

---

Subject: Hohe Dosis Zink stoppt Kopfhautjucken und Haarausfall (HPU)

Posted by [Intoleranz1](#) on Mon, 04 Nov 2013 04:49:14 GMT

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

---

Bei mir wurde Zinkmangel und HPU diagnostiziert. Kleine "normale" Mengen Zink bewirken fast nichts, aber ab ca 80/90 mg täglich hört das Jucken und der Haarausfall aus.

Mich würde interessieren welche anderen Nährstoffe durch Zink beeinflusst werden. Kupfer habe ich auch einen leichten Mangel und das wird durch Zinkgabe noch mehr verringert. Wieviel Kupfer sollte ich einnehmen zu so einer hohen Zinkdosis?

Ärzte konnten oder wollten mir dazu keine Auskunft geben weil sie die Zinkmenge als zu hoch ansehen.

---