



Wunschkind 2012 - Gut vorbereitet an die Familienplanung

Von *Deutsche Klinik*

Erstellt am 6 Jan 2012 - 16:35

Bad Münster im Januar 2012. Neues Jahr, neues Glück, lautet ein altes Sprichwort und so planen auch in 2012 viele Paare, eine Familie zu gründen. Dabei lohnt es sich, bereits im Vorfeld einige gesundheitliche Aspekte zu bedenken, da der weibliche Körper dem ungeborenen Kind neun Monate lang ein Zuhause bieten soll. „Grundsätzlich rate ich Frauen mit Kinderwunsch, ein gesundes Leben zu führen. Das heißt, sie sollten das Rauchen aufgeben, Alkohol nur in Maßen konsumieren und auf eine ausgewogene Ernährung sowie ausreichend körperliche Betätigung achten“, weiß Dr. Elmar Breitbach, Arzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Gynäkologische Endokrinologie und Reproduktionsmedizin an der Deutschen Klinik Bad Münster. Des Weiteren sollten sie den Koffeinkonsum reduzieren und nicht mehr als drei Tassen Kaffee am Tag trinken. Doch auch abseits dieser gesunden Lebensführung gilt es, erste Vorkehrungen zu treffen.

Ärztlicher Check

Planen Paare ein Baby, erweist es sich nicht nur für chronisch Kranke oder unter Dauermedikamentation stehende Frauen als sinnvoll, bereits zu diesem Zeitpunkt den Gynäkologen des Vertrauens aufzusuchen. Beim Check untersucht der Mediziner beispielsweise das Blut, wodurch er unter anderem bestimmt, ob genug Antikörper gegen Röteln und Windpocken vorliegen. „Insbesondere in den ersten Monaten einer Schwangerschaft entsteht aufgrund einer derartigen Erkrankung ein lebensbedrohliches Risiko für das ungeborene Kind. Dem lässt sich jedoch mit einer einfachen Impfung vorbeugen“, erklärt Dr. Breitbach. Im Gespräch sollten Frauen des Weiteren auch starke Regelschmerzen oder unregelmäßige Monatsblutungen thematisieren, um Myome oder andersartige Wucherungen im Unterleib auszuschließen. Zusätzlich gilt es, sich bereits jetzt über die Bedeutung von Folsäure, ein für Zellteilungs- und Wachstumsprozesse wichtiges Vitamin, aufklären zu lassen und es gegebenenfalls ergänzend einzunehmen.

Schwangerschaft: Fehlanzeige

Doch nicht immer lässt sich der Wunsch nach Nachwuchs so schnell umsetzen, wie von vielen Paaren gewünscht. „Tritt trotz regelmäßigen ungeschützten Geschlechtsverkehrs innerhalb von einem Jahr keine Schwangerschaft ein, sollten Betroffene eine Kinderwunschklinik aufsuchen. Hier können mögliche Ursachen abgeklärt und eventuelle Sorgen und Zweifel ausgeräumt werden“, berichtet Dr. Breitbach aus seiner Praxis. Dabei gilt es, immer beide Partner in die Diagnostik mit einzubeziehen, da die Ursachen zu gleichen Teilen beim Mann und bei der Frau liegen. In der Regel zeigen Methoden der modernen Medizin dann aber eine Lösung auf: Knapp 70 Prozent aller betroffenen Paare gelangen mittels Therapie doch noch ans Ziel und bekommen den lang ersehnten Nachwuchs.

Mehr Informationen im Internet unter www.kinderwunsch.com [1]. oder www.wunschkinder.net [2].

- [Arzt, Praxis und Qualifikationen](#)

Quellen URL (aufgerufen am 30 Dez 2020 - 21:57): <http://medkom24.eu/node/15648>



Links:

[1] <http://www.kinderwunsch.com>

[2] <http://www.wunschkind.net>