

Störungen der Fruchtbarkeit bei Männern

von Olaf Rippe

mit freundlicher Genehmigung der Zeitschrift Naturheilpraxis

Der unerfüllte Kinderwunsch bei Männern wird zunehmend auch in der Naturheilpraxis zu einem wichtigen Thema. Allerdings findet man bisher noch relativ wenig Hinweise für eine wirkungsvolle naturheilkundlich orientierte Therapie. Die Reproduktionsmedizin hingegen erlebt seit Jahren einen ungebrochenen Boom, der, nach einer kurzen Unterbrechung, inzwischen auch wieder politisch unterstützt wird. Ca. 130 spezialisierte Kinderwunschzentren in Deutschland werben um etwa 100.000 Paare pro Jahr, die sich auf diese Weise behandeln lassen wollen. Insgesamt dürfte die Zahl der ungewollten Kinderlosigkeit etwa 1 Millionen Paare in Deutschland betreffen, mit steigender Tendenz. Inzwischen beläuft sich die Zahl der durch die "Reproduktionsmedizin" ermöglichten Kinder auf ca. 3 %, das sind über 30.000 Kinder pro Jahr (Quelle: www.wunschkind.net) - allerdings sagt diese Zahl nichts aus über die Folgen des hormonellen Dopingprogramms, den zahlreichen Fehlversuchen, Mehrlingsgeburten (laut statistischem Bundesamt ca. 25%), Komplikationsschwangerschaften, Frühgeburten, Missbildungen, Aborte oder die große seelische Not der Betroffenen während der Behandlung.

Es gibt auch "natürliche" Wege zum Wunschkind, statt intracytoplasmatische Spermieninjektionen (ICSI) oder eine In-vitro-Fertilisation (IVF) - allein schon diese Begriffe zeigen, wie weit sich das Zeugen von Kindern von Liebe, Hingabe und Vertrauen in eine höhere Fügung entfernt hat.



Kinderlosigkeit - warum?



Die Ursache der Kinderlosigkeit betrifft beide Geschlechter in etwa gleich. Die häufigste Ursache beim Mann ist eine Störung der Spermienreifung. Nicht selten kann man jedoch weder beim Mann, noch bei der Frau, irgendeine Ursache ausmachen. Die Spermiogenese ist ein komplexer und sensibler Vorgang, der durch zahlreiche Faktoren gestört werden kann. Im Laufe der letzten Jahrzehnte hat die Spermienqualität kontinuierlich abgenommen. Eine zu geringe Anzahl von Spermien (Azoospermie), zu schwach bewegliche (Asthenozoospermie) oder missgebildete Spermien (Teratozoospermie) sind heute ein durchaus normaler Befund. Selbst ein Spermium mit bis zu 85% gestörter Morphologie gilt heute noch als potentiell zeugungsfähig, wobei festzuhalten bleibt, dass ein normal geformtes Spermium krankhafte Gene tragen kann, während ein missgestaltetes einen unauffälligen Chromosomensatz besitzen kann.

Die Ursachen sind überaus vielfältig. Mit an erster Stelle steht sicher die moderne, gehetzte Lebensweise. Stress ist ein Lustkiller und entsprechend lustlos sind natürlich auch die Spermien. Nicht selten liegt der Grund in der psychologischen Paarstruktur (Dyspareunie), beispielsweise an der mangelnden sexuellen Erfüllung oder an einer Partnerschaft, in der Kinder mehr eine Projektionsfläche unerfüllter Sehnsüchte darstellen.

Natürlich kommen auch zahlreiche organische Ursachen in Betracht. Beim Mann sind dies z.B. entzündliche Prozesse der Genitalorgane (z.B. Prostatitis), Status nach Infektionen (z.B. Mumps), Durchblutungsstörungen (z.B. Mikroangiopathien, Sklerose oder eine Venenschwäche mit Krampfadern im Bereich des Hodens). Ferner kommen Stoffwechselstörungen wie Entzündungen der Leber, Diabetes oder Fettsucht etc. in Betracht. Aber das Problem betrifft auch einflussame, ansonsten kerngesunde und sportliche Männer, die sich auch noch biologisch ernähren und auch sonst auf ihre Gesundheit achten.

Neuerdings werden vor allem Umweltgifte als Ursache erkannt. Im Fokus steht die östrogen-ähnlich wirkende Chemikalie Bisphenol A (BPA), die zur Herstellung von Kunststoffen verwendet wird und der man überall im Alltag begegnet. In Studien konnte nachgewiesen werden, dass hierdurch die Spermiogenese erheblich beeinträchtigt wird, die Beweglichkeit der Spermien nimmt ab, genauso wie Libido und Potenz - und bei 90% der untersuchten Männer konnte BPA im Urin nachgewiesen werden! Auch hormonelle Rückstände mit östrogenen Wirkung im Trinkwasser werden diskutiert. Hormonaktive Chemikalien sind heute überall gegenwärtig, beispielsweise über die Nahrungskette in Form von Pestizidrückständen - Folgen sind auch hier eine Abnahme der Spermienbeweglichkeit und eine Zunahme von Spermien mit abnormen Strukturen. Auch die zunehmende Tendenz zum Kryptorchismus, der zu einer eingeschränkten Fruchtbarkeit führen kann, wird möglicherweise durch diese Stoffe verursacht. Studien zeigen zudem die proportionale Zunahme von Prostata- und Hodenkrebs, bei gleichzeitiger Abnahme der Spermienqualität (Schlumpf, Lichtensteiger, 2000, S. 181 ff). Da das Prostatasekret einen erheblichen Anteil des Ejakulats ausmacht und auch für die Beweglichkeit, bzw. Befruchtungsfähigkeit der Spermien von entscheidender Bedeutung ist, wundert einen dieser Zusammenhang nicht. Eine qualitative Verbesserung des Spermats ist somit auch ein wirkungsvoller Schutz vor Krebs.

"Das normale Spermogramm"

(WHO-Kriterien; Quelle: www.wunschkind.net)

Volumen	2,0 ml oder mehr
pH	7,2-8,0
Spermien-Konzentration	20 Mio./ml oder mehr
Gesamt-Spermien-Zahl	40 Mio. pro Ejakulat (Azoospermie bei zu geringer Anzahl)
Motilität	50% oder mehr mit Vorwärtsbeweglichkeit von 25% oder mehr mit schneller linearer Beweglichkeit (Asthenozoospermie bei zu geringer Beweglichkeit)
Morphologie	mindestens 30% oder mehr mit normaler Form (Teratozoospermie bei geringerer Anzahl)
Anzahl der lebenden Spermien	75% oder mehr vitaler Zellen
Leukozyten	weniger als 1 Mio./ml
MAR-Test auf Antikörper	weniger als 10%
Verflüssigungszeit	30 Minuten bis max. 1 Stunde.
Geruch	Kastanienblütenartig

Therapieansätze bei Kinderwunsch



Lustkiller Stress



Damiana vertieft die Hingabefähigkeit und gibt dem Paar auf seelischer Ebene genügend Kraft, das Problem Kinderwunsch gemeinsam zu bewältigen.
Foto Olaf Rippe

Grundsätzlich sollte man beachten, dass ein Spermogramm variabel und abhängig von der Lebenssituation ist. Schon eine Erkältung oder beruflicher Stress kann das Spermogramm ungünstig beeinflussen. Es sollte also mehrmals durchgeführt werden, möglichst im Abstand von einigen Monaten, mit einer vorherigen Karenzzeit von ca. 5 Tagen. Bei einem unerfreulichen Befund sollte man betroffenen Männern verdeutlichen, dass sie in guter Gesellschaft sind, dass es sich um ein zeittypisches Phänomen handelt und dass dies kein Kriterium für Männlichkeit darstellt.

Wichtig ist eine Analyse der Paarstruktur, z.B. deren seelische Belastbarkeit, Dauer der Beziehung, wie lange der Wunsch schon besteht, ob irgendwann schon einmal Kinder gezeugt wurden (bzw. ob die Partnerin schon einmal Mutter wurde, Abbrüche erfolgt sind etc.), ob der Wunsch nach einem Kind von beiden Partnern geteilt wird, welche berufliche und soziale Stresssituation besteht. Hinzu kommt die psychische Situation der Partnerin. Wie sehr nimmt sie der Kinderwunsch seelisch mit, wie kommuniziert das Paar miteinander, unter welchem Druck steht die Partnerschaft. Sex nach dem Terminkalender der Frau, die ihren Mann ins Bett zitiert, nur weil sie gerade ihre fruchtbaren Tage hat, kann einen Mann erheblich in Stress versetzen - solche Paare sollten möglichst nicht mehr messen und sich wieder mehr auf ihr Liebesgefühl einlassen, um den richtigen Zeitpunkt zu erspüren.

Eine unregelmäßige Lebensweise, Alkoholkonsum, Drogen- oder Nikotinabusus, zu wenig körperliche Bewegung, aber auch bestimmte Sportarten wie exzessives Radfahren, können die Zeugungsfähigkeit beeinträchtigen. Hier können schon einfache Änderungen erhebliche positive Wirkungen entfalten.

Einem gestressten Paar sollte man möglichst eine Therapie verordnen, die sie zusammen durchführen können.

Eine gemeinsame Auszeit, bei der man allerdings nicht einen 12 Stundenflug absolviert, sondern gemütliche, romantische Tage, irgendwo in den Bergen, wäre vielleicht eine gute Idee. Mit im Reisegepäck hat man dann zum Beispiel einen Tee zur Entspannung aus Damianablättern, gemischt mit Melisse, Rosenblüten, Frauenmantel und etwas Rosenwurz, den man vor dem Schäferstündchen gemeinsam zubereitet und genießt (siehe Kasten). Auch ein Massageöl, zum Beispiel das Wildrosenöl von Weleda, in das man noch ca. 1 ml. Rosmarinöl einmischen kann und Räucherstäbchen für eine erotische Stimmung, beispielsweise aus Sandelholz, sollten nicht fehlen. Ziel ist hier nicht das Kinderzeugen, sondern die liebevolle Hingabe, Zeit für Zärtlichkeit und Verständnis füreinander. Wer sein Leben aber am liebsten auf der Rennstrecke zwischen Büro, Fitnesscenter, exotischen Reisezielen, Shoppingmeile und Bett verbringt, der hat für solche Ratschläge natürlich keine Zeit - man fragt sich allerdings, wo hier noch Platz für ein Kind sein soll. Das Zeitmanagement ist tatsächlich bei so manchem Paar das Kardinalproblem.

In hartnäckigen Fällen hilft eventuell "Neurodoron" (Tabletten von Weleda), eine Gold-Eisen-Phosphor Verbindung für gehetzte und vom Alltag erschöpfte Menschen (kurmäßige Anwendung über 7 Wochen bis 3 Monate, tgl. 3-2-1 Tabletten auf der Zunge zergehen lassen).

Eine gute Kombination zu diesem mineralischen Präparat ist "Rhodiolan NE" Dragees von Dr. Loges. Es besteht aus der Rosenwurz (Rhodiola rosea), einem Dickblattgewächs, das in alpinen und nördlichen Bergregionen zuhause ist. Als Adaptogen eignet es sich ausgezeichnet zur Stressbewältigung. Es stärkt zudem das Erinnerungsvermögen und die Konzentrationsfähigkeit und wird auch zur Therapie bei Angstzuständen, Depression und Erschöpfungssyndrom eingesetzt.

Ebenfalls häufig kann eine Unterfunktion der Schilddrüse zum Müdigkeitssyndrom führen, was sich auch im Spermogramm negativ bemerkbar machen kann. Abhilfe kann hier eine anregende Therapie sein, beispielsweise mit dem Präparat "Thyreoida / Ferrum" Globuli und Ampullen von Wala (3 x tgl. 10 Glob. und 1 bis 2 x die Woche s.c. im Nacken und am oberen Ende des Brustbeins). Auch das Präparat "Solunat Nr. 22" von Soluna (früher Strumatik I), 3 x tgl. 5 bis 10 Tropfen, wirkt einer Hypothyreose entgegen.

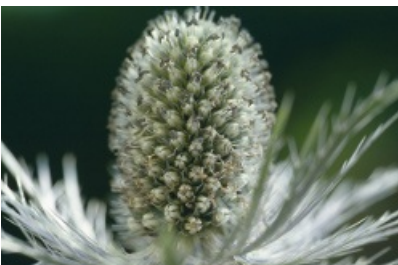
Leider passiert es nur allzu oft, dass die gewonnene Lebensenergie sofort wieder in den Alltagsstress investiert wird, da ist dann guter Rat teuer.

Tee für zärtliche Stunden

- Damianablätter (Turnera diffusa) 100 gr.
- Frauenmantelblätter (Alchemilla vulgaris) 20 gr.
- Melissenblätter (Melissa officinalis) 30 gr.
- Rosenblütenknospen (Rosa damascena) 20 gr.
- Rosenwurz (Rhodiola rosea) 30 gr.

Kräuter mischen, ca. 2 Esslöffel auf eine große Tasse 200 ml, als Infus, ca. 3 bis 5 Minuten ziehen lassen, abgeseiht mit etwas Honig gesüßt, bei Kerzenschein gemeinsam trinken.

Was den Samen des Mannes vermehrt und ihn zu den ehelichen Werken befähigt



Blättert man in alten Kräuterbüchern, stellt man überrascht fest, dass das Thema Kinderwunsch keineswegs nur ein neuzeitliches Problem darstellt. Die Bücher der Väter der Botanik aus dem 16. Jahrhundert wie Tabernaemontanus, Lonicer, Bock, Brunfels oder Fuchs, besaßen größtenteils schon einen übersichtlichen Index, in dem man Stichworte finden kann wie:

"Satyrium" - Liebesrezept für den Mann

Zur Stärkung der sexuellen Kraft und zur Anregung der männlichen Keimdrüsentätigkeit.

Mischung aus:

- Eryngium aquaticum (Mannstreu) Urtinktur
 - Levisticum officinalis (Liebstöckel) Urtinktur
 - Muira puama (Potenzholz) Urtinktur
 - Orchis mascula (Knabenkraut) D2
 - Pastinaca sativa (Pastinak) Urtinktur
- Jeweils 20 ml über die Apotheke bei Spagyra mischen lassen;

Mannstreu (hier die alpine Art) wurde schon von den thessalischen Hexen zum Liebeszauber gebraucht und er soll den "natürlichen Samen vermehren".
Foto Olaf Rippe.

"vermehret den Samen des Mannes, hilft bei den ehelichen Wercken, bringt unkeusche Begier" und ähnliches. Völlig zu Recht weisen die alten Autoren

3 x tgl. 20 Tropfen.

Zusätzlich:

Ginseng Urtinktur (Weleda): 2 x tgl. 20 Tropfen.

Oligotherapie mit Vitamin E (z.B. Sanaviton, 1 bis 2 tgl. eine Kapsel vor dem Essen) und Zink (z.B. als Zinkamin-Falk, 1 x tgl. eine Kapsel), alternativ eignet sich Orthomol fertil plus oder Innovazym plus.

Speziell bei Fruchtbarkeitsstörungen: "Testes comp" (Glob. und Amp von Wala); 3 x tgl. 10 Glob. und 1x Woche i.c. Injektion 2 Querfinger unterhalb des Nabels.

Täglich einen Teelöffel Brennnesselsamen essen: "mehren den natürlichen Samen" (Lonicerus).

auf den Zusammenhang zwischen mangelnder Libido und Zeugungsschwierigkeiten hin. Eine Erfahrung aus der Praxis lehrt, was sexuell stimuliert, bringt auch die Spermien auf Trapp.

Paracelsus schreibt beispielsweise über das Knabenkraut (Orchis mascula und andere Arten): "Im dem Kräutlein Satyrion (Knabenkraut) hast du die Hoden als Signatur. Schau, ob es seine Kraft bei der Hilfe für dieses Glied zeigt, dessen Anatomie und Signatur es beweist. Dann schau, was es bei Stärkung des Beischlafes beweist" (Gesamtausgabe Band 1, S. 656).

Bei Lonicer finden wir folgende Anmerkung über das Knabenkraut: "Von dieser Wurzel wird in allen wolgerüsten Apotecken ein gute Latweg bereitet / den langsamen untauglichen Männern / Diasatyrion genannt. Die Wurzel im Ende des Mayen gebrandt. Das Wasser Morgens und Abends / jedesmal drey Loth getrunken / stärcket und kräftiget den Magen / bringt Hitz und bewegt zu Unkeuschheit" (S. 432).

Ableitungen über die Signatur waren in der alten Zeit, in der man noch keine Wirkstoffe kannte, üblich und sie sind auch heute noch als Hinweise auf eine mögliche Verwendung brauchbar. Was aussieht wie Spermien, Hoden oder phallisch erscheint, sollte auf seine Wirkung in dieser Hinsicht überprüft werden. Im Falle des Knabenkrauts ist es nicht nur die Signatur, sondern schon der Name gibt einem den nötigen Hinweis. Hier einige weitere Beispiele in dieser Hinsicht:

Bohnenkraut (Satyreja hortensis) - nennt man auch Satyrkraut; es wirkt anregend auf die Tätigkeit der Nebenniere und Libido und regt den Testosteronhaushalt an.

Liebstöckel (Levisticum officinale) - mit dem Stock ist der Penis gemeint, der durch den Gebrauch des Krauts besonders lieb wird; die Wirkstoffe sind harnreizend und daher indirekt aphrodisierend.

Eberwurz oder Silberdistel (Carlina acaulis) - der Geruch (ein antibiotisch wirkender Stoff namens Carlinaoxyd) erinnert an Wildschweine. Sie soll die Kraft von neun Männern schenken und die Vielsamigkeit der Pflanze gilt als Hinweis, dass sie den Samen des Mannes vermehrt.

Mannstredistel (Erygium campestre und andere Arten) - Der Name deutet darauf hin, dass die Pflanze im Liebeszauber verwendet wurde. Im Kräuterbuch des Lonicerus heißt es: "Mannstreuwurtzel im Honig gebeist / und davon oft genützt / vermehret den Mannlichen Saamen / und macht gut Geblüt" (S. 192).

Auch aus exotischen Ländern kommt so manche Arznei, die schon dem Namen nach hilfreich sein müsste, beispielsweise:

Potenzholz (Muiru puama = Ptycopetalum olacoides) - Die indigenen Völker im Urwald Brasiliens bedienen sich seit Urzeiten der libidostärkenden Baumrinde, entweder innerlich oder zur Einreibung der Genitalien. Die Anwendung vermittelt ein lustvolles Körpergefühl und beeinflusst die Spermio-genese günstig.

Ashwagandha (Withania somnifera) - das Nachtschattengewächs wird vor allem in der ayurvedischen Medizin verwendet - übersetzt heißt die Pflanze in etwa: "das, was den Geruch eines Pferdes hat" und natürlich soll es die Potenz eines Hengstes übertragen. Tatsächlich ist die Wirkung sehr angenehm, man fühlt sich verjüngt, gestärkt und ausgesprochen unternehmungslustig. Es ist auch ein hervorragendes Adaptogen bei Burn-out Syndrom und Stresskrankheiten aller Art. Leider gibt es keine üblichen Apothekenprodukte, so dass man auf das Internet angewiesen ist. Oder man wendet sich an www.kraeutergarten-muenchen.de, wo man die Wurzel im Sortiment führt. Die Berliner Firma www.sensatronics.de liefert in dieser Hinsicht ebenfalls so einiges an lustvollen und köstlichen Getränken für die besonderen Stunden.

Weitere Exoten sind z.B. Maca (Lepidium peruvianum), eine Kresseart aus Peru: "used for centuries in the Peruvian highlands for its notable fertility-enhancing as well as adaptogenic effects, has been shown to significantly increase seminal volume, increased sperm count and quality, and sperm with improved motility" (Green, 1991, S. 132). Einheimische Kreuzblütler, z.B. Meerrettich oder Senf, gelten auch in der europäischen Volksmedizin als Pflanzen zur "Vermehrung des Samens".



Knabenkraut mit seinen hodenartigen Wurzelknollen. Altkolorierte Darstellung aus dem Kräuterbuch von Leonhard Fuchs.



Ashwagandha gilt in der ayurvedischen Medizin als wirkungsvolles Mittel bei Kinderwunsch.
Foto Olaf Rippe

Auch der in Südeuropa, Afrika und Asien vorkommende Burzeldorn (Gokshura = Tribulus terrestris), aus der Familie der Jochblattgewächse, wird traditionell zur Anregung der Libido und Spermio-genese verwendet: "contains a steroidal saponin shown to stimulate sperm production and increase quality, motility, and survival time of sperm in male fertility" (Green, 1991, S. 132).

Auch Brennnesselsamen wird traditionell eingesetzt. Bei Lonicer liest man, dass ausreichend gegessen, die Samen vermehrt werden - bemerkenswert in diesem Zusammenhang ist der Brauch, alten Schindmähren Samen ins Futter zu geben, damit sie wieder ein glänzendes Fell bekommen.

Heute sind bei Störungen der Libido synthetische Stoffe wie Viagra, Levitra oder Cialis in Mode gekommen, die jedoch auch erhebliche unangenehme Nebenwirkungen haben. Entsprechend gibt es immer noch treue Anhänger von Mitteln wie den "Aslan Herrenkapseln", mit Pastinakwurzel als Bestandteil, die man traditionell bei Potenzstörungen einsetzt.



Aphrodisiaka steigern nicht nur die Liebeslust, sondern beeinflussen auch die Spermienqualität.
Foto Olaf Rippe

Die einzige Pflanze, die jedoch mit den Synthetika wirklich vergleichbar ist, kommt aus Westafrika. Es handelt sich um die Baumrinde Yohimbé (Pausinystalia yohimbe). Das Alkaloid Yohimbin wirkt direkt stimulierend auf das Sakralmark und ist somit stark sexuell erregend, wobei es auch lustvolle Gefühle hervorruft, was bei synthetischen Stoffen nicht der Fall ist. Außerdem steigert es die Erektion und die Menge des Ejakulats enorm (ob auch die Qualität verändert wird, ist nicht bekannt, aber wahrscheinlich). Zubereitungen wirken auch auf Frauen durchaus stimulierend, was wiederum für ein gemeinsames Teeritual spricht, hier am besten zusammen mit Damiana. Die Pflanze ist apothekenpflichtig und erfordert etwas Fingerspitzengefühl, denn wer überdosiert oder sehr empfindlich ist, bei dem kann der Gebrauch Übelkeit und unangenehme Unruhezustände hervorrufen. Zum Einstieg sollte man etwa 1 Teelöffel zerkleinerte Rinde mit ca. 100 ml. Wasser aufkochen und ca. 5 Minuten ziehen lassen, bei einem Alkoholauszug genügen ca. 20 Tropfen. Die Wirkung tritt nach ca. 15 Minuten ein und kann einige Stunden andauern.

Homöopathische Präparate mit Yohimbé gibt es natürlich auch. Diese wirken etwas schwächer, sind jedoch für einen Dauergebrauch gut geeignet, beispielsweise "Yohimbé Vitalkomplex" von Hevert (3 x 20 Tropfen täglich).

Die Firma Wala liefert mit "Testes comp." Ampullen und Globuli ein ganz anders aufgebautes Präparat zur Anregung der Keimdrüsentätigkeit - es besteht aus dem Mondmetall Silber, das nach dem Analogieprinzip auf den lunaren Prozess der Spermio-genese wirkt, aus potenzierten Rinderhoden und aus potenzierten Bienenkönigin. Das Mittel nimmt man kurmäßig, 3 x tgl. 10 bis 15 Globuli. Das Ampullenpräparat kann man zur intrakutanen Injektion in Reflexzonen verwenden, z.B. 2 Querfinger unterhalb des Nabels befindet sich die Zone, die auch in der chinesischen Medizin zur Stimulation der Sexualität verwendet wird.

Weitere Ergänzungsmittel aus der Homöopathie sind Mittel mit einem sogenannten Umkehrereffekt. Hochdosiert töten sie die Lust ab, während sie diese potenziert anregen (niedrigste Potenzstufe ist D4). Beispiele sind: Mönchspfeffer (Vitex agnus castus - ein entsprechendes Handelspräparat zur Anregung der Libido und bei Störungen der Fruchtbarkeit ist "Viragil" von Steierl), ferner die Teichrose (Nuphar luteum) oder die Küchenschelle (Pulsatilla vulgaris), die potenziert auch bei Prostatitis und Prostataadenom angewendet wird.

Überhaupt ist das Prostatasekret wesentlich für die Fruchtbarkeit beim Mann. Es enthält Enzyme mit wichtigen Aufgaben in Bezug auf Beweglichkeit, pH-Wert oder Viskosität des Spermas. Der Inhaltsstoff Spermin schützt zudem die DNA der Spermien und verleiht dem Sperma seinen charakteristischen Geruch. Außerdem ist die Prostata für den Testosteronhaushalt wichtig. Es ist also naheliegend, in Rezepten zur Verbesserung der Spermio-genese auch einige Mittel mit einer günstigen Wirkung auf die Prostata aufzunehmen, beispielsweise die bekannten Mittel Kürbiskerne (Curcubita pepo), Sägepalmlfrüchte (Serenoa repens) und Brennnesselwurzel und -samen, Weidenröschen (Epilobium parviflorum), Taubnessel (Lamium album), Waldrebe (Clematis vitalba ab D4, bei Status nach Prostatitis) oder Frauenmantel (Alchemilla vulgaris). Diese Arzneien sind

besonders auch angezeigt, wenn Entzündungszeichen im Spermogramm vorhanden sind.

Schutz vor Umweltgiften

Besonders tückisch in der Wirkung und nur schwer zu beeinflussen, sind Belastungen durch Umweltgifte, die häufig zur Beeinträchtigung des Immunsystems und der Spermienqualität führen. Inzwischen bleibt praktisch niemand mehr von den Auswirkungen verschont. Analog zum ungelösten Müllproblem unserer Gesellschaft, verkommt auch der menschliche Organismus zunehmend zur Müllhalde mit ungeahnten Folgen, die von Erschöpfung, Immunopathien, Unfruchtbarkeit bis zum Krebs reichen. Natürlich lässt sich dieses Problem nur bedingt mit Arzneien verbessern, da wir ja ständig den toxischen Stoffen ausgesetzt sind. Dennoch kann man einiges für sich tun.

Zunächst entscheidet jeder in gewissem Maß selber über die Dosis toxischer Stoffe - jeder kann sich biologisch ernähren oder auf Nikotin und andere Reizmittel verzichten. Wer ein schlechtes Spermogramm hat, sollte hier auf jeden Fall dringend umdenken.

Wer von Umweltgiften ausgepowert ist, dem kann eventuell ein Extrakt aus der Taigawurzel helfen (Eleutherococcus senticosus). In Sportlerkreisen ist es ein beliebtes, weil legales Dopingmittel, es steigert die körperliche Ausdauer und wirkt günstig auf alle Abwehrmechanismen, es hilft bei der Ausscheidung von Metaboliten und wird in der Krebstherapie zur Immunmodulation eingesetzt, wirkt also Strukturveränderungen entgegen. Generell sollte man an diese dornige Pflanze daher auch bei einem schlechten Spermogramm denken - ein empfehlenswertes Präparat ist "Eleucurarina" Tropfen von Harras Pharma, 3 x tgl. 20 Tropfen.

Der verwandte Ginseng verbessert ebenfalls nachweislich sämtliche vegetativen Funktionen, besonders wenn man in die Jahre kommt. Im Tierversuch hat man festgestellt, dass Hähne bei Zufütterung wieder ihr Hochzeitskleid anlegen, was zur Abwechslung ja einmal ein netter Versuch ist.

Ähnlich wie bei Schwermetallvergiftungen, muss man auch andere Umweltgifte aus ihren Depots in Geweben herauslösen, binden und ausscheiden. Grundsätzlich ist eine Anregung des Leberstoffwechsels und der Nierentätigkeit ratsam, da das Wechselspiel dieser zwei Organe besonders wirksam die Entgiftung beeinflusst. Als Basistherapie eignet sich beispielsweise die Kombination von "Solunat Nr. 8" (= Hepatik) und "Solunat Nr. 16" (= Renalin), von Soluna, 3 x tgl. 10 Tropfen, in einem Tee aus Goldrute (Niere) und Odermennig (Leber).

Eine bewährte Ergänzung sind Arsenicum album und Sulfur, die man besten als Gespänn verordnet, z.B. beide in D12, je 1 x tgl. 5 Tropfen. Arsen wirkt in erster Linie als Gegengift auf zellulärer Ebene, beeinflusst die Abwehrmechanismen und schützt vor Degeneration und Entartung. Schwefel wirkt hingegen auf humoraler Ebene und treibt die Krankheit von den inneren Organen zur Peripherie.

Bei einer Tendenz zur Entartung, also bei Präkanzerose, familiärer Neigung zum Karzinom oder bestehender Karzinomkrankheit, kann man auch an Flenin denken (Tabletten und Ampullen von Schuck). Das Präparat enthält neben Arsen noch Mistel und Schierling, beides Mittel, die sich zur Immunmodulation in der Karzinomtherapie bewährt haben; die Mistel gilt außerdem in der Volksmedizin als anregend auf die Fruchtbarkeit von Mann und Frau.

Als letzten Therapietipp sollte man noch eine Oligotherapie in das Konzept integrieren, die dem angeschlagenen Organismus hilft, mit Umweltgiften besser klar zu kommen, vor allem Vitamin E (z.B. Sanaviton) und Zink (z.B. Zinkamin-Falk) sind hier von Bedeutung. Wenn es um das Thema Fruchtbarkeit geht, lohnt sich eine kurmäßige Anwendung von "Orthomol fertil plus", in der Praxis zeigt sich immer wieder eine deutliche Besserung des Spermogramms nach einer dreimonatigen Anwendung. Alternativ kann man auch an das ähnlich zusammengesetzte Mittel "Innovazym plus" denken. Dies Präparat ist zwar teuer, enthält jedoch zusätzlich Enzyme und eignet sich besonders zur begleitenden Behandlung beim Erschöpfungssyndrom und bei Immunopathien, bis hin zu Folgen einer Chemo- und Strahlentherapie.

Insgesamt sind die Kosten für eine solche naturheilkundliche Therapie bei Kinderwunsch zwar hoch, aber deutlich günstiger als eine Behandlung in einem Kinderwunschzentrum, ganz zu schweigen von den angenehmen Nebenwirkungen der Naturheilmittel auf Lebensfreude und Libido.



Eleutherokokkus ist ein bewährtes Mittel zur Sanierung des Immunsystems und hat sich auch bei einer Tendenz zu Strukturveränderungen bei der Spermienogenese bewährt.
Foto: Olaf Rippe

Literaturtipps und Internet

- Margret Schlumpf / Walter Lichtensteiger (Hrsg.): Hormonaktive Chemikalien. Verlag Hans Huber, Bern, 2000.
- Madejsky, Margret: Lexikon der Frauenkräuter, AT Verlag, CH-Baden und München 2008
- James Green: The male Herbal; Crossing Press Berkeley / Toronto, 1991 / 2007.
- Jochen Schleimer: naturheilkundliche Behandlung männlicher Sexualstörungen. Sonntag Verlag, Stuttgart; 1995
- Hans-Heinrich Rhyner und Birgit Frohn: Heilpflanzen im Ayurveda. AT-Verlag, Baden-München, 2006.
- Adamus Lonicerus: "Kreuterbuch", Ausgabe von 1679. Nachdruck von 1934 Handel Verlag.
- Paracelsus: Gesammelte Werke in 4 Bänden; Aschnerausgabe. Verlag Anger Eick; Anger 1993.
- www.wunschkind.net

Wichtiger Hinweis für den Leser:

Trotz sorgfältiger Überprüfung sind die in den Artikeln aufgeführten Hinweise, Rezepte, Dosierungsangaben und Applikationsformen ohne Gewähr; Die Autoren übernehmen daher keine Garantie, bzw. Haftung. Jeder Benutzer ist angehalten, durch Prüfung der Beipackzettel verwendeter Handelspräparate und gegebenenfalls nach Rücksprache mit einem Arzt oder Heilpraktiker festzustellen, ob die Empfehlungen für Dosierungen oder die angeführten Kontraindikationen gegenüber den Angaben in den Artikeln abweichen. Jede Dosierung oder Applikation erfolgt auf eigene Gefahr und muss in jedem Fall individuell abgewägt werden. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) sind nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt. Sämtliche vorgeschlagene Therapiehinweise und Rezepte haben ausschließlich einen modellhaften Charakter. Die Artikel sind im Inhalt nicht zeitlich angeglichen, sondern im Original des Erscheinungsdatums dargestellt. Das der Arzneimittelmarkt starken Umwälzungen ausgesetzt ist, kann es sein, dass genannte Präparate nicht mehr im Handel sind oder eine andere Bezeichnung erhalten haben - bitte fragen Sie diesbezüglich bei Ihrem Apotheker nach. Sollten Sie weder Heilpraktiker, Arzt oder Apotheker sein, bedenken Sie bitte bei einer Selbstmedikation, dass hierfür ausreichende Kenntnisse der Heilkunst erforderlich sind.

◀ ZURÜCK ZUR AUSWAHL