**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
**Herausgeber:** A. Vogel
**Band:** 51 (1994)
**Heft:** 2: Auf natürlichem Weg zur Fruchtbarkeit

**Artikel:** Kindersegen : was tun, wenn er ausfällt?
**Autor:** [s.n.]
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-557457

**Nutzungsbedingungen**
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 12.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

# Kindersegen: Was tun, wenn er ausfällt?

**Die Behauptung, die Kinder würden sich ihre Eltern aussuchen, mag auf viele kinderlose Paare wie ein Schlag ins Gesicht wirken. Schliesslich sehnen sie sich meist wie sonst kaum ein Paar nach einem Kind, haben bereits ihr ganzes Leben darauf eingestellt und warten nun, vielleicht seit Jahren, ob sich doch noch etwas rege. Oft ist es jedoch genau diese zunehmend gespannte Erwartungshaltung, welche das Kind die Reise zu seinen neuen Eltern verzögern lässt. Die Frage, weshalb in unserer industrialisierten Welt immer weniger Paare Kinder bekommen, trägt bereits eine Antwort in sich! Auch unsere Lebensumstände und unsere Umwelt haben einen Einfluss auf die Fruchtbarkeit. Wenn die Ursachen jedoch erkannt werden, kann in vielen Fällen geholfen werden. Der erste Schritt dazu besteht darin, das Tabu der Unfruchtbarkeit zu brechen.**

**Wenn der Traum nach einem Kind sich nicht erfüllt, gilt es zuerst, die Ursachen herauszufinden.**

Die Ursachen für Kinderlosigkeit liegen heute jeweils zu je 40 Prozent beim Mann bzw. bei der Frau. Bei den restlichen 20 Prozent bleibt die Ursache ungeklärt. In den industrialisierten Ländern sind ca. 15 Prozent der Paare kinderlos, d.h., jede sechste Ehe ist davon betroffen. Dies war nicht immer so! Im 17. Jahrhundert waren laut Berichten nur zwei Prozent der Paare ohne Kinder, und noch vor 50 Jahren produzierten die Männer durchschnittlich mehr als doppelt so viele Samenfäden wie heute. Das heisst, in den 40er Jahren galten 113 Millionen Samenfäden pro Milliliter Spermien als Durchschnittswert, heute liegt der Wert nur noch bei 66 Millionen.

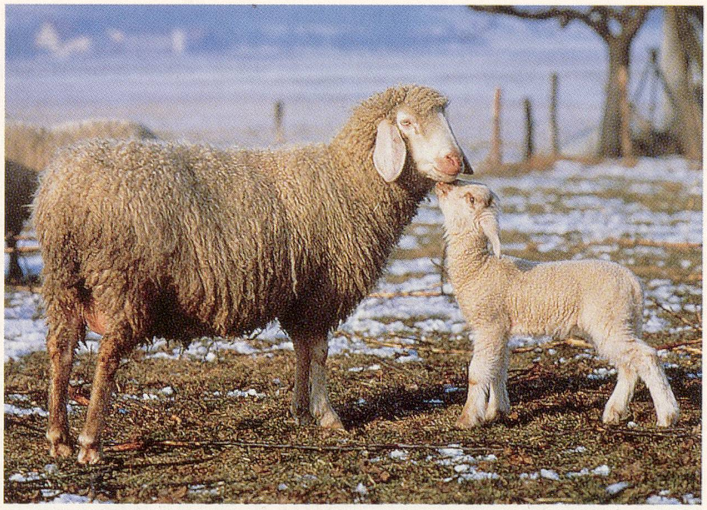
Berücksichtigt man die Tatsache, dass höchstens einer von 100 000 Fäden den Eileiter erreicht, so zeigt diese Abnahme doch bedeutende Folgen. Mehr denn je ist es deshalb wichtig, dass beide Partner in die Diskussion mit einbezogen werden.

## Wann spricht man von Unfruchtbarkeit?

Gemäss der Weltgesundheitsorganisation WHO spricht man von Sterilität, wenn es trotz Kinderwunsch und regelmässigem Verkehr nach einem Jahr nicht zu einer Schwangerschaft kommt. Dabei unterscheidet man zwischen primärer und sekundärer Sterilität. Das zweite betrifft Menschen, die bereits einmal schwanger waren, die nun jedoch erfolglos auf weiteren Kindersegen warten.

Bei der Infertilität tritt zwar eine Schwangerschaft ein, doch sie kann nicht ausgetragen werden. Zu berücksichtigen sind dabei auch die natürlichen und biologischen Begrenzungen, wie etwa die Ge-

gebenheit, dass die Fruchtbarkeit mit zunehmendem Alter abnimmt. Werden mit 20 Jahren in einem Monat durchschnittlich 60 von 100 Frauen gewollt schwanger, so beträgt die Wahrscheinlichkeit bei einer 30jährigen noch 30 von 100. Ab 40 sinkt sie gar auf unter 10, während die Gefahr einer Fehlgeburt steigt. Doch auch die Männer verzeichnen ab 40 eine rückläufige Fruchtbarkeit. Trotzdem gibt es immer wieder Naturtalente, die jeder Statistik trotzen: Man denke etwa an Frauen, die noch mit 50 (ohne Hormonbehandlung oder In-vitro-Befruchtung) schwanger wurden, oder an die späten Vaterfreuden des 80jährigen Charlie Chaplin.



**Tiere kennen keine Fruchtbarkeitsprobleme. Bei einem einzigen Deckungssprung werden die Weibchen durchschnittlich in drei von vier Fällen trächtig.**

Eine Frau ist nur innerhalb weniger Stunden zur Zeit des Eisprungs empfängnisbereit. Ist der Mann oder die Frau z.B. häufig auf Reisen, sind die Möglichkeiten, schwanger zu werden, durch diese äusseren Umstände beschränkt.

Doch was tun, wenn trotz allem Bestreben keine Schwangerschaft eintritt? Bei bestehender scheinbarer Unfruchtbarkeit sollten beide Partner untersucht werden, denn wenn die Ursachen richtig abgeklärt sind, kann auch die Behandlung gezielt erfolgen.

## Sterilität des Mannes

Bei den Symptomen einer Sterilität beim Mann unterscheidet man zwischen einer Impotentia coeundi und einer Impotentia generandi. Unter der ersteren versteht man die Unfähigkeit zum Koitus, weil die Erektionsfähigkeit fehlt und der Penis nicht in die Scheide eingeführt werden kann. Die Gründe dafür können psychischer oder körperlicher Natur sein. Bei der Impotentia generandi finden zwar Erektion und Koitus statt, es werden dabei jedoch keine befruchtungsfähigen Samen abgegeben. Diese Sterilität kann auf einer gestörten Bildung der Samenzellen oder einem Verschluss der ableitenden Samenwege beruhen. Die Ursachen können eine Erkrankung der hormonbildenden Drüsen sein, der Leber, eine Infektionskrankheit, Stoffwechselstörungen oder nicht selten auch körperliche und psychische Überanstrengung. Auch Umweltgifte spielen hier eine grosse Rolle.

Auf den ersten Blick mag es verwundern, dass viele Muskelpakete, die äusserlich von Männlichkeit nur so strotzen, unfruchtbar sind. Der Grund sind Anabolika, welche viele Bodybuilder zum Muskelaufbau schlucken.

Einer der häufigsten Gründe für die männliche Unfruchtbarkeit sind Krampfadern im Hodensack. Diese verursachen einen Rückstau des Blutes, wodurch die Bluttemperatur ansteigt und die Samen absterben. Eine Verödung der Krampfadern stellt in diesen Fällen die Zeugungskraft wieder her. Auch zu enge Jeans können sich negativ

**Selbst wenn alles «stimmt», kann gar ein allzu grosser Kinderwunsch dem Glück noch im Wege stehn.**

auswirken. Denn durch die Reibung wird ebenfalls eine von den Samen nicht geschätzte Wärme erzeugt.

## Sterilität der Frau

Bei der Frau ist es wesentlich komplizierter, die körperlichen Symptome der Unfruchtbarkeit festzustellen. Liegen Störungen des hormonellen Regelkreises vor, reicht schon eine Übermittlungsstörung aus, den Eisprung zu verhindern. Sind die Eileiter entzündet, kann dies zu einem Verschluss der Eileiter oder zu einer Schädigung ihrer Transportfunktion führen. Doch auch eine Entzündung der Scheide, welche bewirkt, dass weisse Blutkörperchen in diesem Milieu ihre Aufgabe der Abwehr wahrnehmen, kann sich auf die Fruchtbarkeit negativ auswirken. Die Samenfäden werden nämlich von den weissen Blutkörperchen als Eindringlinge angesehen und angegriffen. In dem veränderten Scheidenmilieu sterben sie zudem schneller ab. Störungen der Gebärmutter wie Fehlbildungen, Geschwulste oder Verklebungen treten seltener auf.

Relativ häufig ist die Unfruchtbarkeit auch auf psychische Ursachen zurückzuführen, wobei dieser Begriff weit gefasst wird. «Stimmt etwas nicht», sei es das Einvernehmen der Partner, die Angst vor der Verantwortung, die ein Kind mit sich bringt, oder Probleme im Zusammenhang mit der Vergangenheitsbewältigung, so kann dies tatsächlich dazu führen, dass eine Fruchtbarkeit erschwert wird. In manchen Fällen treten in der Folge gar körperliche Symptome auf. Die Spannung, unter der viele Frauen mit Kinderwunsch stehen, kann Hormonverschiebungen auslösen und eine Empfängnis verhindern. Wenn diese Frauen in einer anderen Umgebung sind, werden viele von ihnen schwanger, weil sie unverkrampfter sind. Sogar ein zu intensiver Kinderwunsch kann dazu führen, dass man sich zu sehr darauf versteift und verkrampft. Bei fast 50 Prozent der Frauen, die mit Kinderwunsch in der Universitätsfrauenklinik in Berlin behandelt wurden, war dies der Grund für ihre Sterilität. Dies erklärt die oft beobachtete Erscheinung, dass viele Paare erst dann Nachwuchs erhielten, nachdem sie sich mit der Tatsache, keinen Nachwuchs zu haben, abgefunden hatten. Loslassen können ist hier eines der erfolgreichsten Rezepte. Wichtig ist ausserdem, sich Gedanken zu machen, weshalb man sich so sehr ein Kind wünscht und was diesem Wunsch allenfalls unbewusst im Wege stehen könnte. Findet man die Ursache, so ist bereits ein grosser Schritt getan.

## Die Behandlung

Bevor Sie zum Arzt Ihres Vertrauens gehen, ist es hilfreich, sich gut darauf vorzubereiten. Messen Sie dabei drei Monate lang jeden Morgen um die gleiche Zeit Ihre Temperatur (am besten 5 Min. im After) und tragen Sie sie in eine Tabelle ein. Beginnen Sie mit dem Messen am ersten Tag der Periodenblutung. Tragen Sie jede Blutung, auch Schmierblutungen, sowie die Daten des Geschlechtsverkehrs in die Tabelle ein.

*Literatur:*

*«Ich will ein Kind!», von Roger Neuberg, Ehrenwirth-Ratgeber, ISBN 3-431-03285.*

*«Unerfüllter Kinderwunsch – ein Schicksal?», von Dr. med. Thomas Sautter, Hippokrates Ratgeber, ISBN 3-7773-0785-8.*

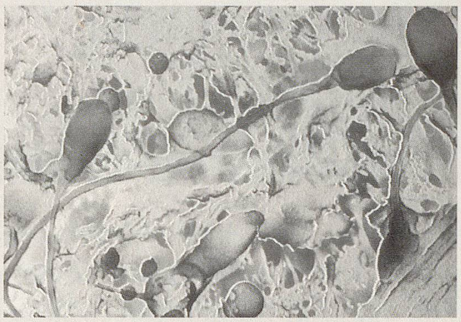
*«Mütter über 35», von Angelica Fell und Andrea Hauner, Knaur Ratgeber, ISBN 3-426-07931-3.*

*«Ratgeber Hormone», von Dr. med. Andreas Geissler-Roever, Humboldt-Verlag, ISBN 3-581-66658-8.*

# Umstrittene Hormone

Um die Unfruchtbarkeit beim Mann oder bei der Frau zu besiegen, greifen viele Ärzte zu Hormonbehandlungen. Vordergründig mag dies logisch erscheinen, denn ohne Hormone gibt es auch keine Zeugung. Doch tatsächlich wird dadurch meist der Teufel mit dem Beelzebub ausgetrieben. Das Resultat sind dann oft spektakuläre Mehrlingsgeburten, da eine Hormonbehandlung nie der natürlichen Feinabstimmung der Natur entsprechen kann.

Hormone spielen bei allen Vorgängen unseres Körpers eine wesentliche Rolle, so auch bei der Befruchtung. Für das Verständnis der Abläufe rund um die Befruchtung erscheint es deshalb sinnvoll, näher auf diese umstrittenen Hormone einzugehen.



**Mikroskopische Aufnahme von Spermien.**

Alle Hormone werden von bestimmten Körperzellen, den Drüsenzellen, hergestellt und in das Blut befördert. Mit dem Blut gelangen sie an ihre Bestimmungsorte und nehmen dort ihre Aufgaben wahr. Das Geschlecht des Menschen wird durch die Hormone der Keimdrüsen (Gonaden) bestimmt, wobei sowohl im weiblichen Körper auch männliche Hormone als auch im männlichen Körper weibliche Hormone vorkommen. Bestimmend für das weibliche oder das männliche Geschlecht ist das Überwiegen der entsprechenden Hormone.

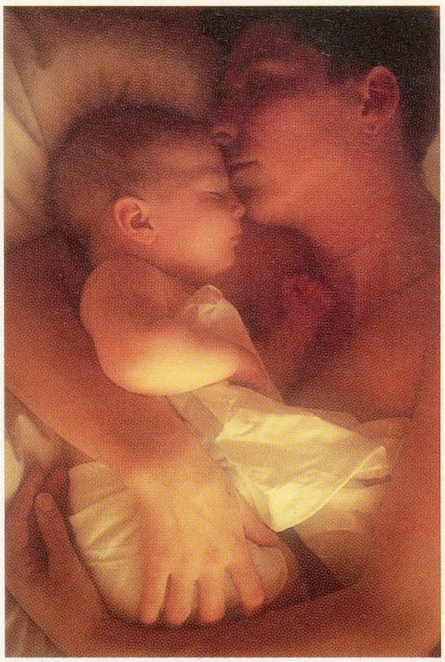
**Östrogene, Gestagene**

Die weiblichen Geschlechtshormone werden in zwei Gruppen eingeteilt, nämlich in Östrogene mit dem Hauptvertreter Östradiol und in Gestagene mit dem Progesteron. Unter dem Einfluss des Östradiols werden die sekundären weiblichen Geschlechtsmerkmale gebildet und alle Veränderungen während des Zyklus für die Schwangerschaftsvorbereitung eingeleitet. Unmittelbar nach dem Eisprung findet ein Anstieg der Konzentration der Gestagene im Blut statt. Tritt die Befruchtung ein, dann sorgt das Progesteron für alle schwangerschaftserhaltenden Vorgänge. Die Einnistung der Eizelle in die Gebärmutter erfolgt unter gemeinsamer Regie von Östrogenen und Gestagenen.

An der Einnistungsstelle bildet sich der Mutterkuchen. Hier wird das Hormon Choriongonadotropin (HCG) erzeugt, das auch für die Erhaltung der Schwangerschaft sorgt und das die Herstellung von Östrogen und Gestagen im Mutterkuchen anregt. Das HCG wird übrigens beim Schwangerschaftstest zu Rate gezogen. Das Vorhandensein dieses Hormons im Urin weist mit Sicherheit auf eine Schwangerschaft hin.

**Adrogene**

Die Männer verdanken ihr Geschlecht den Hormonen Testosteron und Dihydrotestosteron aus der Gruppe der Adrogene. Mit beginnender Geschlechtsreife fördern die Adrogene die Entwicklung und Reifung der männlichen Samenzellen (Spermien). Sowohl die männlichen wie die weiblichen Geschlechtshormone sorgen dafür, dass der Samen überhaupt eine Möglichkeit hat, in die Eizelle vorzustossen, denn der Weg zur Gebärmutter ist nur während des Eisprungs möglich. Zwei weitere wichtige Hormone, die bei der Fruchtbarkeit mitspielen, sind die Hormone Oxytoxin und Prolaktin aus der Hirnanhangsdrüse.



**Ist nicht jede Befruchtung und jede ausgetragene Schwangerschaft ein Wunder der Natur – ein Geschenk Gottes?**

Künstliche Wege, um schwanger zu werden, sind fast immer eine grosse Belastung und auch eine Belastungsprobe. Bevor ein solcher Entschluss gefällt wird – falls überhaupt –, ist es ratsam, zuerst andere Wege einzuschlagen. Achten Sie zum Beispiel bereits auf eine ausgewogene, naturbelassene Ernährung mit genügend Vitaminen? Schon ein Mangel an Folsäure kann eine Veranlagung zur Fehlgeburt auslösen. Folsäure ist in Gemüsen und Obst enthalten.

Alkohol und Nikotin, Umweltgifte und gewisse Medikamente (besonders Psychopharmaka) können Hormonstörungen hervorrufen. Hier empfiehlt sich etwa ein Kuraufenthalt mit Heilfasten (Entgiften), Massagen und Wasseranwendungen, der dazu beiträgt, von alten Abhängigkeiten loszukommen und einmal richtig loszulassen. Dies versprechen auch einige Bachblüten und homöopathische Mittel.

Einen oftmals noch unterschätzten Faktor bilden die vielen Chemikalien, die schuld daran sein können, dass wir keine Kinder «mehr» bekommen. So wurden vermehrt Pestizide in Samenflüssigkeit festgestellt, die etwa von dem Spritzmittel DDT herrühren. Männer, die in der Schwerindustrie arbeiten, haben nachweislich eine eingeschränkte Spermaqualität. Cadmium, Chrom, Nickel, Mangan, Kupfer, Quecksilber – sie alle können die Fruchtbarkeit sowohl beim Mann wie bei der Frau beeinflussen.

### Die Natur hat ihre eigenen Gesetze

Eine Fehlgeburt ist immer ein schmerzhaftes Erlebnis für jede Frau und auch für den Mann. Manchmal handelt aber auch hier die Natur nach ihren Gesetzen und stösst die Frucht ab, etwa wenn Entwicklungsstörungen des Fötus auftreten. So erging es auch Frau B., die nach dieser schmerzlichen Erfahrung nicht mehr schwanger wurde. Nach einem Besuch bei der Heilpraktikerin, welche sie mit Bachblüten (Kirschblüte) behandelte und ihr eine Weizenkeimöl-Kur verschrieb, stellte sich das Glück wieder ein. Frau B. erlebte eine wunderschöne Schwangerschaft und gebar eine prächtige Tochter.

## Was rät der «Kleine Doktor»?

*«Das in den Weizenkeimlingen und im Weizenkeimöl enthaltene Vitamin E wird nicht umsonst das Fortpflanzungsvitamin genannt, spielt es doch für die Funktion und Entwicklung unserer Fortpflanzungsorgane wie für den Gesamtstoffwechsel eine wesentliche Rolle. Die Unfruchtbarkeit der Frauen kann dadurch oft behoben werden. Auch bei einer Neigung zu Frühgeburten sind Weizenkeime eines der allerbesten Heilmittel. Ausser den Weizenkeimen enthalten Kopfsalat, Brunnenkresse und Sojabohnen viel Vitamin E. Impotente sollen, bevor sie die Hoffnung aufgeben, eine längere Kur mit Weizenkeimöl durchführen.»*
*(Wem das Weizenkeimöl pur nicht mundet, kann dieses wertvolle, kaltgepresste Weizenkeimöl von A. Vogel auch in Form von Kapseln beziehen).*