
Subject: Melatonin (Circadin) Selbstversuch - Probleme...

Posted by [lala](#) on Sat, 13 Mar 2010 11:33:29 GMT

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

Hallo!

Ich hab schon im Frauenforum gepostet, aber vllt wisst ihr hier drüben da ja besser bescheid:

um meinen sommer-HA in den griff zu kriegen, möchte ich dieses jahr (märz bis sept)
melatonin oral versuchen.

ich habe mir nun Circadin 2mg besorgt und möchte loslegen
Problem:

im beipackzettel steht bei wechselwirkungen: Östrogene
(Empfängnisverhütungsmittel)...welche ich nehme...

UND: ich wollte erstmal einschleichen, also mit 1 mg oder auch nur 0,5 mg beginnen. aber im
beipackzettel steht, dass die tabletten nicht halbiert oder zerdrückt werden dürfen.

warum? was passiert dann? wie soll ich jetzt vorgehn...? weiß hier jmd bescheid?

Ig!
