

---

Subject: mir gehts definitiv wieder besser

Posted by [Der\\_mit\\_dem\\_Haar\\_tanzt](#) on Sun, 11 Dec 2005 21:36:33 GMT

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

---

Hallo,

meine Nieren haben sich erholt;

was war passiert:

ich muss mir letzte Woche die Nieren verkühlt habe;  
zudem habe ich damals noch rohe Eier und 1 NAC genossen ...  
(die haben dann die Nieren wohl noch zusätzlich belastet)

Symptome:

Niedergeschlagenheit, Bauchfellschmerzen, Ödeme an Augen und Füßen;

jedenfalls war ich beim Arzt und er hatt mir stricke Diet verordnet:

keine Proteine, Aminosäuren, kein Salz,  
und Wasser, Tee viel trinken

jetzt nach 3,4 Tagen sind die Ödeme weg und es geht mir wieder besser;

auf NAC hab ich ihn nicht angesprochen ...

ich musste mich schon wegen den rohe Eiern eine Predigt anhören ...

jedenfalls sollten Leute mit reduzierter Nierenfunktion sowenig Proteine wie möglich zu sich nehmen.

Und natürlich bei Kälte nicht ohne dicke Unterhosen aus dem Haus !

Da ich auch mit meinem NAC Präparat geschwollene Augen am Morgen danach erlebt habe, werde ich jetzt auch mal auf NAC verzichten ...

Ich hoffe mal die Nieren erholen sich wieder und es entwickelt sich daraus jetzt keine chronische Entzündung

(es war jetzt schon das 2te mal innerhalb von 3 Monaten )

Nierensteine haben wir diesmal keine gefunden ...

(was nichts heissen muss )

---

---

Subject: Re: mir gehts definitiv wieder besser

Posted by [fifi](#) on Sun, 11 Dec 2005 21:45:16 GMT

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

---

[Der\\_mit\\_dem\\_Haar\\_tanzt](#) schrieb am Son, 11 Dezember 2005 22:36Hallo,

...

jedenfalls war ich beim Arzt und er hatt mir stricke Diet verordnet:

keine Proteine, Aminosäuren, kein Salz,  
und Wasser, Tee viel trinken

jedenfalls sollten Leute mit reduzierter Nierenfunktion sowenig Proteine wie möglich zu sich nehmen.

Und natürlich bei Kälte nicht ohne dicke Unterhosen aus dem Haus !

...

Sorry, das ist aber total Schwachsinn!!!! Keine Proteine ? Proteine sind lebenswichtig!!! Wenn du keine Proteine zu dir nimmst wirst du auf jeden Fall krank! Ausserdem ist alles eine Sache der Menge ... Wenn du viel Eiweiss zu dir nimmst, musst du auch trinken. Wenn du eine empfindliche Niere hast, dann musst du wahrscheinlich schon vorher viel trinken. Aber ohne Proteine wuerde dein Koerper nicht lange funktionieren ... Ausserdem weiss doch jedes Kind, dass rohe Eier nicht gesund sind, schon wegen der Salmonellen-Gefahr!

---

---

Subject: Re: mir gehts definitiv wieder besser

Posted by [Der\\_mit\\_dem\\_Haar\\_tanzt](#) on Sun, 11 Dec 2005 22:02:03 GMT

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

---

ich sagte nicht keine, sondern so wenig wie möglich

und du bist kein Urologe  
das mit den Eiweiss stimmt schon so,  
hab zuedm selber nachgeschaut

---

---

Subject: Re: mir gehts definitiv wieder besser

Posted by [Der\\_mit\\_dem\\_Haar\\_tanzt](#) on Sun, 11 Dec 2005 22:04:20 GMT

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

---

und wenn hier was Schwachsinn ist,  
dann sind es deine Bemerkung zu den Salmonellen ...

---

---

Subject: und überhaupt

Posted by [Der\\_mit\\_dem\\_Haar\\_tanzt](#) on Sun, 11 Dec 2005 22:10:50 GMT

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

---

seit ich vor einem Jahr Nierensteine hatte trinke ich täglich 2-3 Liter Wasser, Mineralwasser ...

---

---

Subject: Re: mir gehts definitiv wieder besser

Posted by [pilos](#) on Sun, 11 Dec 2005 22:14:58 GMT

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

---

Der\_mit\_dem\_Haar\_tanzt schrieb am Son, 11 Dezember 2005 23:04 und wenn hier was Schwachsinn ist, dann sind es deine Bemerkung zu den Salmonellen ...

seine bemerkungen mit den salmonellen sind schon richtig..ausserdem hast du durch den roheieverzehr, sämtliche biotin vorräte verbraucht, weil das Avidin in eiklar mit dem biotin ein komplex eingeht, das biotin von der aufnahme blockiert.

und was die einweisaufnahme angeht..wirst du unter 0,5 g kg/körper/tag hochwertigs eiweis und nich billiges mehleiweiss richtig mangelerscheinung bekommen!!!!!!!

und nicht so aggressiv....

ansonsten wenn du den ärzten so viel vertrauen schenckst... lass doch deine Haarprobleme von eine "richtigen Arzt" behandeln...dann wirst du bestimmt glücklicher...hier sind alle auf ärzte schlecht zu sprechen.

---

---

Subject: Re: und überhaupt  
Posted by [Quick](#) on Sun, 11 Dec 2005 22:17:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

also erstmal würd ich euch bitten nicht mehr zu streiten sonst bekommt keiner ein eis von euch

@der mit der haar tanzt: auf dauer kann dir dein urologe auch nicht raten auf aminosäuren zu verzichten. hat er dir denn gesagt wie du deinen dadurch evtl. auftretenden muskelschwund vorbeugen kannst? außerdem sagst du ja selber das du an deinen nieren schon vorerkrankt bist, also hat die nac u. eiweißreduktion weniger mit deinen haaren sondern mehr damit zu tun das dich dein arzt vor einer evtl. dialysetherapie retten möchte.....

Quick

---

---

Subject: Re: mir gehts definitiv wieder besser  
Posted by [fifi](#) on Sun, 11 Dec 2005 22:23:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Der\_mit\_dem\_Haar\_tanzt schrieb am Son, 11 Dezember 2005 23:04 und wenn hier was Schwachsinn ist, dann sind es deine Bemerkung zu den Salmonellen ...

Mr. Aggroberlin-Anhaenger,

<http://de.wikipedia.org/wiki/Salmonellen>

nochmal fuer dich:

"Durch Hitzeeinwirkung sterben Salmonellen bei 55°C nach 1 Stunde, bei 60°C nach einer halben Stunde ab"

Wenn du dein Ei roh isst, bist du selber schuld! Informier dich erstmal bevor du unqualifizierten Mist von dir gibst. Sorry.

---

---

Subject: Re: mir gehts definitiv wieder besser  
Posted by [fifi](#) on Sun, 11 Dec 2005 22:25:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

quoted:

"jedenfalls war ich beim Arzt und er hat mir strikte Diet verordnet:  
keine Proteine, Aminosäuren, kein Salz,  
und Wasser, Tee viel trinken"

Soweit dazu. Wenn du nicht die Meinungen von anderen nicht akzeptierst, dann sag lieber gar nichts. Hoer doch auf d. Urologen, dann brauchst du aber hier nicht zu posten, denn nen Urologen wirst du hier nicht finden.

---

---

Subject: Re: mir gehts definitiv wieder besser  
Posted by [Der\\_mit\\_dem\\_Haar\\_tanzt](#) on Sun, 11 Dec 2005 22:27:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Die Haare sind egal,  
hier geht es um meine Nieren und um eine Entzündung der Nieren;

das mit den rohen Eiern ist letztendlich irrelevant ...

30gr Proteine findet man schnell,  
Veganer bin ich nicht;  
da brauch ich nicht zusätzlich noch 10gr Glutamin oder wer weiss sonst was;

Fakt ist, dass zuviel an Eiweiss bei einer Nephritis dir schnell den Rest geben ... da die Filterfunktion eh schon gestört ist;

da ich jetzt schon 2 Nierenentzündungen hatte,  
kann ich ganz sicher nicht weiter Aminosäurenpräparate oder rohe Eier(sehr reich an Aminosäuren) einnehmen.

---

Subject: das kann nicht sein  
Posted by [Der\\_mit\\_dem\\_Haar\\_tanzt](#) on Sun, 11 Dec 2005 22:28:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

rohe Eier im Handel sind desinfiziert,  
aufbewahrt werden die Eier im Kühlschrank  
konsumiert vor dem Ablaufdatum

da findest du keine Salmonellen

---

Subject: Re: und überhaupt  
Posted by [Der\\_mit\\_dem\\_Haar\\_tanzt](#) on Sun, 11 Dec 2005 22:30:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

er hat mir geraten auf meine Ernährung zu achten und auf salziges und zu eiweissreiches zu verzichten;

meine Nieren sind vorbelastet ...  
das ist sicher das Hauptproblem

---

Subject: kurzum  
Posted by [Der\\_mit\\_dem\\_Haar\\_tanzt](#) on Sun, 11 Dec 2005 22:35:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

meine Nieren sind vorbelastet;

jeder der Nierenentzündung hat sollte mit dem Eiweiss mal kürzer fahren;

die nach Aminosäuren Konsum stechend riechenden Urin sollte auch vorsichtiger sein;  
(der Urologe konnte nicht erklären von was das kommt, er tippte auf Entzündung, aber dann wundere ich mich, wieso mir das (schon seit Jahren) immer genau nach Aminosäureneinnahme(Glutamin, Arginin, rohe Eier) aufgefallen ist)

rohe Eier sind nicht gefährlich

---

---

Subject: Re: und überhaupt  
Posted by [pilos](#) on Sun, 11 Dec 2005 22:38:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Der\_mit\_dem\_Haar\_tanzt schrieb am Son, 11 Dezember 2005 23:30er hat mir geraten auf meine Ernährung zu achten und auf salziges und zu eiweissreiches zu verzichten;

meine Nieren sind vorbelastet ...  
das ist sicher das Hauptproblem

Zitat:jedenfalls war ich beim Arzt und er hatt mir stricke Diet verordnet:  
keine Proteine, Aminosäuren, kein Salz,  
und Wasser, Tee viel trinken

zwischen ""keine Proteine"" und ""zu eiweissreiches zu verzichten"" ist ein unterschied wie zwischen himmel un erde.

so jetzt ist alles geklärt worden ""zu eiweissreiches zu verzichten""

---

---

Subject: Re: kurzum  
Posted by [pilos](#) on Sun, 11 Dec 2005 22:43:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Der\_mit\_dem\_Haar\_tanzt schrieb am Son, 11 Dezember 2005 23:35meine Nieren sind vorbelastet;

jeder der Nierenentzündung hat sollte mit dem Eiweiss mal kürzer fahren;

stimmt.....und da kannst du auch mal es öfteren einen "Nieren und Blasentee" z.b. von "dm" trinken

---

---

Subject: wenn ich oben keine Proteine schreibe  
Posted by [Der\\_mit\\_dem\\_Haar\\_tanzt](#) on Sun, 11 Dec 2005 22:51:52 GMT

---

bin ich selber schuld;

beim Arzt ging es um die rohen Eier, mein selbstgemixtes Proteingetränk(rohe Eier + Bananen + Quark)

und er sagt mir keine Proteingetränke, keine rohen Eier  
Eiweissärmer  
(darüber haben wir gesprochen)

und eigentlich sagte er keine Proteine  
(ich bin sicher hat sich auf den Zeitraum meiner Entzündung bezogen)

und so bin ich oben auf !keine Proteine! gekommen,  
für mich sind Proteine = "Protein Getränke"

Eiweiss sind für mich die Proteine im Essen

ok, mein Fehler

dass Aminosäuren damals meine Nierensteine aber mit verursachten sollte hier trotzdem klar sein ( ich weiss nicht ob ich das schon mal im alten Forum gepostet habe):  
vor meiner ersten Kollik habe ich 5 gr LArginin asparat, 4 gr Glutamin mit Orangensaft konsumiert,  
1h Später hatte ich stechend riechenden Urin und dann 30min später die erste Kolik

Natürlich mit ich erblich vorbelastet und hab damals zu wenig getrunken ...  
aber wahrscheinlich haben die Aminosäuren alles zusätzlich beschleunigt und verschärft ...

Und das soll gar niemanden Gesunden davon abhalten Aminosäuren zu konsumieren, solange er nicht diesselben Probleme erlebt

Aber wenn jemanden sowas auffällt, sollte er villeicht mal zum Urologen gehen ...

Übrigens hab ich am Montag wieder einen Termin ...  
musste inziwschen reichlich Urin sammeln

---

Subject: Ja woher weisst du das? :)  
Posted by [Der\\_mit\\_dem\\_Haar\\_tanz](#) on Sun, 11 Dec 2005 22:55:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

den habe ich hier,  
nicht von dm aber von Schlecker

---

Subject: an Fiffi

Posted by [Der\\_mit\\_dem\\_Haar\\_tanzt](#) on Sun, 11 Dec 2005 23:03:56 GMT

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

---

sind nicht gerade im Fitness Bereich  
Proteinshakes mit Eiweiss vom Ei üblich?

ich hab schon mehrmals von Bodybuildern gelesen, dass sie sich solche Shakes machen  
(so bin auch ich drauf gekommen)

---

---

Subject: Re: an Fiffi

Posted by [fifi](#) on Sun, 11 Dec 2005 23:12:09 GMT

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

---

[Der\\_mit\\_dem\\_Haar\\_tanzt](#) schrieb am Mon, 12 Dezember 2005 00:03 sind nicht gerade im Fitness  
Bereich  
Proteinshakes mit Eiweiss vom Ei üblich?

ich hab schon mehrmals von Bodybuildern gelesen, dass sie sich solche Shakes machen  
(so bin auch ich drauf gekommen)

Nein. Im Fitnessbereich sind Molken-Eiweisse (Whey) ueblicher. Bodybuilder holen sich entweder  
Whey-Proteine oder mixen sich ein Eiweissshake aus Speisequark (magerstufe) und Milch  
(0,1%-0,3%).

Eiweiss vom Ei wird sehr, sehr selten in Shakes benutzt, weil es einfach zu teuer ist. Vom Ei ist  
fuer ein Bodybuilder nur das Eiklar wichtig.

---

---

Subject: Re: mir gehts definitiv wieder besser

Posted by [glockenspiel](#) on Mon, 12 Dec 2005 09:40:10 GMT

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

---

jetzt abgesehen, was man nicht darf oder muss, alles gute, gut dass es dir besser geht! ..

---

---

Subject: Re: an Fiffi

Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Mon, 12 Dec 2005 09:50:03 GMT

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

---



Jep. Kann ich bestätigen.

Eine Anleitung für einen Soft-Eiweiss-Shake wäre:

1 Esslöffel Magerquark

150ml Magermilch

150ml Orangensaft

Hört sich nicht so klasse an, ist aber super lecker und erfüllt die Grundfunktionen.

Grüße vom  
FrankfurtER

---