

---

Subject: Zu wenig Eisen

Posted by [Emm81](#) on Sat, 20 Apr 2019 15:24:50 GMT

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

---

Hallo Leute,

ich leide schon seit ein paar Monaten unter Haarausfall und habe vor kurzem einen Bluttest gemacht. Das Ergebnis war vor allem, dass ich viel zu wenig Eisen habe im Körper. Jetzt stellt sich mir die Frage, ob deswegen mein Haarausfall da ist und ob ich den einfach durch eine konsequente Eisen Einnahme leicht los werde.

Also hat schon mal jemand hier Erfahrungen gesammelt mit Eisen-NEM, sodass das gegen den Haarverlust geholfen hat? Falls ja, welche Dosis an Eisen habt ihr da genommen und wie lange ca.?

Vielen lieben Dank schon mal :)

---