

Zur Zeit eingenommene Medikamente und Nahrungsergänzungsmittel

Freitag, 6. November 2020

Medikamente

- | | | |
|--------------------------------------|---|--------------------------------------|
| 1) Candesartan 8 mg | 1x pro Tag | Blutdruck |
| 2) Regasinium Spritze | bei Bedarf
1x pro Woche bis 1X pro Tag | Heuschnupfen, homöopathisch |
| 3) Ibuprofen 600 mg | bei Bedarf | Muskelschmerzen Migräne |
| 4) Novaminsulfon Lichtenstein 500 mg | bei Bedarf | statt Ibuprofen wegen Magenschutz |
| 5) Pantoprazol 40 mg | bei Bedarf | starkes Sodbrennen |
| 6) Movicol Beutel | bei Bedarf | Sodbrennen wegen langsamer Verdauung |

Nahrungsergänzung

- | | | |
|------------------------------|--------------|--|
| 1) Vitamin B12 Depot Spritze | 1x pro Woche | Nitrostress |
| 2) Vitamin B12 mse Kapseln | 2x pro Woche | Folsäure und anderes
zur Aufnahme von B12 |

Nach Laboranalyse:

- | | | |
|-------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|
| 3) Paranuss | vorübergehend
1 bis 5 täglich | Selen für Mitochondrien |
| 4) Magnesium Verla
40 mg Kapseln | vorübergehend
1x täglich | Mitochondrien, Muskelschmerzen |

Neu ab 28.7.2020

- | | | |
|----------------------------------|-----------------------------|---------------|
| 5) Coenzym Q10 Kapseln
200 mg | vorübergehend
1x täglich | Mitochondrien |
|----------------------------------|-----------------------------|---------------|

ab 7.9.2020

- | | | |
|----------------|-------------|---|
| 6) Vitamin D+K | 20.000 I.E. | 1x wöchentlich zum Erhalt des Pegels auf mittleren Wert |
|----------------|-------------|---|

ab Anfang Oktober

- | | | |
|----------------|-----------------------------|-----------------------|
| 7) MSM Kapseln | Vorübergehend
3x täglich | gegen Muskelschmerzen |
|----------------|-----------------------------|-----------------------|

Da die zusätzlichen Gaben von Nahrungsergänzungsmitteln zu keiner Besserung meiner Beschwerden geführt haben, lasse ich sie jetzt nach und nach weg, so wie der Vorrat aufgebraucht ist.

sonstiges

Leinöl	1x täglich	Mitochondrien, Omega 3 Fettsäure
Magen-Darm Tropfen	bei Bedarf vor dem Essen	bei Sodbrennen Wermukraut, Dillfrüchte, Benediktenkraut, Kümmel, Pfefferminz
Magen-Darm Kautabletten	bei Bedarf	bei Sodbrennen

7) Magen-Darm Kautabletten	bei Bedarf nach dem Essen	Sodbrennen lindern Siliciumdioxid, Magnesiumstearat, Calciumsilikat, Bitterfenchelöl, Sternanisöl, Pfefferminzöl
10) Luvos Heilerde 1	bei Bedarf nach dem Essen	Sodbrennen lindern
11) Schwarzkümmel Öl	1x täglich 1 Teelöffel	Stärkung des Immunsystems
12) Blanel Brausetabletten	1 pro Tag an 6 Tagen pro Monat	Nieren, ph-Wert verschieben
13) Movicol Pulver	im Notfall bei ersten Anzeichen eines Darmverschlusses	
Neu ab 11.9.2020		
14) MSM Kapseln	3x täglich 0,8 g in Kapseln (klappt noch nicht so gut) organischer Schwefel um Schmerzen zu lindern	