
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
