



Fertilität und TCM

Akupunktur bei Kinderwunsch – ganzheitlich begleiten mit Chinesischer Medizin

Akupunktur wird bei Kinderwunsch häufig empfohlen – doch nur wenige wissen, wie entscheidend der Zeitpunkt für den Beginn einer begleitenden Behandlung mit Chinesischer Medizin ist. Denn je nach Phase im Kinderwunschprozess kann der therapeutische Ansatz individuell angepasst werden.

Wann ist der richtige Zeitpunkt?

Die Chinesische Medizin kann in verschiedenen Phasen unterstützend wirken:

Vor Beginn einer ärztlichen Kinderwunschbehandlung

Vor einer assistierten Befruchtung

Direkt vor und nach der Eizellentnahme bei IVF

Direkt vor und nach dem Embryotransfer

Nach erfolgreicher Befruchtung: Begleitung der Schwangerschaft

Nach einem erfolglosen Behandlungszyklus: Rekonvaleszenz und Regeneration

Geduld als Teil der Therapie

Auch in der Chinesischen Medizin sind Pausen wichtig, um Körper und Geist zu regenerieren und die Wirkung von Akupunktur und Kräutern zu entfalten:

Verbesserung der Spermienqualität: ca. 70 Tage (Produktionszyklus)

Zwischen zwei IVF-Terminen: idealerweise 3 Monate

Nach Fehlgeburt: bis zum ursprünglich errechneten Geburtstermin pausieren

Selbst in diesen Ruhephasen kann die Chinesische Medizin helfen, Körper und Psyche gezielt auf einen neuen Versuch vorzubereiten.

Was bestimmt die Fertilität?

Die Grundlagen für eine erfolgreiche Schwangerschaft lassen sich auf drei zentrale Faktoren reduzieren:

Qualität des Zyklus und der Eizelle

Anatomisch freier Zugang der Spermien zur Eizelle

Spermienqualität

Die Zyklusregulierung erfolgt durch Akupunktur und Kräuter. Der Zugang zur Eizelle wird gynäkologisch abgeklärt. Mit Tuina (manuelle Therapie) und Akupunktur wird die Durchblutung und der Muskeltonus im unteren Dantian – dem Bereich zwischen Bauchnabel und Leisten – verbessert.

Bei eingeschränkter Spermienqualität liegt der Fokus auf der körperlichen Konstitution des Mannes. Stress, Lebensstil und gesundheitliche Belastungen sollten hier besonders berücksichtigt werden.

Medizinische Begleitung ist essenziell

Die TCM-Behandlung erfolgt stets in enger Abstimmung mit ärztlicher und gynäkologischer Betreuung. Diagnostizierte Erkrankungen und Mangelzustände wie:

erhöhter Blutzucker

gynäkologische Erkrankungen (z. B. PCOS)

Schilddrüsenunter- oder -überfunktion

werden in die Akupunkturbehandlung integriert.

Behandlungsoptionen bei Kinderwunsch

Fertilitätsbehandlungen mit Chinesischer Medizin verfolgen unterschiedliche Ziele:

Vorbereitung des Körpers – Fokus auf Rücken, Unterleib und Hüfte

Konstitutionelle Stärkung nach TCM

Behandlung von Zyklusbeschwerden

Förderung der Gewebe- und Organdurchblutung

Stressabbau und emotionale Stabilisierung (Shen-Behandlungen)

Lebensberatung nach TCM-Prinzipien: Ernährung, Tagesrhythmus, Bewegung

Zusätzlich:

Behandlung des Partners zur Verbesserung der Spermienqualität

Akupunktur nach studienbasierten Protokollen während der Stimulationsphase und rund um den Embryotransfer

Begleitung nach erfolgreichem Transfer und während der Schwangerschaft

Mein Ansatz – Fertilität & Lebensqualität im Einklang

In meiner Praxis stehen Kinderwunsch und Lebensqualität gleichwertig nebeneinander. Ziel ist es, nicht nur die körperlichen Voraussetzungen für eine Schwangerschaft zu verbessern, sondern auch:

Energiereserven für Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft aufzubauen

mentale Stärke zu fördern – besonders bei Rückschlägen

Denn Fertilität ist mehr als Biologie. Stress, chronische Beschwerden, unausgewogene Ernährung, fehlende Lebensfreude oder belastende Familienverhältnisse können die Fruchtbarkeit beeinträchtigen. Auch das biologische Alter, die Krankengeschichte und mögliche Traumata spielen eine Rolle.

Die Chinesische Medizin bietet zudem einen reichen Schatz klassischer Texte zur Sexualität von Mann und Frau. Auf Wunsch können diese Aspekte in die Behandlung integriert werden.

Was macht die Chinesische Medizin anders?

Die TCM konzentriert sich bei Fertilitätsbehandlungen auf:

Zyklusregulierung

körperliche Konstitution und Fitness

symptomorientierte Behandlung von Frau und Mann

ganzheitliche Konzepte unter Einbeziehung der Sexualität

Meine Behandlungsmethoden: Akupunktur, Tuina (manuelle Therapie), Diätetik, Qigong-Übungen und Reflexion auf Basis chinesischer Philosophie und Medizintheorie.

Bei Bedarf arbeite ich mit einer erfahrenen TCM-Kollegin zusammen, die sich auf Kräutermedizin spezialisiert hat – insbesondere bei auffälligem Pulsbild oder komplexen Konstitutionsthemen.