

Das Tagebuch von mArtin...

07. Juni 2023 18:10 Uhr

An Hand meines großen Blutbilds hat meine Ärztin ja nicht nur festgestellt, dass alle wesentlichen Werte nahezu vorbildlich in Ordnung sind, sondern auch, dass ich zwei kleine Mängel hätte. Die Stände der Vitamine B12 und D3 sind doch etwas zu niedrig, was auch die unangenehmen Erscheinungen in meinem linken Arm erklären würde. Dort habe ich seit etwa eineinhalb Jahren immer wieder stärkere Taubheitsgefühle und dieses vielen Menschen bekannte »Ameisenlaufen«.

Ich nehme diese Vitamine nun seit etwa zwei (D3) bzw. seit vier Wochen (B12) und siehe da: Tatsächlich lassen diese Symptome das erste Mal seit eineinhalb Jahren nach. Beim Einschlafen, wie bei Tage fällt mir das *Grieseln* immer seltener auf, weil es - ganz einfach - immer weniger da und spürbar ist.

Herzlichen Dank, liebe Frau Doktor! Ich hätte echt nicht gedacht, dass dies so zügig geht...!

(C) mArtin 2024