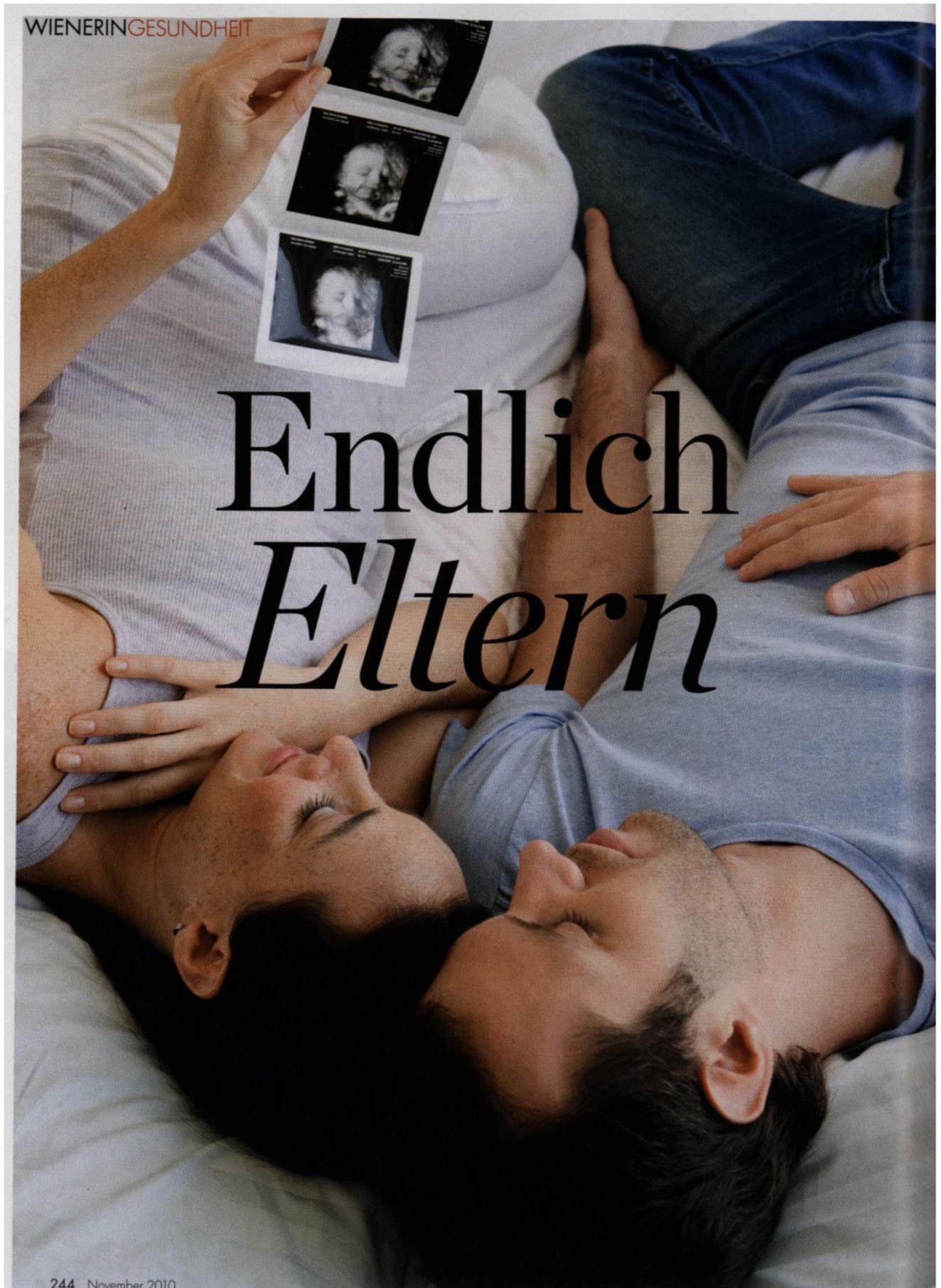


Thema: Zentrum für Kinderwunschmedizin

Autor: Ginhör



Thema: Zentrum für Kinderwunschmedizin

Autor: Ginhör

Immer mehr Paare bleiben heutzutage ungewollt kinderlos. Fragt sich, *was am Zeugen eigentlich so schwierig ist?* Ein Kinderwunschexperte klärt auf, warum Eltern sein oft leichter ist als Eltern werden.

TEXT & INTERVIEW Michael Ginhör FOTOS Getty Images (2), beige stellt

Kaum ist die Weltwirtschaft wieder einigermaßen im Lot, droht bereits das nächste Problem in Form der international diskutierten „Zeitbombe Überalterung“. In spätestens 25 Jahren, wenn die Kinder der Babyboomer ins Pensionsalter kommen, wird der Generationenvertrag schon rein rechnerisch nicht mehr einzuhalten sein.

Die besonders wohlbehütete Generation X ist nämlich, was den eigenen Nachwuchs angeht, nie so richtig in die Gänge gekommen. Als Ursache dafür vermutet der Kinderwunschexperte Dr. Martin Imhof – neben zivilisatorischen Faktoren, die in Industrienationen die Fruchtbarkeit stetig sinken lassen – einen „falsch verstandenen Egoismus und einen Selbstverwirklichungsdrang, der den Kinderwunsch so lange unterdrückt, bis es praktisch zu spät ist“.

KINDERWUNSCHLOS GLÜCKLICH? In Österreich hat bereits jedes fünfte Paar Probleme, auf natürlichem Weg Kinder zu empfangen. Imhof tritt mit Wiens modernstem Kinderwunschzentrum an, Paaren zu helfen. Ob sich *Infertilitätsmedizin Imhof (IMI)* zu einem Abrahamsschoß für den nächsten Babyboom entwickelt, bleibt abzuwarten. Fest steht, dass seine Klientel schwer unter Druck steht – und dass gerade das die Sache nicht leichter macht.

— *Ist Kinderlosigkeit heutzutage so was wie eine Zivilisationskrankheit?*

Sie ist mit Sicherheit ein Symptom unserer Zeit. Wir befinden uns an einem besonders kritischen Punkt in unserer gesellschaftlichen Entwicklung: Eine Gesellschaft ohne Nachwuchs ist keine Gesellschaft mehr. Dabei kann doch keiner wollen, dass unsere Kinder demnächst allein unterm Weihnachtsbaum stehen.

— *Wollen wir nicht zeugen – oder können wir nicht?*

Beides. Die heute 35- bis 45-Jährigen haben sich andere Prioritäten gesetzt: Ausbildung, Beruf, Karriere. Bis sie draufkommen, dass ihnen doch noch ein Kind zum Glück fehlt, ist es oft fast zu spät. Denn dann wird es immer schwieriger. Kinderlose Paare stehen unter einem enormen Leidens- und Leistungsdruck. Doch Stress ist in der Angelegenheit absolut kontraproduktiv.

— *Zeit ist also der entscheidende Faktor?*

Für Frauen auf jeden Fall. Auch wenn die 40-Jährigen von heute wie 28 aussehen: Ihre Eierstöcke sind trotzdem gealtert und die Wahrscheinlichkeit, schwanger zu werden,

nimmt mit fortschreitendem Alter rapide ab. Männer haben da mehr Spielraum ... Aber sie haben ihre eigenen Probleme.

— *Welche Probleme sind das?*

Zum Beispiel die Spermienanzahl in der Samenflüssigkeit. Die hat sich zwischen 1986 und 2003 von 27,7 Millionen auf 4,6 Millionen pro Milliliter reduziert. In den europäischen Industrienationen sinkt sie seit 1950 jährlich um 3,1 Prozent. Das sind alarmierende Zahlen.

— *Woran liegt das?*

Ohne jetzt gleich evolutionsbiologische Spekulationen bemühen zu wollen: Großteils liegt das an Umwelthormonen, schlechter Ernährung, dem Fehlen von Mikronährstoffen. Rauchen schadet sehr, aber auch die Lebensumstände können schuld sein: Schichtdienste beispielsweise wirken sich oft negativ aus. Das Gute daran ist: Oft liegt es an banalen Dingen, die sich relativ leicht beheben lassen. Alles, was es dazu braucht, ist ein präzises Spermogramm und ein paar gute Vorsätze.

— *Stehen also die Männer dem Babywunsch entgegen?*

Man ist lange vom 40:40:20-Modell ausgegangen. Heißt: Zu 40 Prozent lag es an den Frauen, zu 40 Prozent an den Männern, und die restlichen 20 Prozent konnte man nicht genau zuordnen. Heute müssen wir diese 20 Prozent wohl eher auf der Männerseite dazuzählen.

— *Wie wollen Sie hier helfen?*

Bei uns ist alles unter einem Dach, von der Gynäkologie über die Urologie bis hin zum Labor. Wir arbeiten sogar mit Ernährungswissenschaftlern und Spezialisten zur Rauchentwöhnung zusammen. Bis >

„Egoismus unterdrückt den Kinderwunsch – bis es (fast) zu spät ist.“

Thema: Zentrum für Kinderwunschmedizin

Autor: Ginhör

WIENERINGESUNDHEIT

„Wir fühlten uns wie Loser“

Wenn sich der Wunsch nach einem Kind nicht (sofort) erfüllt, gehen vor allem die Emotionen hoch. *Die Scham, nicht richtig zu funktionieren*, ist dabei nur ein Problem. Ein Paar erzählt von seinem Kampf ums Kind.

KARIN, 39*:

Ich weiß auch nicht, warum ich die ganze Zeit dachte, es läge an mir. Wahrscheinlich, weil ich älter bin als er. Zwei Jahre haben wir versucht, auf „normalem“ Weg schwanger zu werden. Dann habe ich mich untersuchen lassen, und siehe da: Mit mir war alles in Ordnung. Unser Arzt meinte dann, wir sollten auch Bernhards Samenqualität unter die Lupe nehmen.

Doch so sehr mir Bernhard bis dahin beigestanden hatte, so sehr zickte er jetzt auf einmal herum. Er sah den Vorschlag als Angriff auf seine Männlichkeit, was ich tarzanmäßig und peinlich fand – und das sagte ich ihm auch. Nach ein paar Wochen hatte ich ihn dann so weit. Und das Spermogramm bestätigte unsere Befürchtungen: Es waren nicht etwa zu wenige Spermien im Ejakulat vorhanden, sondern gar keine! Azoospermie nennt man das. Bernhard drehte sich zu mir und sagte zynisch: „Gratuliere Schatzi, du bist nicht das Problem.“ Aber seine Stimme zitterte.

Weil ich plötzlich nicht mehr „schuld“ war, wurde ich aber schnell ruhiger. Und das war gut so, denn Bernhard ging es mit der Diagnose gar nicht gut. Ich durfte niemandem davon erzählen, was ich egoistisch fand. Denn die mitleidigen Blicke unserer Umgebung galten weiterhin mir, der infertilen Mitteldreißigerin mit der tickenden biologischen Uhr.

Wir haben in dieser Zeit allerdings viel geredet, und dabei sind ganz andere Dinge zutage getreten, die wir sonst vielleicht nie angesprochen hätten. Dass ich immer Angst gehabt hatte, er würde sich eines Tages eine Jüngere suchen. Dass er meinte, ich nehme ihn nicht für voll. Wir haben darüber viel gelacht und geweint und sind noch mehr zusammengerückt. Wir entschieden uns für eine In-vitro-Fertilisation, also eine künstliche Befruchtung. Was dann passierte, soll Bernhard erzählen.

BERNHARD, 36*:

Ich hatte immer gesagt: „Zur Not adoptieren wir.“ Und während wir die Vorbereitungen zur In-vitro-Behandlung in Angriff nahmen, wünschte ich mir, wir hätten es getan. Karin musste sich einer Hormonbehandlung unterziehen, was später die Einnistung der künstlich befruchteten Eizelle unterstützen sollte. Sie heulte bei der geringsten Gelegenheit los, fühlte sich aufgeschwemmt und grauslich und wollte keinen Sex, weil das „sicher alles kaputt macht“. Ich dagegen fühlte mich wie ein Versager, obwohl mein Kopf mir sagte, dass das Blödsinn war.

Sprechen konnte ich darüber nur mit Karin, meinen Freunden gegenüber schaffte ich es nicht, mich zu öffnen. Aber gerade Karin wollte ich nicht vollsudern. Ich fühlte mich sehr allein.

Weil mein Ejakulat komplett spermienfrei war, musste eine besondere Methode angewandt werden. Dafür mussten Samenfädchen direkt aus meinem Hoden operiert werden, anschließend iso-

liert und mit einer Art Mini-Injektionsnadel in die Eizelle befördert – na, Sie können sich vorstellen, wie’s mir dabei ging. Aber die In-vitro hat gleich beim ersten Mal geklappt. Ein Wunder, dachten wir, das ist der Lohn für die Mühe – und dann verlor Karin das Baby in der sechsten Woche.

Wir waren am Ende, haben uns ständig angeschrien, um uns im nächsten Moment heulend in die Arme zu fallen. Schließlich beschlossen wir: Einmal versuchen wir es noch, danach gehen wir zur Adoptionsstelle. Ich machte wie ein Roboter alles mit, rechnete mit nichts und schaute im Internet heimlich Adoptionsseiten durch. Karin übrigens auch, aber das gestand sie mir erst später.

Wieder klappte es mit der Schwangerschaft, und diesmal blieb es dabei. Wir sind jetzt im achten Monat und streiten schon wieder: Ich will nämlich auch eine Baby-Shower-Party. Ich finde, ich habe das genauso verdient.



Thema: Zentrum für Kinderwunschmedizin

Autor: Ginthör

MYTHOS & WAHRHEIT



Prim. Univ. Doz.
Dr. Martin Imhof (www.imi.co.at) über das, was der Spermienqualität schaden kann – und was ganz sicher nicht.

FAKTEN: AUFPASSEN BEI ...

- **Nikotin.** Durchs Rauchen werden Anzahl und Funktionsfähigkeit der Spermien vermindert. „Das Rauchen aufzugeben, kann die Chance ein Kind zu zeugen, um 30 Prozent erhöhen.“
- **Alkohol.** Ab 40 Gramm Alkohol pro Tag (etwa 1 l Bier oder 0,5 Liter Wein) zeigen sich negative Folgen fürs Sperma.
- **Extremsport.** Regelmäßige Bewegung ist zwar gut, extremes Ausdauertraining führt jedoch zu einer Verminderung der Spermienproduktion und zu niedrigeren Testosteronwerten.
- **Bodybuilding.** Durch die Einnahme anaboler Steroide zum Muskelaufbau stellt der Körper mitunter die Spermienproduktion komplett ein. Setzt man die Steroide ab, nimmt der Körper die Produktion wieder auf.
- **Stress und Schichtdienst.** Ein wech-

selnder Wach-Schlaf-Rhythmus und Stress bringen den Hormonhaushalt durcheinander.

MYTHEN: KEINE ANGST VOR ...

- **Rennrädern.** Eine Studie der Uniklinik Köln ergab: Die Spermienqualität von Rennradlern war nicht schlechter als die von anderen Sporttreibenden.
- **Laptops.** Eine New Yorker Studie behauptet zwar, dass das Arbeiten am Laptop die Spermaqualität beeinträchtigt. Allerdings ließ man die Probanden eine Stunde lang mit geschlossenen Beinen und dem heißen Laptop auf dem Schoß arbeiten. „Wer den Laptop auf den Tisch stellt oder zwischendurch aufsteht, setzt die Hoden keiner starken Wärme aus.“
- **Handys.** Die Auswirkungen von Handystrahlen auf die Spermaqualität sind noch nicht genügend erforscht. Bisherige Arbeiten lieferten noch keine stichhaltigen Beweise. „Ein Handy in der Tasche dürfte aber weniger schaden als ein halbes Packerl Zigaretten am Tag.“
- **Kaffee.** Studien zeigen: Kaffeegenuss erhöht eher die Beweglichkeit der Spermien als sie zu mindern.
- **Autofahren.** Wer morgens und

abends eine halbe Stunde im Auto sitzt, muss nichts fürchten. Nur wer täglich viele Stunden im Auto sitzt und die Sitzheizung laufen lässt (Taxifahrer u. a.), muss mit einer Minderung der Spermaqualität rechnen. Grund: eine dauerhaft erhöhte Hodentemperatur.

- **Sauna.** Auch hier besteht Sorge wegen der eventuell erhöhten Hodentemperatur. Ein-, zweimal Sauna in der Woche oder ab und zu ein heißes Wannenbad sind jedoch unbedenklich.
- **Bürosessel.** Das Märchen vom spermatötenden Bürosessel geistert regelmäßig durchs Web. Verifizieren ließ sich diese Vermutung bisher nicht. Für Vorsichtige: regelmäßig die Sitzhaltung ändern und zwischendurch aufstehen.
- **Soja.** Entgegen verschiedener Gerüchte gibt es bisher keine medizinischen Beweise für die Beeinträchtigung der Spermien durch Sojaprodukte.
- **Unterhosen.** Eine Studie der New Yorker State University räumt mit dem Vorurteil, dass enge Unterhosen die Samenqualität vermindern, endgültig auf. „Keines der gängigen Unterhosenmodelle sorgte für eine Verminderung der Spermaqualität.“

jetzt war das Ganze ja ein Spießrutenlauf von einem Spezialisten zum nächsten. Da gingen nicht nur Informationen verloren, sondern auch viel wichtige Zeit: Bis zu sieben Jahre kann es dauern, bis eine Frau endlich schwanger wird. Und diese verlorenen Jahre sind eine emotionale Achterbahnfahrt, während der erstens viele Beziehungen zu Bruch gehen und sich zweitens altersbedingte Probleme entwickeln, die es, hätte man rechtzeitig reagiert, in vielen Fällen gar nicht gegeben hätte. Bei uns kann schon 24 Stunden nach der Diagnose mit der Behandlung begonnen werden.

— Das klingt nach einer One-Stop-Strategie für den allerersten Familienausflug ...

Richtig. Wir versuchen ein Paket zu schnüren, bei dem alles so zeitschonend und stressfrei abläuft wie möglich. Denn der psychologische Aspekt ist nicht zu unterschätzen. Und wir wollen medizinisch so wenig eingreifen wie irgendwie möglich: Es muss nicht immer gleich in vitro sein. —