gesenkt (150µg Jod am Tag aus Braunalge). Leider liegen neue Werte seit Seleneinnahme nicht vor.

Aber was sagt eure Erfahrung?

PS: Mir wachsen zwar neue Haare am Haaransatz, aber von einer Besserung des HA kann ich noch kein festes Urteil abgeben

---