
Subject: Plasmaspenden Nachwirkungen möglich?
Posted by [REMOLAN](#) on Tue, 10 May 2022 16:04:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo allerseits,

Diesen Februar/März war ich fast jede Woche Plasmaspenden.
Habe es akut auch immer recht gut vertragen, bzw direkt danach hatte ich kaum mehr als leichte Müdigkeit, Hunger und Bedürfnis nach Ruhe.

Doch seitdem, paar Wochen hinein, sind mir vermehrt Sachen aufgefallen... Habe wieder öfter Dissoziationszustände (Gefühl, Kontrolle über den Körper zu verlieren) und schlechtere Regeneration nach (sportlicher) Belastung, random Gelenksentzündungen, hatte 1 Monat danach extrem trockene fahle Haut egal was ich tue was langsam besser wird, Augenringe,... Alles Dinge die ich davor auch schon etwas hatte wegen unausgewogenem Stress-Sport-Ruhe/Regenerationsverhältnis und so, aber das wurde seither definitiv ärger.

Es heißt immer, bei Plasmaspenden würde der Körper alles nach spätestens 3 Tagen regenerieren. Doch kann es sein, dass hier manche Leute anders reagieren?
Hat wer selbst Erfahrung mit Plasmaspenden?

Generell habe ich manchmal das Gefühl, als würde mein Nervensystem kurz vor dem Versagen stehen, als wär der Saft draussen. Vielleicht auch Übertraining, aber es trifft mit dem häufigen Plasmaspenden zusammen... :?

LG

Subject: Aw: Plasmaspenden Nachwirkungen möglich?
Posted by [Bacco](#) on Thu, 12 May 2022 23:08:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Servus Remolan.

Habe mitte 2005 mal für ca ein halbes Jahr 1-2xpro Woche Plasma gespendet.Hatte auch irgendwie das Gefühl das es mir nicht so gut tut, die regeneration nach dem Sport war definitiv schlechter, und das Feeling am Spendentag, nach der Entnahme war wie nach 1-2 Bier, leicht Dizzy.Naja,das Fass zum Überlaufen hat aber die Aussage meiner besten Freundin gebracht.Sie hatte damals die Feststellung gemacht, das alle Freunde und Verwandten, die auch Plasma spendeten innerhalb von einer recht kurzen Zeitspanne von max. 2. Jahren drastisch gealtert schienen.Auch wenn ihre Beobachtungen nur rein subjektiv waren, stand für mich der Entschluss fest, nicht mehr spenden zu gehen.

Bacco

Subject: Aw: Plasmaspenden Nachwirkungen möglich?
Posted by [REMOLAN](#) on Thu, 12 May 2022 23:26:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bacco schrieb am Fri, 13 May 2022 01:08 Servus Remolan.

Habe mitte 2005 mal für ca ein halbes Jahr 1-2xpro Woche Plasma gespendet.Hatte auch irgendwie das Gefühl das es mir nicht so gut tut, die regeneration nach dem Sport war definitiv schlechter, und das Feeling am Spendentag, nach der Entnahme war wie nach 1-2 Bier, leicht Dizzy.Naja,das Fass zum Überlaufen hat aber die Aussage meiner besten Freundin gebracht.Sie hatte damals die Feststellung gemacht, das alle Freunde und Verwandten, die auch Plasma spendeten innerhalb von einer recht kurzen Zeitspanne von max. 2. Jahren drastisch gealtert schienen.Auch wenn ihre Beobachtungen nur rein subjektiv waren, stand für mich der Entschluss fest, nicht mehr spenden zu gehen.

Bacco

Hey Bacco, danke dir für deine Erfahrung.

Genau wie du es beschreibst ist es bei mir auch gewesen- vorerst nicht schlimm genug um es nicht mehr zu machen, aber nach einigen Wochen definitiv eine Minusrechnung.

Ich wurde bisher immer 3-4 Jahre jünger geschätzt, dh zB 25 statt 29. Doch die Wochen nach dem Plasmaspenden hat jemand tatsächlich gefragt ob mein Bruder oder ich der Ältere ist (Mein Bruder ist 34, ich kürzlich 30, er hat diffusen Norwood 3 mit einigen grauen Strähnen dabei, während ich noch einen halbwegs Norwood 1 Haarstatus habe und ich bin durchtrainiert, während er eher einfach nur schlank ist).

Sogar meine eigene Schwester hat letztsens gefragt ob ein Kumpel von mir der Jüngere ist, obwohl der etwas älter ist und noch vor 1-2 Jahren von jedem als der Ältere geschätzt wurde.

Außerdem bin ich zum ersten Mal nach langer Zeit wieder richtig krank gewesen (2 Wochen nach der letzten Spende) und habe seither eben insbesondere Brainfog, Regenerationsprobleme, Schwummrigkeit etc.

Glaube ich mach das zum guten Zweck nur noch selten :uhoh:
