
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!

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

Posted by [pilos](#) on Sat, 13 Mar 2010 11:46:58 GMT

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

lala schrieb am Sat, 13 March 2010 13:33Hallo!

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!

circadin ist eine retardtablette...sie hat einen retardschichtaufbau

sprich der wirkstoff wird über stunden freigesetzt.

wenn man sie halbiert, geht diese funktion verloren und das melatonin wird dann innerhalb 1-2 h freigesetzt.

mit dem wirkstoff selbst passiert gar nix.

ein einschleichen ist überflüssig, kannst direkt die 2 mg nehmen...ist eh retard

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

Posted by [pilos](#) on Sat, 13 Mar 2010 11:58:31 GMT

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

lala schrieb am Sat, 13 March 2010 13:33

Problem:

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

östrogene erhöhen den melatoninspiegel, da diese den Melatoninspiegel durch Hemmung der Metabolisierung über CYP1A1 und CYP1A2 erhöhen.

ich sehe trotzdem kein problem

wirst du eh merken wenn du tagsüber schläfrig bist oder nicht

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

Posted by [lala](#) on Sat, 13 Mar 2010 15:46:47 GMT

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

ok, ich danke dir!
wie immer ..eine bank!

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

Posted by [Treblig](#) on Sat, 13 Mar 2010 15:52:20 GMT

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

Gibts Melantonin billig?

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

Posted by [pilos](#) on Sat, 13 Mar 2010 17:30:28 GMT

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

Treblig schrieb am Sat, 13 March 2010 17:52Gibts Melantonin billig?

http://www.biovea-deutschland.com/Biovea/product_detail.aspx ?PID=1135&CID=0
