Subject: Vit D gesunken trotz Substitution
Posted by Pulsatilla on Fri, 04 Mar 2016 08:57:10 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Habt ihr eine Idee wo die Probleme bei der Aufnahme liegen könnten?

Ich hatte im Sommer einen Vit D Spiegel von 29 ng/ml

Habe im September begonnen zu substituieren :
10.000 IE täglich Oleovit
Mein Wert stieg in 8 Wochen auf 38,8 ng/ml

Ich hatte allerdings Kopfschmerzen und seltsame Schwindelanfälle in dieser Zeit, also habe ich die Dosis halbiert und nehme seit 4 Monaten
täglich 5000 IE Dr Jacobs D3K2.

Ich dachte bis zum Frühling wäre der Wert in einem annehmbar guten Bereich.
Die Ernüchterung kam mit letztem Blutbild:
Vit D Wert ist gesunken: 31 ng/ml

Ich hab noch keine Erklärung dafür gefunden, hat jemand ähnliche Erfahrungen? Liegt es an unzuverlässigen Tests?
Danke!!