

Krise Kinderlosigkeit: Neue Chance für Männer!

Österreichische Innovation verbessert Spermienqualität!

Vortrag Prof. Dr. Gerti Senger

Zwischen Lust und Last: Paare auf dem Weg zum Wunschkind Psychologische Aspekte des unerfüllten Kinderwunsches

„Kinderkriegen ist keine Kunst“, hieß es früher. Heute gibt es allein in Österreich 30.000 Paare mit unerfülltem Kinderwunsch. Gilt angesichts dieser Zahl diese Behauptung noch?

Die zunehmende Belastung der Umwelt, der Arbeitswelt und der psychosozialen (Beziehungs-)Welt erschweren offenbar Zeugung, Empfängnis und auch die Entwicklung eines Embryos. Eine andere Erklärung könnte in der Änderung der Lebensbaupläne bestehen. Die Leistungsgesellschaft erfordert eine qualifizierte Ausbildung und Berufserfahrung. Noch nie zuvor in der Geschichte gab es so viele Frauen, die erst nach 35 ihr erstes Kind bekommen. Viele Paare wünschen sich erst spät ein Kind, weil sie zuerst ihre Partnerschaft festigen wollen. Aber: Mit steigendem Alter nimmt die Fruchtbarkeit ab.

Der Lebensstil des 3. Jahrtausends beeinträchtigt ganz allgemein die Gesundheit und damit auch die Fruchtbarkeit. Körperliche und seelische Verausgabung im Beruf, Genussmittelkonsum und Medikamente, um sich dafür fit zu halten, übermäßige Freizeitaktivitäten und der Verlust der Balance zwischen Arbeit und Muße können die Bereitschaft des Organismus, für Nachwuchs zu sorgen, vorübergehend oder nachhaltig beeinträchtigen. Es ist erwiesen, dass Nervosität, Ängste, Anspannung, chronische Überforderung und seelische Krisen bei der Frau zu Hormonstörungen führen können. Der Eisprung kann ausbleiben; der Zervixschleim kann so zäh sein, dass ihn die Spermien nicht durchdringen können oder Krämpfe der Eileiter die Spermien behindern. Ungesunde Lebensbedingungen haben aber auch auf die Fortpflanzungsfähigkeit des Mannes negative Auswirkungen. Die Spermienzahl und -qualität kann so drastisch sinken, dass es mit dem Kinderkriegen einfach nicht klappt.

Die Neurobiologie kann seit Kurzem das Zusammenspiel von Seele und Körper nachweisen. Alle Regulationskreise im Körper – auch die hormonellen Steuerungen – werden von der Psyche beeinflusst. Stress, Hektik und Erfolgsdruck haben aller Wahrscheinlichkeit nach auch Einfluss auf die Fortpflanzung. In nahezu jedem Männer- und Frau-

enleben gibt es aus Überlastungsgründen unfruchtbare Phasen. Den meisten Paaren fällt das gar nicht auf, wenn sie nicht gerade zu einem solchen Zeitpunkt versuchen, Eltern zu werden. Wird dann der Wunsch nach einem Kind aktuell, richtet sich bis heute der Blick allerdings immer auf die Frau. Der Mann kann auf seine sichtbare Erektion und Ejakulation verweisen – er „funktioniert“. Die verborgenen, in ihrer Funktion nicht überprüfbar Geschlechtsorgane der Frau entziehen sich jedoch der Kontrolle – und machen sich damit verdächtig.

Vermutlich ist das einer der Gründe, warum Frauen die „Schuld“ an einem unerfüllten Kinderwunsch und die Mühen einer diesbezüglichen Abklärung von vornherein auf sich nehmen. Dass bei einer ausbleibenden Schwangerschaft Frauen unter großem Leidensdruck stehen, ist bekannt. Aber auch beim Mann hinterlässt das angespannte Warten darauf, ob endlich die Regel ausbleibt und die Partnerin schwanger ist, seelische Spuren. Eingeschränkte Zeugungsfähigkeit stellt für Männer die männliche Identität ebenso in Frage, wie Frauen ihre weibliche Identität in Frage stellen, wenn sie nicht fortpflanzungsfähig sind. Frauen und Männer reagieren mit depressiven Verstimmungen, Versagensgefühlen, Ängsten, Leiden an Sinnlosigkeit und massiven Selbstwertzweifeln.

Schließlich gibt es eine geschlechtsunabhängige Lust an der Fruchtbarkeit, die der Paarsexualität innewohnt. Lust an der Fruchtbarkeit ist die grundlegende Erfahrung, in den ewigen Prozess des Werdens und Vergehens eingebunden zu sein. Ein Kind zu zeugen, schwanger zu sein, ein Kind zu gebären und „Leben zu schenken“ hat auch eine sexuelle, lustvolle Dimension. Sexualität ist ja ein multidimensionaler Begriff, der Beziehungsaspekte (Wärme, Geborgenheit, Sicherheit) ebenso enthält wie Aspekte der Lust (Berührungsbegierlichkeit, Lustgewinn) und auch den Aspekt der Fortpflanzung. Es gibt nicht wenige Frauen und Männer, die „keine Lust haben“, wenn die gemeinsame Sexualität den Fortpflanzungsaspekt ausschließt, zum Beispiel durch die Einnahme der Pille.

Krise Kinderlosigkeit: Neue Chance für Männer!

Österreichische Innovation verbessert Spermienqualität!

Ein gemeinsames Kind ist für die meisten Paare zudem ein wesentlicher Bestandteil der Beziehung und Ausdruck der Zusammengehörigkeit. Kinder zu haben und eine Familie zu gründen hat in unserer Gesellschaft hohe Priorität, und das allen zeitgenössischen Tendenzen und der fallenden Geburtenrate zum Trotz. Viele Paare heiraten gerade wegen eines Kinderwunsches. Ob sich dieser erfüllen lässt oder nicht, darüber wird zum Zeitpunkt der Eheschließung und des Karriereaufbaus gar nicht nachgedacht. Bestätigung erfährt man in diesem tradierten Familienbild durch Gesellschaft und Umwelt – kaum ein junges Ehepaar, das nicht von Schwiegermutter und Verwandten ständig gefragt wird: „Na, wann ist es denn so weit?“ und punkto Familienplanung Rede und Antwort stehen muss. Für ungewollt kinderlose Paare können diese Nachfragen sehr kränkend und schmerzlich sein.

Die Ursachenforschung nach den Gründen der Kinderlosigkeit umfasst eine Reihe von Untersuchungen, die vorwiegend die Frau betreffen. Viele Paare haben spätestens dann das Gefühl: Alles dreht sich nur noch um das „Projekt Kind“, die Spontaneität und die Unbefangenheit der Partnerschaft, der Sexualität, weichen einer generalstabsmäßigen Planung.

Als Paar ist man zu Beginn einer Beziehung zunächst aufeinander, auf die Partnerschaft, fokussiert, mit wachsendem unerfüllten Kinderwunsch bricht diese Einheit plötzlich auf und das Thema Kind drängt sich in sämtliche Bereiche des Lebens.

Die Balance in der Beziehung droht verloren zu gehen. Eine dauerhafte Störung der Balance kann jedoch zu Distanzierung und Isolierung beider Partner führen, im schlimmsten Fall zur Trennung. Es gibt hier die so genannte Balance-Theorie von Gottmann: Diese wägt positives und negatives Verhalten im Regulierungsverhältnis 5:1 ab. Eine negative Handlung wird durch fünf positive ausgeglichen. Durch den Ausgleich entsteht persönliche Zufriedenheit und in weiterer Folge Stabilität.

Die Suche nach den Gründen der Unfruchtbarkeit erzeugt oft auch große Schuldgefühle. Mutterschaft ist ein essenzieller Teil des Frauseins, das Unvermögen, schwanger zu werden empfinden viele Patientinnen als persönliche Niederlage, die Diagnose „Sterilität“ hat immer noch das Stigma, dies sei unnatürlich und außerhalb der Norm. Zu sehen ist das auch im historischen Kontext: Kinderlose Ehen gab es zu jeder Zeit im Laufe der Geschichte, in allen Kulturen und in allen Schichten. Sie waren in der Regel medizinisch

bedingt und galten deshalb als etwas „Unnatürliches“ und „Abweichendes“. Vor allem Frauen wurden deshalb diskriminiert, Kinderlosigkeit stellte in vielen Kulturen noch bis zur Jahrhundertwende einen Trennungs- bzw. Scheidungsgrund dar, indem der Ehemann beispielsweise die Möglichkeit hatte, seine Frau zu verstoßen.

Auch wenn Mutterschaft heute nicht mehr zwingend Basis und Sinn einer aufrechten Ehe ist – betroffene Frauen fühlen sich dennoch nur als „halbe Frau“ und darunter leidet das Selbstwertgefühl und nicht selten auch die Sexualität mit dem Partner. Der Kinderwunsch ist bei Frauen oft drängender als bei Männern. Oft entsteht dadurch eine große Diskrepanz im Umgang mit der Thematik. Frauen sind bereit, sehr viel auf sich zu nehmen, um Mutter zu werden. Die Initiative zur Teilnahme an einer reproduktionsmedizinischen Behandlung geht in den meisten Fällen von der Frau aus – auch dann, wenn der Ehemann voll und ganz hinter der Therapie steht und diese unterstützt.

Der psychische Druck in der Phase der Untersuchungen wird um ein Vielfaches erhöht, wenn sich das Paar zu einer künstlichen Befruchtung entschließt. Die medizinischen Möglichkeiten sind hier weit fortgeschritten und dennoch: Jedes Verfahren der Reproduktionsmedizin erfordert ein hohes Engagement des Paares, nicht zuletzt in zeitlicher und organisatorischer Hinsicht.

Hier ist es wichtig, das Paar in allen Phasen der medizinischen Behandlung durch psychologische oder psychotherapeutische Begleitung zu unterstützen. Man muss sich vorstellen, dass im Zuge der künstlichen Befruchtung ein Nebeneinander an unterschiedlichen Emotionen zu Tage tritt – Hoffnung und Angst, Wut und Zuversicht, Euphorie und Panik. Im Teufelskreis aus angespanntem Wünschen, fehlschlagenden Versuchen und unerfüllter Sehnsucht entsteht massiver Stress. Die Stresshormone Adrenalin und Noradrenalin greifen aber auch in den Haushalt der Geschlechtshormone ein und mindern die Fruchtbarkeit zusätzlich. Schließlich kann keiner mehr sagen, was zuerst da war: das Leiden an Kinderlosigkeit oder Kinderlosigkeit aus Kummer.

Die aktive Teilnahme des Partners an der Kinderwunsch-Thematik ist für eine Frau immens wichtig. Auch deshalb, weil der Kontakt zur Herkunftsfamilie in der Zeit der Kinderwunsch-Therapien eher lose ist, den eigenen Eltern oder Geschwistern vom Therapieablauf zu erzählen stellt eher die Ausnahme dar. Das kommt daher, dass innerhalb der Familie die Themen Sexualität und Fruchtbarkeit oft verdrängt werden. Auch Bekannte und Freunde werden selten

Krise Kinderlosigkeit: Neue Chance für Männer!

Österreichische Innovation verbessert Spermienqualität!

über die Pläne informiert – zu groß ist die Angst, dass Außenstehende den Versuchen, der Natur mithilfe der Technik auf die Sprünge zu helfen, ablehnend gegenüber stehen könnten. Der eigene Partner ist daher der engste Bezugspunkt. Je mehr es gelingt, Männer aktiv einzubinden, umso besser. Im Gespräch mit Kinderwunschklintem erlebte ich Männer oft extrem verunsichert dadurch, dass sie sich vom Procedere der Behandlung weitgehend ausgeschlossen fühlen und auf die Rolle des „Händchenhalters“ reduziert werden. Auch das Erleben der eigenen Handlungsfähigkeit in einer existenziell bedeutenden Frage ist für die Identität eines Mannes sehr wichtig.

Den Einsatz von PROfertil® werte ich daher über den eigentlichen Nutzen der „Fruchtbarkeitspille für den Mann“ hinaus als förderlich für die Beziehung. Männern kann PROfertil® das Gefühl geben, aktiv ihren Teil zum Gelingen beizutragen, Frauen empfinden das verstärkte Involvement ihrer Partner in die Behandlung als entlastend und befreiend. Es entsteht eine neue Form des Miteinanders und damit die Kraft, das Schicksal in die Hand zu nehmen. Somit hat PROfertil® einen positiven Einfluss auf die psychische Verfassung, was die Chancen auf das Gelingen der Kinderwunsch-Therapie wesentlich steigert.