

---

Subject: Blutwerte-Fragen zum Zink-Kupferverhältnis  
Posted by [Meckentosh](#) on Sat, 17 Oct 2009 20:02:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

ich habe neue Blutwerte erhalten bezüglich der Vitamine A, B6, B12, B9 und der Minerale Zink, Eisen und Kupfer(neu).

Vitamin A (minimal erniedrigt)  
B12 (stark erniedrigt)  
B6 (erhöht)  
Eisen (weiterhin leicht erhöht)  
Soweit alles bekannt, wie bei den letzten Blut-Tests auch.

Mein Sorgenkind ist nun Zink 168 ug/dl ref. 69-117  
nochmals angestiegen gegenüber dem letzten Wert 132ug/dl  
Zink NEM habe ich seit April wegen Magen-Darmprobleme abgesetzt.  
Meine Ärztin sagte schon im Sommer das mein Zinkwert niedriger, besser wäre.

Und Kupfer ist auch erschreckend niedrig 5,1 umol/l ref. 12.4 - 20.6

Zink in einem so hohen Wert ohne NEM ???  
Magen-Darmstörungen selbst verursacht durch Zink???  
Wie bekomme ich das Zink gesenkt ???

Meine Haare weisen übrigens viel Bruch auf und vor allem ein Flaggenzeichen mit 3 Farben  
(Schwarz, Blond, und etwas Rotbraunes)

Ich bitte mal um eins, zwei Antworten.

Vielen Dank und Beste Grüße

---

Subject: Re: Blutwerte-Fragen zum Zink-Kupferverhältnis  
Posted by [pilos](#) on Sat, 17 Oct 2009 20:26:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

kupfer substituieren...

---

---

Subject: Re: Blutwerte-Fragen zum Zink-Kupferverhältnis  
Posted by [Meckentosh](#) on Sat, 17 Oct 2009 20:46:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Sat, 17 October 2009 22:26

kupfer substituieren...

Danke für die schnelle Antwort Pilos, ich habe aber vergessen zu erwähnen, dass ich seit der ersten Zinkwertanalyse mit 3mg alle 2 Tage, Kupfergluconat substituiere. Die Ärztin erwähnte das Zink und Kupfer Antagonisten seien, empfahl mir aber nicht Kupfer einzunehmen. Ich hab's trotzdem gemacht.