

Eltern werden – die einfachste Sache der Welt? Nicht für alle ...

Endlich!

Wer glaubt, dass Sex allein reicht, um schwanger zu werden, muss eines Besseren belehrt werden. Jedes zehnte Paar in Deutschland braucht vor allem eins: ganz viel Geduld – und professionelle Hilfe. Je eher, desto besser! *Text: Anja Schimanke*

Sabine* kann sich noch gut erinnern an die quälende Zeit vor drei Jahren. Enttäuscht war sie. Wütend. Traurig. Als sich Monat für Monat ihr Traum, schwanger zu werden, einfach nicht erfüllte. Kein Kind! Kaum Hoffnung ... Und ganz viel Verzweiflung: Was ist bloß so schwer daran, schwanger zu werden? Warum kriege ich das nicht hin? Was machen wir falsch?

Mission impossible: Kinderkriegen

Vier Jahre sind Sabine und Stefan, beide Mitte dreißig, ein Paar, als sie beschließen zu heiraten – und schnellstmöglich Kinder zu bekommen. Am liebsten zwei: erst ein Junge und dann ein Mädchen. Schon in der Hochzeitsnacht starten sie den ersten Versuch. Zahlreiche weitere folgen in den Flitterwochen. Lustvoll und leidenschaftlich vergeht Monat für Monat.

Warum
gerade wir?

Nur etwa eine von vier Frauen, die während ihrer fruchtbaren Tage ungeschützten Verkehr hat, wird auch sofort schwanger. Durchschnittlich dauert es vier Monate, bei rund 80 Prozent stellt sich innerhalb eines Jahres eine Schwangerschaft ein, besagt die Statistik. Dass die Fruchtbarkeit bei Frauen ab 30 allerdings mit jedem Jahr kontinuierlich abnimmt, ist Fakt! Weitere Faktoren, die sich neben dem Alter (auch des Mannes!) ungünstig auswirken, sind: ein ungesunder Lebensstil mit zu viel Kaffee und Alkohol, kein Sport, Rauchen und starkes Über- oder Untergewicht. Die Ursachen bei unerfülltem Kinderwunsch lassen sich in männliche und

Rund drei Jahre hat es gedauert, bis sich für Sabine und Stefan* der Kinderwunsch endlich erfüllte. „Mir ist es eiskalt den Rücken heruntergelaufen, als ich erfuhr, dass ich schwanger bin“, erinnert sich Sabine. „Denn eigentlich hatte ich mich auf einen weiteren Misserfolg eingestellt, um nicht enttäuscht zu werden. Mein Mann, der immer optimistisch war, sagte mir nach der Geburt: ‚Siehst du, ich hab’s doch gewusst!‘“

weibliche trennen, die jeweils hormonell oder organisch bedingt sind. Sie liegen je zu einem Drittel bei der Frau bzw. beim Mann oder auf beiden Seiten. In circa zehn Prozent der Fälle bleibt der Grund ungeklärt. Sabine und Stefan waren betroffen: Nach über einem Jahr hatte sich bei ihnen noch immer kein Nachwuchs angekündigt – dafür aber Stress: „Jedes Mal wenn ich meine Periode bekam, wurde die Enttäuschung größer und ich nervöser. Ich fiel immer in ein tiefes Loch und fragte mich: ‚Ist bei mir alles in Ordnung und, wenn ja, warum werde ich nicht schwanger? Wieso ich? Warum gerade wir?‘“ „Die meisten Paare trifft dieses Nicht-Ereignis völlig unerwartet und oft wie ein Schock“, weiß der Psychotherapeut Dr. Tewes Wischmann. „Die andere typische Reaktion wird ‚Achterbahn der Gefühle‘ genannt, also erst Hoffnung und dann Enttäuschung, wenn ein Versuch gescheitert ist“, erklärt der Experte, der seit 20 Jahren Paare mit Kinderwunsch in Heidelberg berät, begleitet und unterstützt. So wie Sabine und Stefan. Oder wie Anna und Jens. Sie alle holten sich nach zahlreichen Fehlversuchen neben medizinischer Unterstützung auch psychologischen Beistand. „Im Kopf drehte sich bei mir alles nur noch um meinen Kinderwunsch“, gesteht Anna. „Messung der fruchtbaren Tage

und Sex nach Terminplan sind nicht wirklich spannend – und können so manche Beziehung arg strapazieren.“ Sie fügt hinzu: „Mir ging es nach jedem Fehlversuch immer schlecht. Jens steckte das besser weg, aber für

Angst vor Stigmatisierung

ihn war es schlimm, mir nicht wirklich helfen zu können.“ Doch damit nicht genug: Paare mit unerfülltem Kinderwunsch sprechen kaum über ihr Problem. „Verklebte Eileiter oder schlechte Spermien gehören nicht gerade zu den beliebtesten Gesprächsthemen“, weiß Dr. Andreas Schmutzler, Reproduktionsmediziner und Leiter des Kinderwunschzentrums in Kiel.



Gesunde Lebensführung, Messung der fruchtbaren Tage, Kinderwunschbehandlung und begleitend Akupunktur. Sabine und Stefan haben nahezu alle Möglichkeiten ausgeschöpft, um zu ihrem Eltern Glück zu finden. Ihr Motto lautete immer: „Bloß nicht aufgeben, solange noch ein Fünkchen Hoffnung besteht.“

Foto: Monkey Business/fofolla



Damit Entdeckungsreisen nicht an Neurodermitis scheitern

Eucerin® Hautberuhigende Pflege 12% Omega wurde speziell gegen Neurodermitis entwickelt und bekämpft die Symptome dreifach:

- ▶ Rötungen und Entzündungen werden gemindert
- ▶ die Hautschutzbarriere wird gestärkt
- ▶ der quälende Juckreiz wird gelindert.

So wird die Haut wieder spürbar glatt und geschmeidig. **Klinische Studien*** beweisen die ausgezeichnete Wirksamkeit und Hautverträglichkeit.

Eucerin® Hautberuhigende Pflege 12% Omega enthält die pflanzlichen Wirkstoffe Licochalcone, Nachtkerzensamenöl, Traubenkernöl und ist frei von Duft- und Farbstoffen. Für Babys geeignet. Weitere Tipps unter www.Neurodermitis-Hautwissen.de oder Hotline 040/49 09 75 55

*Dermatological and Clinical Studies, Data on File, Beiersdorf AG (2007).

Eucerin®

MEDIZINISCHE KOMPETENZ FÜR SCHÖNE HAUT

„Das gibt keiner gerne zu, weder vor der Familie noch im Freundeskreis, denn die Angst vor Stigmatisierung ist leider berechtigt!“ Diese Meinung teilt auch Dr. Tewes Wischmann: „Unerfüllter Kinderwunsch hat mit Sexualität zu tun. Das heißt, wenn sich die Schwangerschaft nicht einstellt, werden dem Paar womöglich sexuelle Störungen unterstellt.“ Ein weiterer Grund: „Ungewollt kinderlose Frauen haben häufig das Gefühl, persönlich versagt zu haben, was dem Selbstwertgefühl nicht gerade dienlich ist und womit niemand gerne an die Öffentlichkeit geht“, erklärt der Psychotherapeut. Deshalb meiden viele Paare lieber das Thema, greifen zu Nottügen und ziehen sich zurück. Auch Vorbehalte gegen so genannte „Designbabys aus dem Reagenzglas“ drängen betroffene Paare leicht ins gesellschaftliche Abseits.

Warum ausgerechnet wir?

Sabine und Stefan sind Pseudonyme. Genauso wie Anna und Jens. Beide Paare sind inzwischen glückliche Eltern. Und: Beide Paare wollen anonym bleiben. Aus Angst vor Intoleranz. „Nur die engsten Familienmitglieder wissen von der künstlichen Befruchtung“, erklärt Jens entschieden, „und das ist auch gut so!“ Tabuthema „Unfruchtbarkeit“ – dabei ist schätzungsweise jedes zehnte Paar in Deutschland betroffen. Rund 800.000 Frauen und Männer suchen deshalb Gynäkologen, Urologen, Hausärzte oder die circa 120 spezialisierten Zentren auf, wo sie sich Rat holen und Hilfe bekommen. „Die meisten Paare warten definitiv zu lang“, betont Dr. Andreas Schmutzler und macht Frauenärzte und WHO mitverantwortlich. Es heißt nämlich, dass durchaus zwei Jahre vergehen können, bis sich eine Schwangerschaft einstellt. Erst dann spricht man offiziell von Sterilität (nicht schwanger werden) bzw. Infertilität (nicht schwanger bleiben). „Aber das gilt nicht für Frauen ab 30! Wenn in diesem Alter ein Kinderwunsch besteht

und nichts passiert, dann sollte die Frau spätestens nach sechs Monaten zum Arzt gehen oder sich an ein spezialisiertes Zentrum wenden und sich beraten lassen!“, empfiehlt Dr. Andreas Schmutzler. „Zeitgleich sollte sich allerdings auch der Mann untersuchen lassen. Denn es bringt nichts, die Eileiter zu untersuchen, wenn es keine Spermien gibt!“

1 + 1 = 3

„Um schwanger zu werden, würde ich fast alles tun – auch medizinische Hilfsmaßnahmen in Anspruch nehmen“, gaben bei einer Umfrage 86 Prozent der Frauen zwischen 25 und 39 Jahren an (Quelle: die Zeitschrift „Petra“). „Und bloß nicht aufgeben, solange noch ein Fünkchen Hoffnung besteht“, rät Anna, die sich insgesamt neunmal künstlich befruchten lassen musste. Je nach Prognose kommen eines oder mehrere dieser Verfahren infrage:

- Zyklusmonitoring (der Eisprung wird per Ultraschall und Hormonuntersuchungen genau festgestellt),
- Hormonbehandlung (der Eisprung wird künstlich hervorgerufen),
- Samenübertragung (aufbereiteter Samen kommt direkt in die Gebärmutter/Eileiter),
- In-vitro-Fertilisation, kurz IVF (Befruchtung im Reagenzglas),
- Intrazytoplasmatische Spermieninjektion, kurz ICSI (künstliche Befruchtung einer Eizelle durch Injektion eines Spermiums).

Meistens ist es die Frau, die die Initiative ergreift und sich über Behandlungsmethoden bei Sterilität informiert. „Wahrscheinlich weil sie mit jedem Zyklus an die Möglichkeit einer Schwangerschaft erinnert wird“, vermutet der Diplom-Psychologe. „Aber auch weil sie den weitaus größ-

ten Anteil an der Kinderwunschbehandlung zu tragen hat.“ Dass Männer emotional weniger betroffen erscheinen, führt der Experte darauf zurück, dass sie meinen, „den Starken mimen“ zu müssen, um der Partnerin Halt zu geben. Ein ähnliches Bild zeichnet Reproduktionsmediziner Dr. Andreas Schmutzler: „Ich hätte wohl nichts zu tun und die Menschheit würde aussterben, wenn man sich hier auf die Männer verlassen würde.“ Doch ein weitaus größeres Problem bei einer Kinderwunschbehandlung dürfte für viele Paare die finanzielle Belastung sein. „Die ersten drei Versuche bezahlte die gesetzliche Krankenkasse zur Hälfte“, erklären Sabine und Stefan.

Die Behandlung sollte kostenlos sein

„Aber nur weil wir verheiratet sind und noch nicht zu alt waren.“ Ab der vierten Behandlung trägt man alle Kosten selbst. „Weder die ganzen Medikamente, noch die alternativen Behandlungen wie Akupunktur zahlen die Kassen“, ärgert sich Jens. Ihre Ausgaben: weit über 10.000 Euro. Wen wundert's, dass die Zahl der reproduktionsmedizinischen Behandlungen stark zurückgeht. Dabei kämen zweidrittel der Paare doch noch zu einem eigenen Kind. „Elterngeld ist doch kein Anreiz, Kinder zu kriegen, stattdessen sollte die Behandlung wieder kostenlos sein!“, fordert Dr. Andreas Schmutzler – und fordert etliche Paare, die sich nur eins wünschen: endlich eine kleine Familie zu werden!

Unsere Experten



Dr. Andreas Schmutzler, Oberarzt an der Universitäts-Frauenklinik Kiel, wo er den Bereich IVF sowie das Kinderwunschzentrum leitet. Sein wissenschaftlicher Schwerpunkt ist die Reproduktionsbiologie mit über 100 Veröffentlichungen, insbesondere über die Präimplantationsdiagnostik. Sein zweiter Forschungsschwerpunkt ist Ethik der Reproduktionsmedizin. www.kinderwunschuni-kiel.de



Dr. Tewes Wischmann, Diplom-Psychologe, psychologischer Psychotherapeut und Psychoanalytiker. Er war Projektleiter der Studie „Heidelberger Kinderwunsch-Sprechstunde“ und ist wissenschaftlicher Angestellter im Zentrum für Psychosoziale Medizin der Universitätsklinik Heidelberg. Er hat eine eigene Beratungspraxis und verfasst Ratgeber (u.a. „Der Traum vom eigenen Kind. Psychologische Hilfe bei unerfülltem Kinderwunsch“). www.klinikum.uni-heidelberg.de

„Natürlich hat unsere Beziehung gelitten“, sagt Stefan. „Sex nach Terminplan ist ja auch nicht wirklich prickelnd. Und dann jedes Mal die Frage: Hat es diesmal wohl geklappt? Meiner Frau ging es immer schlecht, wenn sich herausstellte, dass sie wieder nicht schwanger war. Ich konnte das ein wenig besser wegstecken. Aber ich fand es schlimm, Sabine nicht wirklich helfen zu können. Auch finanziell waren die Behandlungen natürlich eine große Belastung. Aber für uns hat sich der Aufwand schließlich gelohnt – wir sind jetzt eine glückliche kleine Familie.“

Ganz nah bei Mama und Papa

Alle Infos bei Ihrem Händler oder www.babybay.de



DAS ORIGINAL
babybay®

- Das Bett am Bett**
Dranschieben und fixieren - einfacher geht's nicht.
- Glückliche Babys - erholte Eltern**
Stressfreie Nächte für Mama, Papa und Kind.
- Nie wieder nachts aufstehen**
Stillen, Kuscheln, Trösten direkt an Mamas Bett.
- Stufenlos verstellbar**
Passt an jedes Bett - ohne Umbau, ohne Bohren.
- Vielfach verwandelbar**
babybay wächst mit und begleitet Babys viele Jahre: Stubenwagen, Hochstuhl, Laufstall, Reisebett, Kinderbank, Kinderstuhl, Schreibtisch, Spieltisch, Puppenwickeltisch ...
- Geprüfte Sicherheit**
babybay erfüllt die strengen Anforderungen des GS-Prüfsiegels. Unsere Textilien sind schadstoffgeprüft nach Öko-TEX-Standard 100 für Babyartikel.

