

Einleitung 9

- ☞ Wie alles begann 12

Anamnese oder: Was man über Unfruchtbarkeit wissen sollte 19

- ☞ Von Bienchen und Blümchen 20
- ☞ Gründe, warum es nicht klappt 26

Untersuchungsmarathon 49

- ☞ Tanz der Vampire: Bluttests 50
- ☞ Das Innerste offenbaren: Ultraschalluntersuchungen 55
- ☞ Im Zuckerschok: Glukosetoleranztest 63
- ☞ Jetzt muss der Mann ran: Spermogramm & Co. 64
- ☞ Wenn es trotzdem nicht klappt: Weitere Untersuchungen 73
- ☞ Ursachenforschung: Wie wichtig ist sie? 77

Alternativmedizin: Wenn es erst mal sanfter zugehen soll 83

- ☞ Den eigenen Körper erkunden: Naturheilverfahren 85
- ☞ Pflanzlicher Schubser für den Zyklus 92
- ☞ Pimp my Fertility: Lebenswandel und Nahrungsergänzungsmittel 95
- ☞ Genadelt zum Glück: TCM und Akupunktur 103
- ☞ Oooooohmmmm: Kinderwunsch-Yoga 110
- ☞ In Trance entspannen: Hypnose bei Kinderwunsch 114
- ☞ Geschlechtsverkehr nach Plan: Hormonstimulation 118

Künstliche Befruchtung 127

- ☞ Ein bisschen Nachhilfe: IUI 128
- ☞ Die Mär von »Retortenbabys«: In-vitro-Fertilisation 133

- ❖ Hilfestellung für die Samenzelle: ICSI 154
- ❖ Und wie viele Eisbärchen habt ihr?
Kryokonservierung 158
- ❖ Die Zeit anhalten: Egg Freezing 161
- ❖ Vorher mehr wissen: Präimplantationsdiagnostik 166

Tipps und Tricks für eine gelassene Kinderwunschbehandlung 169

- ❖ Was kostet die Kinderwunschbehandlung? 169
- ❖ Welche finanzielle Unterstützung gibt es von Krankenkassen und Co.? 173
- ❖ Was ist der rechtliche Rahmen bei der Kinderwunschbehandlung? 180
- ❖ Wo fange ich überhaupt an, und wie finde ich eine gute Praxis? 184
- ❖ Wie läuft das Erstgespräch in einer Kinderwunschpraxis ab? 187
- ❖ Wie sinnvoll sind die angebotenen Zusatzmaßnahmen bei einer künstlichen Befruchtung? 189
- ❖ Was sind die rechtlichen Rahmenbedingungen und wie läuft eine Samenspende eigentlich ab? 192
- ❖ Was für Angebote gibt es im Ausland und wie gehe ich damit um? 200
- ❖ Wie läuft eine Eizellspende (im Ausland) ab, und welche rechtlichen Risiken gibt es dabei? 205
- ❖ Wie funktioniert Leihmutterchaft, und warum ist sie so umstritten? 210
- ❖ Welche Optionen haben Singles und homosexuelle Paare? 213
- ❖ Wie gehe ich mit der psychischen Belastung um? 221

Nachwort 225

Quellen und Literatur 227

Interviews 233

Sachregister 235