
Subject: Eisenpräparate

Posted by [Dark](#) on Wed, 08 Feb 2006 00:28:12 GMT

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

hab mal gehört, dass man auch haarausfall kriegen kann wenn man zu wenig eisen hat! kennt ihr irgendwelche eisenpräparate, die es günstig im supermarkt zu kaufen gibt? welche vitamintabletten sind zu empfehlen? sollte alles nicht so arg teuer sein! tuts da auch was ausm supermarkt oder sollte man sich dieses "centrum" holen oder wie das heisst?

eisen kann ich ja ohne nebenwirkungen so hoch dosieren wie ich will, habe aber gehört dass ne überdosierung an vitaminen auch schädlich sein soll! bringt sowas überhaupt was?

schlafe auch seit monaten bereits nicht mehr gut, hab schon total schwarze schatten unter den augen und augenringe! hab zur zeit viel stress mit uni, prüfungen usw, kann sogar meine freundin kaum sehen

naja nach den prüfungen fang ich mal mit sport an, wenn man sich körperlich müde macht kann man auch besser schlafen!

achja hab mir heute proscar verschreiben lassen, das propecia is echt viel zu teuer (180 euro für 3 monate jetzt 127,50 und das hält mind 4 mal so lange also mind 1 jahr) ... zu viel für nen armen studenten!

achja noch ne frage, das gerücht, dass die haare bei mützen/cap trägern schneller ausfallen ist doch nicht wahr oder ... hab nämlich öfters mal ne cap auf wenn ich keinen bock hab meine haare zu stylen oder fettige haare habe!

Subject: Re: Eisenpräparate

Posted by [glockenspiel](#) on Wed, 08 Feb 2006 08:26:51 GMT

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

Zitat:achja noch ne frage, das gerücht, dass die haare bei mützen/cap trägern schneller ausfallen ist doch nicht wahr oder ... hab nämlich öfters mal ne cap auf wenn ich keinen bock hab meine haare zu stylen oder fettige haare habe

riesenlegende...dein cappy schützt dich sogar eher vor den UV-strahlen...

bzw. dein arzt hat dir proscar verschrieben?

Subject: Re: Eisenpräparate

Posted by [strike](#) on Wed, 08 Feb 2006 09:20:37 GMT

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

Subject: Re: Eisenpräparate

Posted by [Dark](#) on Wed, 08 Feb 2006 16:49:33 GMT

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

strike schrieb am Mit, 08 Februar 2006 10:20Zitat:hab mal gehört, dass man auch haarausfall kriegen kann wenn man zu wenig eisen hat!

Haarausfall kannst Du auch kriegen, wenn Du beim Nachdenken zuviel am Kopf kratzst.

Aber ernsthaft, es stimmt!

Hast du denn einen nachgewiesenen Eisenmangel?

Wie sieht das rote Blutbild aus, wie das Ferritin, wie das Eisen, wie das Transferrin?

Zitat:eisen kann ich ja ohne nebenwirkungen so hoch dosieren wie ich will,

Wenn Du ohne Mangel Eisen zuführst, wirst Du sehr wohl erleben, daß es so was wie NW gibt. Bei einer Eisenüberladung nehmen Organe wie Herz, Leber und auch die Gefäße Schaden.

Zitat:

habe aber gehört dass ne überdosierung an vitaminen auch schädlich sein soll! bringt sowas überhaupt was?

Gezielt eingesetzt bringen NEM (Nahrungsergänzungsmittel) immer was, besonders in der heutigen Zeit.

Lies mal das hier:

<http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/mv/tree/86/827/aa977a5244f30187d39f74b6b4d35a5c/>

Früchte statt NEM

ähm über das eisen weiß ich eben nix ... hab zwar schon öfters blut abnehmen lassen aber da haben die nur so ein kleines blutbild erstellt mit werten von schilddrüse (die ja ne leichte unterfunktion hatte, sollte aber mit den tabletten nun im griff sein) , leber, usw ... sowas wie eisenwerte oder allgemein vitamine oder so prüfen die ja nie! meine mutter meinte mal vor langer zeit schon ich könnte nen eisenmangel haben, weil ich oft müde und schlapp war usw ... kann aber auch von der schilddrüse oder allgemein von zu wenig schlaf und viel stress kommen etc!

die propecia bzw proscar wurden mir von meinem hautarzt verschrieben, der auf ne aga getippt hat, ob das aber jetzt sicher ist weiß ich auch nicht!

was für nems sollte man nehmen? welche sin billig und wirkungsvoll? ich dachte immer eisen kann überdosiert nicht schaden, hab ich so gehört!

Subject: Re: Eisenpräparate

Posted by [tristan](#) on Wed, 08 Feb 2006 17:01:30 GMT

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

Eisen kann überdosiert definitiv schaden. Nicht nur über das Verhältnis zu anderen Nährstoffen und die Auswirkungen/Verhältnis auf diese, sondern auch über prooxidative Eigenschaften, ähnlich wie mit Kupfer oder auch Mangan.

Ich habe das Gefühl du hast die Links nicht gelesen.

Ich würde das dringend empfehlen. Dann eine richtige Abklärung was Eisen und die SD betrifft. Es steht dort alles.

Einfach so in deiner Situation Fin zu nehmen halte ich für ziemlich verantwortungslos. Du musst nur an einen guten Arzt gelangen was die SD betrifft. Zum Hautarzt mit Haarausfall bringt nicht viel.

Subject: Re: Eisenpräparate

Posted by [strike](#) on Wed, 08 Feb 2006 18:19:18 GMT

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

Subject: Re: Eisenpräparate

Posted by [Dark](#) on Thu, 09 Feb 2006 09:18:30 GMT

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

naja also dann werd ich das nach den prüfungen evtl mal nochmal machen lassen! aber wie gesagt ich hab jetzt n bissl schiss, dass meine blutwerte durch das fin so weit verändert sind, dass sie keine oder nur noch wenig aussagekraft haben! soll ich dem arzt ne liste geben was ich alles gecheckt haben will ... die machen ja eh meistens was sie wollen! ich hab beim letzten mal schon gesagt ich will dass er auch vitamine und eisen usw mittestet, der gibt das anscheinend nicht ans labor weiter und die testen halt wieder mal nur die standard sachen! außerdem hab ich gehört, dass sich durch fin die leberwerte ändern, und da meine leberwerte zeitweise sowieso schon grenzwertig waren wird mein arzt dann gleich auf ne leberschädigung tippen und wenn ich ihm das von fin sage mir erzählen ich solle damit aufhören, weil sowas sowieso unnötig sei und die leber nur kaputt mache... denk ich mal so wie ich den kenne!

was der hautarzt damals bei der blutabnahme getestet hat weiß ich nicht mehr, aber der meinte auf jeden fall die blutwerte sind ok bis auf leichte sd unterfunktion welche ich in nem halben jahr nochmal checken lassen sollte und dass er denkt ich habe aga und hat mir minox aufgeschrieben! nach 1,5 jahren hab ich jetzt halt zu fin gewechselt, weils mir zu müßig wurde!

die sd uf ist angeblich durch ein unentdecktes pfeiffersches drüsenfieber entstanden meinte mein hautarzt! und ja ich nehme die sd tabletten noch, aber abends, da ich angst hatte die könnten die fin tabletten beeinflussen oder umgekehrt! eigentlich sollte man die ja morgens nehmen weil sie auf leeren magen besser wirken! kann ich die auch zusammen einschmeissen?

die sd werte wurden danach schon nochmal gecheckt und waren besser, aber ich werde sie

nochmal untersuchen lassen, dann lass ich das mit dem eisen auch mal checken!

Subject: Re: Eisenpräparate
Posted by [strike](#) on Thu, 09 Feb 2006 09:35:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Subject: Re: Eisenpräparate
Posted by [Dark](#) on Thu, 09 Feb 2006 14:54:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

achso!

danke erstmal für die antworten!

also ich nehme dieses thyronajod ... denke mal das wird dieser thyroxid stoff sein zusätzlich mit jod!

da steht eben man soll es auf nüchternen magen nehmen in der früh und mindestens 20min bis ne halbe stunde warten bis man was isst, weil es dann besser wirkt!

habe bevor ich mit fin angefangen habe mindestens 3-4 monate schon diese sd tabletten genommen, dann aber trotzdem noch ha gehabt, drum hab ich angst gekriegt und mir eben fin verschreiben lassen von meinem hautarzt! dieser hatte ja meine blutwerte auch schon untersucht gehabt und vermutet es handle sich um ne aga, ob er es jedoch gescheit gemacht hat oder nur standardwerte geprüft hat und dann auf aga geschlossen hat weiß ich nicht!

außer fin und diesen thyronajod nehme ich ja keine tabletten! d.h. ich schmeiss in der früh erst die sd tablette ein und ne halbe stunde später mit dem frühstück dann fin oder? geht das?

oder soll ich doch lieber die sd tabletten weiterhin abends nehmen, wo sie halt dann nicht so gut wirken!?

wenn ich dann schon mal zum arzt gehe und mein blut nochmal untersuchen lasse, was für werte soll ich da dann noch alle checken lassen? also z.b. bezüglich der eisenwerte, was war das nochmal? ferritin oder irgendsowas war dabei glaub ich ...

in sachen schilddrüse: die wollte ich halt bei dem gleichen arzt (meinem hausarzt) durch mein blut mittesten lassen! also die sd werte wollte er sich eh nochmal anschauen, dann lass ich die eisenwerte gleich mittesten, brauch nur ne genaue liste wie die ganzen werte heissen, dann schreib ich mir das auf und sag dem er soll das mitchecken!

"Sono (Volumen der SD, Echostruktur, Knoten..) und auch den Antikörpern neben den freien Werten u. TSH."

wie wird das volumen, echostruktur usw überprüft? kann man das alles mit den blutwerten machen? tsh wurde ja überprüft! ich könnte ja mal mein kleines blutbild hier reinstellen, aber ich glaub ich hab nur das alte wo die sd werte noch sehr hoch waren!

was ist ein rotes blutbild? gibts da nen unterschied zu meinem!?

und vor allem kann ich wenn das mit schilddrüse und eisen abgeklärt ist und beides in ordnung ist (ob mit tabletten oder so) mein fin weiter nehmen oder sollte ich es jetzt absetzen oder was soll ich jetzt überhaupt machen? weil ich weiß ja nicht an was mein ha liegt aber auch nach längerer einnahme der sd tabletten noch keine besserung in sicht war! nehme fin zwar erst seit 2 monaten, aber ich meine schon eine verbesserung zu sehen!

außerdem hab ich jetzt schon ne 100 tabletten packung proscar auf vorrat gekauft und noch für 4 wochen propecia, welche ja immerhin 176 euro für 3 monate gekostet haben!

jedenfalls wüsste ich keinen spezialisten für die schilddrüse? zu was für nem arzt sollte man dann da gehen? internist oder sowas? würde eine erneute überprüfung der sd blutwerte plus eisenwerte nicht genügen? soll ich vitamingehalt auch prüfen lassen? machen das die ärzte überhaupt? bringt das was? sind ja auch ne menge vitamine die es gibt, schätze mal dass sich die meisten ärzte nicht die mühe machen ...

Subject: Re: Eisenpräparate

Posted by [strike](#) on Thu, 09 Feb 2006 17:01:13 GMT

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

Subject: Re: Eisenpräparate

Posted by [tristan](#) on Thu, 09 Feb 2006 17:08:52 GMT

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

Dark schrieb am Don, 09 Februar 2006 15:54achso!

danke erstmal für die antworten!

also ich nehme dieses thyronajod ... denke mal das wird dieser thyroxid stoff sein zusätzlich mit jod!

da steht eben man soll es auf nüchternen magen nehmen in der früh und mindestens 20min bis ne halbe stunde warten bis man was isst, weil es dann besser wirkt!

habe bevor ich mit fin angefangen habe mindestens 3-4 monate schon diese sd tabletten genommen, dann aber trotzdem noch ha gehabt, drum hab ich angst gekriegt und mir eben fin verschreiben lassen von meinem hautarzt! dieser hatte ja meine blutwerte auch schon untersucht

gehabt und vermutet es handle sich um ne aga, ob er es jedoch gescheit gemacht hat oder nur standardwerte geprüft hat und dann auf aga geschlossen hat weiß ich nicht!

außer fin und diesen thyronajod nehme ich ja keine tabletten! d.h. ich schmeiss in der früh erst die sd tablette ein und ne halbe stunde später mit dem frühstück dann fin oder? geht das?

oder soll ich doch lieber die sd tabletten weiterhin abends nehmen, wo sie halt dann nicht so gut wirken!?

wenn ich dann schon mal zum arzt gehe und mein blut nochmal untersuchen lasse, was für werte soll ich da dann noch alle checken lassen? also z.b. bezüglich der eisenwerte, was war das nochmal? ferritin oder irgendsowas war dabei glaub ich ...

in sachen schilddrüse: die wollte ich halt bei dem gleichen arzt (meinem hausarzt) durch mein blut mittesten lassen! also die sd werte wollte er sich eh nochmal anschauen, dann lass ich die eisenwerte gleich mittesten, brauch nur ne genaue liste wie die ganzen werte heissen, dann schreib ich mir das auf und sag dem er soll das mitchecken!

"Sono (Volumen der SD, Echostruktur, Knoten..) und auch den Antikörpern neben den freien Werten u. TSH."

wie wird das volumen, echostruktur usw überprüft? kann man das alles mit den blutwerten machen? tsh wurde ja überprüft! ich könnte ja mal mein kleines blutbild hier reinstellen, aber ich glaub ich hab nur das alte wo die sd werte noch sehr hoch waren!

was ist ein rotes blutbild? gibts da nen unterschied zu meinem!?

und vor allem kann ich wenn das mit schilddrüse und eisen abgeklärt ist und beides in ordnung ist (ob mit tabletten oder so) mein fin weiter nehmen oder sollte ich es jetzt absetzen oder was soll ich jetzt überhaupt machen? weil ich weiß ja nicht an was mein ha liegt aber auch nach längerer einnahme der sd tabletten noch keine besserung in sicht war! nehme fin zwar erst seit 2 monaten, aber ich meine schon eine verbesserung zu sehen!

außerdem hab ich jetzt schon ne 100 tabletten packung proscar auf vorrat gekauft und noch für 4 wochen propecia, welche ja immerhin 176 euro für 3 monate gekostet haben!

jedenfalls wüsste ich keinen spezialisten für die schilddrüse? zu was für nem arzt sollte man dann da gehen? internist oder sowas? würde eine erneute überprüfung der sd blutwerte plus eisenwerte nicht genügen? soll ich vitamingehalt auch prüfen lassen? machen das die ärzte überhaupt? bringt das was? sind ja auch ne menge vitamine die es gibt, schätze mal dass sich die meisten ärzte nicht die mühe machen ...

Erstmal muss ich mich entschuldigen, ich habe oben geschrieben dass ich das Gefühl hatte du hättest die Links nicht gelesen, wobei ich vergessen hatte den Link einzustellen

was die SD betrifft schau dann mal in den Anhang oder suche im Frauenforum mal nach Strike's Beiträgen.

Geh am besten zu einem Arzt aus folgender Liste:
<http://www.arztliste.raistra.de/Arztlist.htm>

Zum Eisen: großes Blutbild + Eisen + Ferritin + Transferrin.

Und nein, die Struktur der SD kannst du nicht am Blutbild sehen.

gruß

File Attachments

1) [alopezie.de - SD was wann wo.pdf](#), downloaded 301 times

Subject: Re: Eisenpräparate

Posted by [tristan](#) on Thu, 09 Feb 2006 17:11:19 GMT

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

hehe,

zwei doofe ein Gedanke

jetzt ist die Liste aber nicht mehr zu übersehen..

Gruß

Subject: Re: Eisenpräparate

Posted by [Dark](#) on Thu, 09 Feb 2006 21:31:10 GMT

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

komisch! mein arzt meinte damit schlagen wir gleich 2 fliegen mit einer klappe, da in bayern (wohne in augsburg) sowieso der jodgehalt im wasser sehr gering ist und angeblich jod für die sd gut ist und gegen nen kropf vorbeugt ...

dachte auch immer jod ist gut für die sd! hab jetzt nicht ganz verstanden warum das jod schlecht sein soll! warum wird dann überhaupt der wirkstoff thyroxid in verbindung mit jod angeboten, wenn er schädlich für die sd ist? kann doch nicht sein oder?

die liste mit den fachärzten hab ich mir mal angeschaut, aber da muss es doch noch ne alternative in meiner nähe geben! bin fahranfänger und hab bereits ne probezeitverlängerung von 2 jahren bekommen, weil ich ne rote ampel überfahren hab und nu traue ich mich nicht so recht mit dem auto so weit zu fahren, vor allem weil ich schiss hab das nicht zu finden bzw wenn ich irgendnen mist baue is mein schein weg :/

was mach ich denn nun mit meinem vielen fin? soll ich das mal weiternehmen? so wirklich viel

schaden kanns ja nicht und ich hab das gefühl, dass es was bringt, zumindest ist mein ha stark zurückgegangen und ich nehm es erst seit 2 monaten!

was macht der sd spezialist noch genau außer den blutwerten? wird die irgendwie geröntgt oder nur abgetastet auf knoten oder sowas? kenn mich da ja nicht aus! werd mir auf jeden fall erstmal so ein großes blutbild inklusive eisen und sd werten erstellen lassen und dann mal nach nem sd spezialisten in meiner nähe fragen und das da nochmal genau durchchecken lassen!

hab ja auch eigentlich keinen so wirklich starken ha, wenn die haare frisch gewaschen sind sieht man eigentlich gar nix, nur an der tonsur am hinterkopf so ne art wirbel bei dem man halt die kopfhaut sieht wenn sie fettig sind und kleine ghe´s wobei die rechte etwas größer ist als die linke! deutet sowas auf aga hin oder kann das auch nur durch die sd uf entstehen? ja ich weiß ich stell ziemlich viele dumme newbie fragen, sorry ...

aber danke schonmal für die hilfe, ihr seid echt super!

soll ich mir von meinem hautarzt dann das thyronajod ohne jod verschreiben lassen? also das gibts auf jeden fall, ka wie das dann heisst!

achja ich stelle hier mal mein ganz altes blutbild rein! mittlerweile dürften die sd werte ziemlich weit runter gegangen sein, bei ner zweiten überprüfung (von der ich die werte leider nicht gekriegt habe) waren sie schon um einiges niedriger! in sachen ha kann die weitere einnahme von fin den ha ja eigentlich nicht verschlimmern oder? also mache ich doch nichts falsch wenn ich erstmal weiter fin einnehme und zusätzlich meine sd tabletten! (falls es doch aga ist)

hier die alten werte (in klammern sind die referenzwerte):

kleines blutbild:

leukozyten 8.2 (4.4 - 11.3)
erythrozyten 5.30 (4.5 - 5.9)
hämoglobin 16.4 (14.0 - 17.5)
hämatokrit 48.3 (40 - 54)
mcv 91.1 (80 - 99)
hbe(mch) 30.9 (26 - 34)
mchc 34.0 (31 - 36)
thrombozyten 249 (140 - 400)

got(ast) 27 (< 35)
gamma-gt 40 (< 55)
ldh 181 (< 248)

cholesterin 162 (140 - 220)
triglyceride 71 (70 - 200)

kreatinin 1.10 (0.84 - 1.25)
harnsäure 5.6 (3.6 - 8.2)
glukose im serum 76 (60 - 110)

tsh-basal 4.90 (0.3 - 4.2 warnberich 2.5 - 4.2)

infektiöse mononukleose (pfeiffersches drüsenfieber)

EBV-IgG-EIA pfeil nach oben 120 (< 26)

EBV-IgM-EIA 0.5 (< 1.0)

dann steht da noch folgendes:

der resttiter ist wahrscheinlich auf eine früher abgelaufene infektion zurückzuführen.

bei v.a. eine frische infektion oder ein rezidiv empfehlen wir jedoch sicherheitshalber die bestimmung von EBNA1-IgG und Early Antigen-IgG. auf dem überweisungsschein müssen die teste mit der jeweiligen immunglobulinklasse einzeln aufgeführt sein.

keine ahnung welchen überweisungsschein die meinen und was überhaupt damit gemeint ist!

achja nochwas:

inwieweit sind meine blutwerte jetzt durch fin verändert? welche werte werden betroffen sein? soll ich meinem arzt sagen dass ich fin einnehme? werden dadurch die sd werte auch verändert? ist dann eine untersuchung überhaupt sinnvoll oder soll ich erstmal fin für ein paar monate absetzen und dann untersuchen lassen? würd ich aber ungern, weil ich wie gesagt das gefühl habe dass bereits jetzt fin wirkt und das nach 2 monaten!

könnten meine starken braunen schatten unter den augen auch auf einen eisenmangel oder eine fehlfunktion eines organes hinweisen? auch wenn ich glaube dass die in erster linie durch zu wenig schlaf entstanden sind, habe seit monaten schon schlafprobleme und viel stress durch prüfungen usw!

Subject: Re: Eisenpräparate

Posted by [strike](#) on Fri, 10 Feb 2006 07:13:42 GMT

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

Subject: Re: Eisenpräparate

Posted by [Dark](#) on Fri, 10 Feb 2006 12:29:50 GMT

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

also ich hab das soweit verstanden, dass diese szintigraphie aufzeigt wie viel jod von der sd aufgenommen wird oder? aber woher soll ich jetzt wissen ob ich so ne autoimmunkrankheit habe,

wenn ich minimum 5-10 jahre auf eine diagnose warten müsste

soll ich diese szintigraphie machen lassen um herauszufinden ob ich die tabletten inclusive jod brauche, oder wie soll ich das verstehen?

soll ich jetzt fin weiternehmen oder nicht?

ich glaube ne sonographie hat mein hausarzt gemacht damals, er hat die sd auf jeden fall auf knoten abgetastet, ob er auch ne sono gemacht hat weiß ich nicht mehr genau!

aber kann der auch so ein szintigraph durchführen!

einige weitere blutwerte zu testen sollte für den doch auch möglich sein! (also eisenwerte, freie werte und antikörper)

was mache ich wenn dieses pfeiffersche drüsenfieber wiederkommt und woran merke ich das, hab öfters halsweh und schleim im hals! dachte das ebv nur einmal auftritt und nicht wieder kommt (hab ich halt so gehört)

könntest du mir nochmal die eisenwerte aufzählen bitte ... da war irgendwas mit ferritin oder so und noch ein paar andere werte, ich schreib mir das dann alles mal genau auf und leg das meinem arzt vor, damit die auch nix vergessen!

von was kann meine schlaflosigkeit kommen? ist da was über fin bekannt, oder wegen der uf weil die organe nicht richtig versorgt werden! kann natürlich auch der stress sein!

Subject: Re: Eisenpräparate

Posted by [tristan](#) on Fri, 10 Feb 2006 13:33:40 GMT

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

Na du bist aber auch hartnäckig.

"aber woher soll ich jetzt wissen ob ich so ne autoimmunkrankheit habe, wenn ich minimum 5-10 jahre auf eine diagnose warten müsste"

Das ist darauf bezogen dass es oft lange nicht erkannt wird und die Leute so durch die Weltgeschichte spazieren ohne zu wissen dass sie da was haben!

"könntest du mir nochmal die eisenwerte aufzählen bitte Wink ... da war irgendwas mit ferritin oder so und noch ein paar andere werte, ich schreib mir das dann alles mal genau auf und leg das meinem arzt vor, damit die auch nix vergessen!"

Steht doch alles in dem Thread, message #11019, nur drei Beiträge nach oben schauen. EISEN TRANSFERRIN und FERRITIN !

Hast du dir mal das PDF durchgelesen und die links? Ich glaube das würde ein paar deiner Fragen beantworten.

Gruß

Subject: Re: Eisenpräparate
Posted by [strike](#) on Fri, 10 Feb 2006 13:41:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Subject: Re: Eisenpräparate
Posted by [Dark](#) on Fri, 10 Feb 2006 23:01:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@tristan:

ups, hab nochmal alles durchgeklickt aber irgendwie die werte nicht mehr gefunden, dachte das wär in nem anderen thread gewesen, aber danke dass du dir nochmal die mühe gemacht hast

@strike:

danke, du bist echt sehr hilfsbereit ... ich stell mich aber auch blöd an ... hab das mit der autoimmunkrankheit in den völlig falschen hals gekriegt! dachte man muss sich da 5 jahre lang immer wieder testen lassen und kann somit erst auf sehr lange zeit gesehen feststellen ob jemand sowas hat oder nicht ... also n blöder denkfehler von mir!

ich werd das nächste mal meinen hausarzt auf die werte hinweisen und mich dann noch zum sd fachmann überweisen lassen!

nur noch ganz kurz:

du weißt auch nicht zufällig welche werte das fin beeinflusst, die leberwerte weiß ich ja ...

zum thema schlaflosigkeit:

naja ich kann halt oft abends ewig nicht einschlafen und schlafe insgesamt nur leicht und wache bei jedem kleinen geräusch auf! früher hab ich so tief geschlafen da konnte mich keiner wecken! am morgen bin ich nicht ausgeruht, obwohl ich manchmal 10 stunden schlafe(am wochenende), da bin ich erst recht schlapp!