

Inhaltsverzeichnis

1	Unerfüllter Kinderwunsch – eine (behandelbare) Krankheit!	1
1.1	Leitsätze zum Durchhalten	1
1.2	Einige ehrliche Worte am Anfang	5
2	Fruchtbarkeit: eine endliche Eigenschaft	9
3	Der Menstruationszyklus	15
4	Was können Sie selbst tun, um Ihre Fruchtbarkeit zu verbessern?	21
4.1	Wie kann ich bzw. wie können wir mit dem Rauchen aufhören?	23
4.2	Wie gelingt mir bzw. uns die Gewichtsabnahme auf einen BMI unter 30?	24
4.3	Was ist sonst noch zu beachten?	29

XII Inhaltsverzeichnis

5	Welche Ursachen für einen unerfüllten Kinderwunsch gibt es?	31
6	Wann sollte bei unerfülltem Kinderwunsch genauer untersucht werden?	39
7	Behandlungsformen des unerfüllten Kinderwunsches	53
7.1	Verkehr zum optimalen Zeitpunkt (VZO)	53
7.2	Intrauterine Insemination (IUI)	58
7.3	In-vitro-Fertilisation (IVF)	62
7.4	Intracytoplasmatische Spermieninjektion (ICSI)	68
7.5	Kryozyklus	72
8	Welche speziellen Untersuchungen gibt es?	79
8.1	Differenzierte Spermienuntersuchung	80
8.2	Endometriumbiopsie	82
8.3	Bestimmung des Implantationsfensters	83
8.4	Ausschluss einer Entzündung der Gebärmutter Schleimhaut ALICE (Analysis of Infectious Chronic Endometritis)	85
8.5	Untersuchung des Mikrobioms, also der Gesamtheit aller Mikroorganismen in der Gebärmutter EMMA (Endometrial Microbiome Analysis)	86
8.6	Gebärmutter Spiegelung	87
8.7	Genetische Untersuchung der Eizelle	87
8.8	Immunologische Diagnostik	90

	Inhaltsverzeichnis	XIII
9	Zusatzbehandlungen (Add-ons) in der Reproduktionsmedizin – welche sind wirklich sinnvoll?	93
10	Sensible Fragen und mögliche Antworten	99
	Glossar: Begriffslexikon Kinderwunsch von A bis Z	107
	Stichwortverzeichnis	117