

---

Subject: Blutwerte - Alles in Ordnung?

Posted by [Damnithair](#) on Thu, 08 Jan 2015 20:41:23 GMT

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

---

Hallo Forum,

War heute beim Arzt um meine Blutwerte einzusehen. Durfte allerdings nur mit der Schwester vorlieb nehmen.. Nun ja, sie meinte Vitamin B12 wäre etwas zu hoch und -wer hätte es gedacht- Vitamin D zu wenig. Ich soll jetzt 2 Wochen lang 2000 I.E Vitamin D täglich zu mir nehmen und nach den 2 Wochen nur noch 1000 I.E Pro Tag. Was sagt ihr dazu? Lieber mehr nehmen?

Ansonsten weiß ich nicht was mir die Ärztin noch gesagt hätte, aber denke mal auch nicht viel mehr..

Habe mir das ganze mal mitgeben lassen und hier angefügt. Wäre super wenn jemand der sich damit auskennt oder Ahnung davon hat da mal drüber schauen könnte. Vielleicht fällt euch ja noch was auf. Bitte auch mal die Eisenwerte anschauen.

Wäre euch sehr dankbar!

LG

Damnithair

---

### File Attachments

1) [image.jpg](#), downloaded 165 times

Analyse	Bezeichnung
UMAT	Material
VITB12	Vitamin B 12
VITD	25-Hydroxy-Vitamin D
CRPQ	C-reaktives Protein
TSHF	TSH
FT3	freies T 3
FT4	freies T 4
TRAK	TRAK (TSH-Rezeptor-AK)
TPO	Anti TPO
FERR	Ferritin
FERRIDX	Ferritinindex
STFR	Löslicher Transferrin-Reze
RETHB	Hb-Gehalt d. Retikulozyten
BUTHPLOT	Auswertung Thomas-Plot
HTGDD	Thyreoglobulin
CANG	Candida albicans - IgG
CANM	Candida albicans - IgM

Subject: Aw: Blutwerte - Alles in Ordnung?  
Posted by [krx](#) on Thu, 08 Jan 2015 20:42:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Im Bezug auf was ?

Ist dir unwohl ?

Im Bezug auf die Haare völlig egal. Bringt nichts.

---

Subject: Aw: Blutwerte - Alles in Ordnung?  
Posted by [Damnithair](#) on Thu, 08 Jan 2015 20:56:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

krx schrieb am Thu, 08 January 2015 21:42Im Bezug auf was ?

Ist dir unwohl ?

Im Bezug auf die Haare völlig egal. Bringt nichts.

Nein, mir geht es nicht nur um die Haare. Natürlich auch darum, aber bin vor allem manchmal ziemlich ausgelaugt, schlapp und müde, obwohl ich beispielsweise genügend geschlafen habe. Auch beim Training könnte es besser laufen.. Habe mal gelesen, dass das auch mit Vitamin D zusammenhängen könnte...

Edit: außerdem bin ich oft ziemlich blass im Gesicht und sehe müde aus

---

Subject: Aw: Blutwerte - Alles in Ordnung?  
Posted by [krx](#) on Thu, 08 Jan 2015 21:03:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nimmst du ein Anti-Androgen.

ging mir unter Fin auch so, war damals auch deswegen bei verschiedenen Ärzten.

---

Subject: Aw: Blutwerte - Alles in Ordnung?  
Posted by [pilos](#) on Thu, 08 Jan 2015 21:04:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ich konnte noch nie bei männer aus den üblichen blutwerten einen HA herauslesen

sie machen auch kaum sinn

---

Subject: Aw: Blutwerte - Alles in Ordnung?  
Posted by [Damnithair](#) on Thu, 08 Jan 2015 21:21:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

krx schrieb am Thu, 08 January 2015 22:03Nimmst du ein Anti-Androgen.

ging mir unter Fin auch so, war damals auch deswegen bei verschiedenen Ärzten.

Meine Behandlung beläuft sich auf RU und Ket

Aber die "Beschwerden" habe ich eigentlich schon vorher gehabt.. Kann natürlich sein oben genanntes trägt seinen Teil dazu bei ..

---

---

Subject: Aw: Blutwerte - Alles in Ordnung?  
Posted by [Damnithair](#) on Thu, 08 Jan 2015 21:23:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Thu, 08 January 2015 22:04  
ich konnte noch nie bei männer aus den üblichen blutwerten einen HA herauslesen

sie machen auch kaum sinn

Geht mir wie gesagt auch nicht nur um die Haare.

Was sagt ihr bzw du zum Vit D? Habe auch hier mal gelesen man sollte mit relativ hohen Dosen beginnen und dann langsam runtergehen?

---

---

Subject: Aw: Blutwerte - Alles in Ordnung?  
Posted by [mike.](#) on Thu, 08 Jan 2015 22:07:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

etwas wenig Ferritin und VitD

---

---

Subject: Aw: Blutwerte - Alles in Ordnung?  
Posted by [Damnithair](#) on Thu, 08 Jan 2015 22:18:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Thu, 08 January 2015 23:07  
etwas wenig Ferritin und VitD

Hast du einen Vorschlag dem gerecht zu werden? Also was Präparate und Dosierungen  
anbelangt?

LG

---

---

Subject: Aw: Blutwerte - Alles in Ordnung?  
Posted by [mike.](#) on Thu, 08 Jan 2015 22:28:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Damnithair schrieb am Thu, 08 January 2015 23:18mike. schrieb am Thu, 08 January 2015 23:07  
etwas wenig Ferritin und VitD

Hast du einen Vorschlag dem gerecht zu werden? Also was Präparate und Dosierungen  
anbelangt?

LG

tgl 1 FerroSanol ( PZN 2799421 - Ferritin FERRO SANOL DUOD MR PELLETT ) und tgl 2.000 IE  
VitD .. zum beispiel

---

---

Subject: Aw: Blutwerte - Alles in Ordnung?  
Posted by [Damnithair](#) on Fri, 09 Jan 2015 10:16:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Thu, 08 January 2015 23:28Damnithair schrieb am Thu, 08 January 2015  
23:18mike. schrieb am Thu, 08 January 2015 23:07  
etwas wenig Ferritin und VitD

Hast du einen Vorschlag dem gerecht zu werden? Also was Präparate und Dosierungen  
anbelangt?

LG

tgl 1 FerroSanol ( PZN 2799421 - Ferritin FERRO SANOL DUOD MR PELLETT ) und tgl 2.000 IE VitD .. zum beispiel

Super, danke dir!

Ferritin ist der Eisenspeicher/Eisen "normales Eisen" richtig?  
Wird da nur mein Ferritinwert beeinflusst oder auch das Eisen? Eisen ist bei mir laut Blutbild ja ausreichend, fast an der oberen Grenze. Will mir da auch nicht zu viel geben..

---

Subject: Aw: Blutwerte - Alles in Ordnung?  
Posted by [mike](#). on Fri, 09 Jan 2015 11:29:52 GMT

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

---

Damnithair schrieb am Fri, 09 January 2015 11:16mike. schrieb am Thu, 08 January 2015 23:28  
Damnithair schrieb am Thu, 08 January 2015 23:18mike. schrieb am Thu, 08 January 2015 23:07  
etwas wenig Ferritin und VitD

Hast du einen Vorschlag dem gerecht zu werden? Also was Präparate und Dosierungen anbelangt?

LG

tgl 1 FerroSanol ( PZN 2799421 - Ferritin FERRO SANOL DUOD MR PELLETT ) und tgl 2.000 IE VitD .. zum beispiel

Super, danke dir!

Ferritin ist der Eisenspeicher/Eisen "normales Eisen" richtig?  
Wird da nur mein Ferritinwert beeinflusst oder auch das Eisen? Eisen ist bei mir laut Blutbild ja ausreichend, fast an der oberen Grenze. Will mir da auch nicht zu viel geben..

must in 1-2 monaten wieder blut testen... musst den arzt explizit auf die einnahme von den präp ansprechen..dann bekommst die werte...

---

Subject: Aw: Blutwerte - Alles in Ordnung?  
Posted by [Damnithair](#) on Fri, 09 Jan 2015 11:41:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Fri, 09 January 2015 12:29Damnithair schrieb am Fri, 09 January 2015 11:16mike. schrieb am Thu, 08 January 2015 23:28Damnithair schrieb am Thu, 08 January 2015 23:18mike. schrieb am Thu, 08 January 2015 23:07  
etwas wenig Ferritin und VitD

Hast du einen Vorschlag dem gerecht zu werden? Also was Präparate und Dosierungen anbelangt?

LG

tgl 1 FerroSanol ( PZN 2799421 - Ferritin FERRO SANOL DUOD MR PELLETT ) und tgl 2.000 IE VitD .. zum beispiel

Super, danke dir!

Ferritin ist der Eisenspeicher/Eisen "normales Eisen" richtig?  
Wird da nur mein Ferritinwert beeinflusst oder auch das Eisen? Eisen ist bei mir laut Blutbild ja ausreichend, fast an der oberen Grenze. Will mir da auch nicht zu viel geben..

must in 1-2 monaten wieder blut testen... musst den arzt explizit auf die einnahme von den präp ansprechen..dann bekommst die werte...

Gut, mach ich so. Hab in 4 Wochen wieder die nächste Blutabnahme.

Edit: Meinst also die Einnahme jetzt ist vorerst unbedenklich, da ja noch Luft nach oben ist?

Subject: Aw: Blutwerte - Alles in Ordnung?  
Posted by [Faraday](#) on Fri, 09 Jan 2015 16:45:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Damnithair schrieb am Thu, 08 January 2015 21:41Ich soll jetzt 2 Wochen lang 2000 I.E Vitamin D täglich zu mir nehmen und nach den 2 Wochen nur noch 1000 I.E Pro Tag. Was sagt ihr dazu? Lieber mehr nehmen?

Zur Berechnung der notwendigen Tagesdosis empfehle ich die folgende Tabelle:

[http://www.grassrootshealth.net/media/download/germanvitamind\\_chart1\\_012714.pdf](http://www.grassrootshealth.net/media/download/germanvitamind_chart1_012714.pdf)

Beispiel:

Um einen 25(OH)D-Spiegel von 20 ng/ml auf 40 ng/ml anzuheben, benötigt ein 75 kg schwerer Mann eine Tagesdosis von 2850 I.E. Vitamin D3.

---

Subject: Aw: Blutwerte - Alles in Ordnung?  
Posted by [Leo123](#) on Fri, 09 Jan 2015 17:49:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ferritin ist in der Tat einer der Eisenspeicher im Körper. In Ferrosanol steckt daher auch Eisen (Eisen-II-Ionen) und nicht etwa Ferritin .

Ferritin kann man nicht einnehmen, stellt der Organismus bei genügend Eisen selber her. Dein Serum-Ferritinwert ist übrigens völlig o.k. Auch das sonstige Blutbild ist i.O., zusätzliche Eisenaufnahme per Präparat damit überflüssig und eher nachteilig .

---