
Subject: eingerissene mundwinkel...

Posted by [lala](#) on Sun, 11 Feb 2007 21:25:31 GMT

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

weisen auf eisenmangel hin? oder vit-b- mangel?

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...

Posted by [Gast](#) on Sun, 11 Feb 2007 21:32:02 GMT

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

zink?

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...

Posted by [Headbanger](#) on Sun, 11 Feb 2007 21:40:55 GMT

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

Könnte auch von unprofessionellem Küssen kommen

Tja mit mir könnte dir das nicht passieren

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...

Posted by [lala](#) on Sun, 11 Feb 2007 21:57:35 GMT

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

Headbanger schrieb am Son, 11 Februar 2007 22:40 Könnte auch von unprofessionellem Küssen kommen

mist. ertappt. aber es lag definitiv NICHT an der technik, sd. am 3-tage-bart (also.. seiner), könnte sogar ein 5-tage-bart gewesen sein...

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...

Posted by [Headbanger](#) on Sun, 11 Feb 2007 22:07:40 GMT

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

lala schrieb am Son, 11 Februar 2007 22:57 Headbanger schrieb am Son, 11 Februar 2007 22:40 Könnte auch von unprofessionellem Küssen kommen

mist. ertappt. aber es lag definitiv NICHT an der technik, sd. am 3-tage-bart (also.. seiner), könnte sogar ein 5-tage-bart gewesen sein...

Stehst du auf unrasierte Kerle oder was?

Hatte ich dir eigentlich schon gesagt wie sexy ich aussehe mit so nem 3 Tage Bart

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...
Posted by [kkoo](#) on Sun, 11 Feb 2007 22:11:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

lala schrieb am Son, 11 Februar 2007 22:25weisen auf eisenmangel hin? oder vit-b- mangel?

kann m.e. 'ne ganze menge sein: eisen, vit. a, b5, b12... noch mehr

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...
Posted by [lala](#) on Sun, 11 Feb 2007 22:18:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kkoo schrieb am Son, 11 Februar 2007 23:11lala schrieb am Son, 11 Februar 2007 22:25weisen auf eisenmangel hin? oder vit-b- mangel?

kann m.e. 'ne ganze menge sein: eisen, vit. a, b5, b12... noch mehr

vit. a auch? und zink eher nicht?

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...
Posted by [reinforcement](#) on Sun, 11 Feb 2007 23:14:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hmmmmmm...

ich hatte zeitgleich mit meinem HA mundecken....und war wegen beidem beim hautarzt zeitgleich!

Die mundecken treten bei mir immer wieder mal auf.....wenn ich geschwächt bin.....ansonsten hab ich die unter kontrolle!

Nehmen wir an man hat einen mangel/überschuss an eisen/zink oder was anderem.....kann unter diesem umständen eine DHT reduzierung dann trotzdem einen positiven effekt auf den HA haben?

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...

Posted by [MarcWen](#) on Mon, 12 Feb 2007 09:18:59 GMT

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

lala schrieb am Son, 11 Februar 2007 22:25weisen auf eisenmangel hin? oder vit-b- mangel?

Oder mal wieder ne große Klappe gehabt

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...

Posted by [lala](#) on Mon, 12 Feb 2007 09:37:16 GMT

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

MarcWen schrieb am Mon, 12 Februar 2007 10:18lala schrieb am Son, 11 Februar 2007 22:25weisen auf eisenmangel hin? oder vit-b- mangel?

Oder mal wieder ne große Klappe gehabt

ICH?!? frechheit

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...

Posted by [MarcWen](#) on Mon, 12 Feb 2007 10:05:48 GMT

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

lala schrieb am Mon, 12 Februar 2007 10:37MarcWen schrieb am Mon, 12 Februar 2007 10:18lala schrieb am Son, 11 Februar 2007 22:25weisen auf eisenmangel hin? oder vit-b- mangel?

Oder mal wieder ne große Klappe gehabt

ICH?!? frechheit

ups sorry... hab dich glaub verwechselt

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...

Posted by [chrisan](#) on Mon, 12 Feb 2007 11:59:48 GMT

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

[quote title=reinforcement schrieb am Mon, 12 Februar 2007 00:14]hmmmmmm...

ich hatte zeitgleich mit meinem HA mundecken....und war wegen beidem beim hautarzt zeitgleich!

Die mundecken treten bei mir immer wieder mal auf.....wenn ich geschwächt bin.....ansonsten hab ich die unter kontrolle!

Nehmen wir an man hat einen mangel/überschuss an eisen/zink oder was anderem.....kann unter diesem umständen eine DHT reduzierung dann trotzdem einen positiven effekt auf den HA haben?[/quote]

Wenn man diesen Stoffwechseleffekt hat:

<http://www.kryptopyrrolurie.info/>

dann hat man u.a. eingerissene Mundwinkel. Bei einer Laboruntersuchung wurde vor zwei Wochen bei mir ein erhöhter Wert an Kryptopyrrole festgestellt - das ändert jetzt einiges bei mir bzgl. HA.

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...

Posted by [lala](#) on Mon, 12 Feb 2007 16:40:15 GMT

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

[quote title=chrisan schrieb am Mon, 12 Februar 2007 12:59]reinforcement schrieb am Mon, 12 Februar 2007 00:14hmmmmmm...

ich hatte zeitgleich mit meinem HA mundecken....und war wegen beidem beim hautarzt zeitgleich!

Die mundecken treten bei mir immer wieder mal auf.....wenn ich geschwächt bin.....ansonsten hab ich die unter kontrolle!

Nehmen wir an man hat einen mangel/überschuss an eisen/zink oder was anderem.....kann unter diesem umständen eine DHT reduzierung dann trotzdem einen positiven effekt auf den HA haben?[/quote]

Wenn man diesen Stoffwechseleffekt hat:

[url]<http://www.kryptopyrrolurie.info/>[/url]

dann hat man u.a. eingerissene Mundwinkel. Bei einer Laboruntersuchung wurde vor zwei Wochen bei mir ein erhöhter Wert an Kryptopyrrole festgestellt - das ändert jetzt einiges bei mir bzgl. HA.

das ist dieses KPU, ja? naja, so viel ändert das auch nicht in bezug auf die HA-bahandlung: vit-b, zink und mangan zuführen, mehr kann man ja eh nicht machen.

wie bzw. in welchem labor wurde das bei dir festgestellt? dachte, diesen test kann man nur im www anfordern (für 50 euronen oder so?)... deswegen war mir das bislang immer etwas suspekt

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...

Posted by [guggi](#) on Fri, 16 Feb 2007 18:55:41 GMT

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

Deutlich Eingerissene Mundwinkel, die sich verhärten und weh tun nennt man soviel ich weiß "Mundwinkelragaden". Leider geben Mundwinkelragaden keinen spezifischen Hinweis auf einen Mangel.

Es kann also an folgenden Dingen liegen:

-Kälte (wer kennt das nicht)

-Allergische Reaktion (Rasierschaum, Zahnpasta...)

-Mangelercheinung, ich denke zumeist Spurenelemente (Eisen, Zink etc..

(-Diabetes)

Also erst mal ne andere Zahnpasta verwenden und Kälte meiden, anstatt NEMs zu schlucken. Außerdem müsst ihr beachten, dass viele Vitamine relativ lange in der Leber gespeichert werden können und deshalb ein Mangel oft nicht auftritt

EXTRA für euch

Vit B12 / Vit A : 5 Monate bis 1 Jahr

Vit E : 6-12 Monate

Vit D + Folsäure : 2-4 Monate

Vit K, B2, B6, Niacin 2-6 Wochen

Vit B1 : 4-10 Tage

Grüße

Guggi

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...

Posted by [reinforcement](#) on Fri, 16 Feb 2007 19:08:28 GMT

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

hmm....hatte finasterid mal bei dir eine wirkung auf den haarausfall?

[quote title=chrisan schrieb am Mon, 12 Februar 2007 12:59]reinforcement schrieb am Mon, 12 Februar 2007 00:14hmmmmmm...

ich hatte zeitgleich mit meinem HA mundecken....und war wegen beidem beim hautarzt zeitgleich!

Die mundecken treten bei mir immer wieder mal auf.....wenn ich geschwächt bin.....ansonsten hab ich die unter kontrolle!

Nehmen wir an man hat einen mangel/überschuss an eisen/zink oder was anderem.....kann unter diesem umständen eine DHT reduzierung dann trotzdem einen positiven effekt auf den HA haben?[/quote]

Wenn man diesen Stoffwechseleffekt hat:

[url]http://www.kryptopyrrolurie.info/[/url]

dann hat man u.a. eingerissene Mundwinkel. Bei einer Laboruntersuchung wurde vor zwei Wochen bei mir ein erhöhter Wert an Kryptopyrrole festgestellt - das ändert jetzt einiges bei mir bzgl. HA.

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...

Posted by [chrisan](#) on Fri, 16 Feb 2007 19:30:42 GMT

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

[quote title=reinforcement schrieb am Fre, 16 Februar 2007 20:08]hmm....hatte finasterid mal bei dir eine wirkung auf den haarausfall?

chrisan schrieb am Mon, 12 Februar 2007 12:59reinforcement schrieb am Mon, 12 Februar 2007 00:14hmmmmmm...

ich hatte zeitgleich mit meinem HA mundecken....und war wegen beidem beim hautarzt zeitgleich!

Die mundecken treten bei mir immer wieder mal auf.....wenn ich geschwächt bin.....ansonsten hab ich die unter kontrolle!

Nehmen wir an man hat einen mangel/überschuss an eisen/zink oder was anderem.....kann unter diesem umständen eine DHT reduzierung dann trotzdem einen positiven effekt auf den HA haben?[/quote]

Wenn man diesen Stoffwechseleffekt hat:

[url]http://www.kryptopyrrolurie.info/[/url]

dann hat man u.a. eingerissene Mundwinkel. Bei einer Laboruntersuchung wurde vor zwei Wochen bei mir ein erhöhter Wert an Kryptopyrrole festgestellt - das ändert jetzt einiges bei mir bzgl. HA.

eine Dermatologin, bei der ich mal eine Haarsprechstunde hatte, meinte zu mir, ich hätte zwei Formen von HA: Die AA (ich habe auch Löcher im Bartwuchs) und die AGA d.h. für mich von beiden Seiten bekämpfen - Fin macht bei mir sowohl Sinn, wie auch Zink und B6

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...@ guggi

Posted by [strike](#) on Fri, 16 Feb 2007 19:49:42 GMT

...mit einem B12-Mangel bei eingerissenen Mundwinkeln wirst Du wohl nicht verkehrt liegen. Und von allen, die sich bisher haben testen lassen, gab es nicht einen, der nicht einen B12-Mangel hatte, ohne es zu wissen.

Zitat:Beim B12 ist es so, dass man mittlerweile davon ausgeht, dass der Normbereich nach unten zu weit runter geht und viele Patienten mit B12-Mangel bei diesen Normgrenzen nicht erkannt werden.

Der Grund ist, dass man früher B12-Mangel klinisch nur am Blutbild erkennen konnte, und zwar an den wenigen typisch großen und dunkleren roten Blutkörperchen = makrozytäre hyperchrome Anämie. Daher hat man zur Festlegung dieser Normwerte alle herangezogen, die ein normales Blutbild hatten.

Heute weiß man aber, dass diese typischen Veränderungen am Blutbild oft erst sehr spät auftreten und z.B. durch gute Folsäureversorgung ganz verhindert werden können.

In der Zwischenzeit kann der unentdeckte B12-Mangel aber an anderer Stelle schwere Schäden anrichten, die z.T. sogar nicht mehr rückgängig zu machen sind. Das sind insbesondere Schäden am Nervensystem. Daher sagt man heute, dass B12-Serumspiegel unter 300 pg/ml hochgradig verdächtig sind auf B12-Mangel, bei entsprechender Symptomatik sogar Werte bis 600 pg/ml.

Und wenn Du meinst, daß tangiert Dich nicht, ist das ok.

Nur so viel: Die Bestimmung von B12 im Serum (plus der Folsäure, die stets dazugehört) bringt falsche Ergebnisse, wenn man in den Wochen u. Monaten zuvor B12 zugeführt hat (...und wer hat das wohl nicht)

Zitat: http://labor-live.work.de/analysen/suche.action.detail.source.ALPHABETISCH.u_id.921.html

Zitat:

Vitamin B12-Bestimmung im Serum zur Diagnosenstellung nur dann diagnostisch verwertbar, wenn Wochen bis Monate vor der Blutentnahme keine Vitamin B12-Substitution erfolgte.

und

Zitat:Das Labor der Uni Hamburg schreibt dazu:

Zitat:

Anmerkungen:

Vitamin B12-Bestimmung ist nur dann sinnvoll, wenn über Wochen bis Monate keine Vitamin B12-Substitution erfolgt ist.

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...@ strike
Posted by [guggi](#) on Sat, 17 Feb 2007 07:55:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hatte mit meinem Beitrag nicht sagen wollen, dass es Vit. B12 Mangel nicht gibt. Allerdings im Verhältnis zu eingerissenen Mundwinkeln muss das ganze eben differenziert betrachtet werden. Hätte ich geschrieben: Es ist mit Sicherheit Vit B12 Mangel! Dann wären morgen vermutlich einige gleich in die Apo um sich NEMs zu kaufen...

Diese Vorgehensweise ist grundsätzlich falsch. Zudem findet sich Vit B12-Mangel vor allem bei alten Menschen mit mangelndem Intrinsic Faktor, was eh wieder was ganz anderes ist als mangelnde Aufnahme mit der Nahrung. Die meisten hier im Forum werden wohl keinen Vit B12 Mangel haben, da sie jung sind und eh schon NEMs Futtern und in Deutschland reichlich Fleisch auf der Karte steht.

Wenn es in Deutschland an was Mangeln sollte, dann wohl meist an Folsäure, Calcium (schon alleine wegen dem Colagenuss), und teilweise Vit B1.

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...@ guggi
Posted by [strike](#) on Sat, 17 Feb 2007 10:27:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vorab erst mal eine Frage:
Jungfrau oder Stier?

Zitat:Ich hatte mit meinem Beitrag nicht sagen wollen, dass es Vit. B12 Mangel nicht gibt.
So habe ich das auch nicht verstanden.

Zitat:Allerdings im Verhältnis zu eingerissenen Mundwinkeln muss das ganze eben differenziert betrachtet werden. Hätte ich geschrieben: Es ist mit Sicherheit Vit B12 Mangel! Dann wären morgen vermutlich einige gleich in die Apo um sich NEMs zu kaufen...
Da gebe ich Dir absolut Recht. Das ist und bleibt wohl ein Foren-Phänomen, daß man meint, sich all das, was mal erwähnt wird, ebenfalls einwerfen zu müssen.

Solange man so vorgeht, wird man ohnehin keinen halbwegs ausgeglichenen Mikronährstoffwechsel haben u. sich weiterhin wundern.

Ich wollte damit auch nicht zum B12-Kauf aufrufen, sondern drauf hinweisen, daß es sehr auffällig ist, nur noch auf positive Fälle zu treffen, wenn man zuvor angeregt hatte, aufgrund der vielfältigen Symptomatik einen Status machen zu lassen.

Und hier kommt nämlich mit diesem Satz von Dir:

Zitat:Zudem findet sich Vit B12-Mangel vor allem bei alten Menschen mit mangelndem Intrinsic Faktor, was eh wieder was ganz anderes ist als mangelnde Aufnahme mit der Nahrung.
ein weitverbreiteter Irrtum, was die alten Leute angeht und noch zusätzlich I-F (eine mögliche Ursache unter vielen...

Nein, es ist keine alte Leute-Erscheinung, ebenso wie Osteoporose keine alte Frauen-Erkrankung ist. (Du erwähnst Calcium im Zusammenhang mit Softgetränken, das Gift für den Knochenstoffwechsel, der seine Hochzeit nicht etwa im Alter erlebt, sondern in der Jugend sorgt man vor...

Was will man noch retten, wenn man im Alter Calcium schluckt, dafür aber als Kind Cola u. Limo das Standardgetränk war?

Zitat:Die meisten hier im Forum werden wohl keinen Vit B12 Mangel haben, da sie jung sind und eh schon NEMs Futtern und in Deutschland reichlich Fleisch auf der Karte steht.
Leider auch falsch. Habe immer div. Lieblingsthemen, mit denen ich mich besonders befasse u. das war u. ist immer noch B12.

Wie ich hier schon vor mehr als einem Jahr schrieb, ist gerade die Diagnostik beim B12 kein Kinderspiel.

Zitat:Wenn es in Deutschland an was Mangeln sollte, dann wohl meist an Folsäure, Calcium (schon alleine wegen dem Colagenuss), und teilweise Vit B1

Trägt die Werbung für die möglichst zwangsweise Anwendung der Folsäure bereits Blüten?

Nach dem massenhaften Einsatz von Jod nun die Folsäure...

Von den betroffenen AITlern wird das mit Argwohn beobachtet u. auch bereits mit div. Schreiben begleitet.

Ich denke, Du meinst den Knochen-/Calcium-Stoffwechsel, wenn Du in dem Zusammenhang mit Softgetränken (Cola etc.) davon schreibst.

Im Gegensatz zu Dir sehe ich den B2-Mangel, B6-Mangel und Magnesiummangel als gravierend an.

Und falls Du Dich mit B12 befassen mußt, solltest Du Dich besser für die aktive Form entscheiden.

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...@ guggi
Posted by [guggi](#) on Sat, 24 Feb 2007 16:10:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

erstma: ich bin stier

und habe keine lust mit dir im kreis zu diskutieren. ich hab auch keine lust romane zu schreiben, nur damit in jedem satz keine missverständnisse gesucht und gefunden werden müssen, wollen oder können.

Wieso suchst du verzweifelt irgendwelche Falschaussagen in meinen Postings? Ich bin sicher der Zusammenhang zwischen Calcium/ Cola-Phosphorsäure und Osteoporose ist uns beiden bekannt und ich weiß, wie du es meinst und du was ich damit sagen wollte.

Also bleibt nur die Vit B12 Thematik. Da bleibe ich bei meiner Meinung. Oder willst du sagen, dass Fleisch keine sichere und ausreichende Vit B12 Quelle ist, oder fehlender Intrinsic Factor nicht der Hauptgrund für Mangel bei ausreichender Zufuhr durch Nahrung ist? Ich kann doch keine 500 Seiten Postings schreiben, wo alle mögliche Ursachen stehn!

Dass das Salz iodiert wird, find ich übrigens gut und durchdacht, da in Industriellen Produkten keines eingesetzt werden darf und durch alleinigen Verzehr durch "Endverbrauchersalz" kein Überdosierung möglich. Vorher stirbt man am Salz. Und Salz mit Folsäure kann auch nicht schaden, schon allein, weil Schäden durch Überdosierung meines Wissens nach ausgeschlossen sind.

Woran du auch mit dem Vit B12 forschen magst...weiterhin viel Erfolg!

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...

Posted by [strike](#) on Sat, 24 Feb 2007 18:06:47 GMT

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

Zitat:erstma: ich bin stier

Danke, so was ähnliches hatte ich mir bereits gedacht...

Zitat:und habe keine lust mit dir im kreis zu diskutieren. ich hab auch keine lust romane zu schreiben, nur damit in jedem satz keine missverständnisse gesucht und gefunden werden müssen, wollen oder können.

Wieso suchst du verzweifelt irgendwelche Falschaussagen in meinen Postings? Ich bin sicher der Zusammenhang zwischen Calcium/ Cola-Phosphorsäure und Osteoporose ist uns beiden bekannt und ich weiß, wie du es meinst und du was ich damit sagen wollte.

Dem schließe ich mich an: mir fehlt auch die Lust....

Und was die Falschaussagen in deinen Postings angeht, so hast Du das in den falschen Hals bekommen.

Du weißt es, ich weiß es, aber wie viele wissen eben nicht, wann der Grundstein gelegt wird, um nicht im Alter an Osteoporose zu leiden und wieviele Väter gibt es hier, die vielleicht nicht nur ihr eigenes Knochengestüt (neben den Haaren) im Sinn haben, sondern auch das der Kinder???

Die eben nicht wissen, daß Softgetränke *Knochenräuber* sind!

Zitat:Also bleibt nur die Vit B12 Thematik. Da bleibe ich bei meiner Meinung. Oder willst du sagen, dass Fleisch keine sichere und ausreichende Vit B12 Quelle ist, Genau das will ich zum einen sagen...

Zitat:oder fehlender Intrinsic Factor nicht der Hauptgrund für Mangel bei ausreichender Zufuhr durch Nahrung ist? Ich kann doch keine 500 Seiten Postings schreiben, wo alle mögliche Ursachen stehn!

Das verlangt doch auch niemand.

Wenn Du genau hinsiehst, habe ich das Meiste reinkopiert. D. h. auch ich nehme mir gewiß nicht die Zeit, immer alles bei Adam und Eva anzusetzen.

Zitat:Dass das Salz iodiert wird, find ich übrigens gut und durchdacht, da in Industriellen Produkten keines eingesetzt werden darf und durch alleinigen Verzehr durch

"Endverbrauchersalz" kein Überdosierung möglich. Vorher stirbt man am Salz.
Ein Zeichen, daß weder Du noch jemand in deinem Umfeld betroffen ist. Fakt ist jedoch, daß bekannt ist u. in Kauf genommen wird, daß Millionen Menschen dadurch in eine AIT rutschen. Das kommt auch ganz offen zur Sprache, indem die Wissenschaftler sich die Schultern klopfen, weil sie die Kröpfe behoben haben u. wenn es dann eben zu einem wahren AIT-Boom kommt, müsse man das in Kauf nehmen.

<http://www.ht-mb.de/forum/showthread.php?t=1047602&highlight=Jod>

Zitat:Und Salz mit Folsäure kann auch nicht schaden, schon allein, weil Schäden durch Überdosierung meines Wissens nach ausgeschlossen sind.
S. o., dann weißt Du eben nicht genug drüber.

Zitat:Woran du auch mit dem Vit B12 forschen magst...weiterhin viel Erfolg!
Ich bin nicht el tino, ich forsche nicht in seinem Sinne. Ich versuche möglichst viele Fakten zusammenzutragen - noch dazu wenn ich selbst betroffen bin u. in meinem direkten Umfeld fast jeder, der sich bisher hat testen lassen.

Für mich dann eine Sache, der man durchaus nachgehen sollte. Und wenn man dann noch feststellen muß, daß es eine Vielzahl von Ärzten gibt, die kommentarlos das B12-Spritzen bezahlen (Spritze plus das Spritzen), obwohl das B12 *mittig* liegt, kann man nach den Erfahrungen, die wir mit Jod machen müssen und mußten, auch hier ein wenig mißtrauisch werden, zumal es ausreichend Literatur zum Thema gibt.

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...

Posted by [guggi](#) on Sun, 25 Feb 2007 14:05:18 GMT

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

zu dem Jod:

wer weiß, dass er Jod nicht verträgt, kann jodfreies Salz nehmen. Die Probleme bei den Links treten meist ja nicht durch direkte Zugabe des Jods durch Jodsalz auf, sondern durch Futtermittelzugabe oder den natürlichen Jodgehalt in Lebensmitteln. Und wie gesagt, darf meines Wissens nach Jodsalz in der Lebensmittelindustrie nicht eingesetzt werden. Also z.b. Pökelsalz mit Jod ist verboten. Somit ist diese Regelung im gegensatz zu den Futtermitteln recht gut strukturiert.

Die ganze Geschichte kam ja auf, da Deutschland Jodmangelgebiet ist. Allerdings kommen die meisten Früchte nicht mehr aus Deutschland, und Schlachtvieh wird ordentlich mit Jod versorgt. Theoretisch könnte man so gesehen das Jodsalz wieder absetzen. Außerdem essen die Menschen viel weniger Lebensmitteln mit Glukosinolaten (Kohl und Co.), die bei der Kartoffelfäule aufgrund des hohen Kohlverzehr zu Kropf führten.

zu Folsäure: bitte schicke mir eine Verlässliche Quelle, wo etwas von Folsäure Überdosierung steht. Und damit meine ich keinen "Schädlich ab 15 mg" Bericht. Das sind utopische Mengen!

wenigstens sind wir einmal einer Meinung: Phosphorsäure in Lebensmitteln gehört verboten. Darf ja eh nur bei Colagetränken benutzt werden, und gehört da auch raus!

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...
Posted by [lala](#) on Fri, 16 Mar 2007 19:22:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also, die sache mit dem mundwinkel wird nicht besser. ist zwar nur auf einer seite und nicht wirklich schlimm, aber warum heilt das nicht? ich möchte nochmal versuchen, das über ein blutbild abklären zu lassen.

anhand der antworten auf meine frage im februar können folgende mängel sowas hervorrufen:

vit b (1, 6, 12 ...)
eisen
zink
mangan
vit. a
evtl. calcium

ich nehme täglich seit mehreren monaten:

vit.b-komplex (Inhalt pro tablette: 600µg folsäure, 4,2µg vit b1, 4,8 µg vit b2, 6,0 µg vit b6, 3µg vit b12, 18µg panthothensäure, 21,6µg niacin, 150µg biotin)

eisen (1mal eine ferro sanol duodenal, weiß gerade nicht, wieviel eisen da drin ist)

zinkamin-falk (1mal eine kapsel, 15mg zink)

mangan und v.a. vit a möchte ich nicht nehmen, wenn kein mangel festgestellt wurde.

Frage: kann man mängel an vit a, mangan (und auch an zink und vit.b) zuverlässig durch eine blutuntersuchung feststellen? strike meinte ja z.b. bei zink immer, es im vollblut zu messen sei schwachsinn. auch in bezug auf die b-vitamine meine ich sowas gelesen zu haben. auf was sollte ich noch achten?

danke!

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...
Posted by [kaya](#) on Fri, 16 Mar 2007 20:24:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nun, es waren ja schon sehr viele denkbare ansätze dabei. jetzt muss man überlegen was noch ursache sein könnte. eines möchte ich zuerst abklären: ist dein freund eventuell sehr gut bestückt?

take it easy

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...
Posted by [guggi](#) on Sat, 17 Mar 2007 19:20:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

vielleicht ist das simpelste nachschlagewerk oft am besten:-) :
<http://de.wikipedia.org/wiki/Mundwinkelrhagade>

so wie sichs anhört handelt es sich wohl eher nicht um einen Mangel´durch zu geringe Aufnahme an Vitaminen/Spurenelementen.
Nächst beste Möglichkeit wär eine Candida Infektion.

Geh am besten zum Dermatologen. Die sehen gleich, obs ne Infektion oder ein Mangel ist.

noch ein paar Fragen: hast du folgende weitere Symptome: geringen Speichelfluss, trockene Augen, ??

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...
Posted by [lala](#) on Sat, 17 Mar 2007 23:48:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

guggi schrieb am Sam, 17 März 2007 20:20vielleicht ist das simpelste nachschlagewerk oft am besten:-) :
<http://de.wikipedia.org/wiki/Mundwinkelrhagade>

da steht echt SE dabei... hmm

Zitat:so wie sichs anhört handelt es sich wohl eher nicht um einen Mangel´durch zu geringe Aufnahme an Vitaminen/Spurenelementen.
Nächst beste Möglichkeit wär eine Candida Infektion.

ne, is nich

Zitat:Geh am besten zum Dermatologen. Die sehen gleich, obs ne Infektion oder ein Mangel ist.

das wär schön.. aber kann ich ja nochmal versuchen

Zitat:noch ein paar Fragen: hast du folgende weitere Symptome: geringen Speichelfluss?

normal
Zitat:trockene Augen?

ja, sehr

warum?

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...
Posted by [B.ack](#) on Thu, 05 Apr 2007 08:50:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

einerissene Mundwinkel können sowohl auf Zink- als auch Eisenmangel hinweisen!

Es gibt aber zusaetzliche Hinweise, mit denen man das symptomatisch eingrenzen kann.

Zusaetzliche Symptome für Eisenmangel:
nicht sehr infektanfaellig

oft muede

dunkle Augenringe/Lider (Ferrum-Schatten)
auch dunkler blaeulicher Schatten in inneren Augenwinkel

blass-weiße Gesichtsfarbe

bei grippalen Infekten Roetung der Haut (hauptsaechlich an Ohren und Wangen

struppige Haare

Eher Querrillen an den Naegeln oder Quer- UND Längsrillen

Zusaetzliche Symptome fuer Zinkmangel

schlechte Wundheilung / verstaerkte Narben Bildung nach Verletzungen

haeufige Infekte

Allergien

Verdauungsprobleme

weiße Flecken auf den Naegeln

Neigung zu Entzuendungen im Mundbereich (Aphten, Herpes, Zahnfleisch) und oder

Entzündungen/Einreißen der Nagelhaut

eher Laengsrillen an den Nägeln

Neigung zu Pilzerkrankungen

Neigung zu trockenen, juckenden, schuppigen Ekzemen

Erhoehter Appetit auf nussiges (z.B. Nutella)

Ein HEISSHUNGER auf bestimmte Nahrungsmittel kann auch ein Hinweis auf einen bestimmten Vitamin- oder Naehrstoffmangel sein.

Ganz nett und auch hilfreich : <http://www.heisshungertest.de/>

Subject: Re: eingerissene mundwinkel...

Posted by [kaaos_k](#) on Wed, 09 May 2007 21:17:13 GMT

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

hey, hab diesen thread erst grad entdeckt, da ich eher im frauenforum unterwegs bin...
aber das problem kenne ich. habe ich (fotos zufolge) seit ca. meinem achten lebensjahr. hab es
nie richtig in den griff bekommen und manche nahrungsmittel (tomaten, o-saft, kirschen, äpfel
etc.) haben es teilweise krass verschlimmert. habe teilweise cortisonsalbe drauf getan, dann auch
mal was antibiotisches. seit geraumer zeit habe ich es im griff. nehme regelmäßig zink und nen
vit. b-komplex... ob ich nu doch sogar kpu hab, weiß ich nicht. lässt sich so ja nicht so einfach
mehr feststellen. aber erst in dieser kombi hat sich da was verändert!
bei den haaren: kein erfolg
