

## VORWORT

Fruchtbarkeit war und ist ein zentrales Thema aller Kulturen, und so überrascht es kaum, dass sich in allen Kulturen Menschen, insbesondere Heilkundige mit der Frage der Fruchtbarkeit und mit Fruchtbarkeitsstörungen beschäftigt haben.

Vor diesem Hintergrund gibt es seit vielen Hundert, ja seit Tausenden von Jahren Erfahrungen in der Behandlung von ungewollt kinderlosen Paaren. Zwar war sicherlich bei der geringen Lebenserwartung früherer Generationen das Thema nie so virulent wie heute, doch lässt sich eine kulturelle Tradition quer durch alle Kontinente nachweisen.

Heute ist die Frau, wenn sie mit der Kinderwunschplanung beginnt, deutlich älter, ja sie ist mittlerweile im Schnitt sogar älter, als es der Lebenserwartung früherer Generationen entspricht. Dies wirft ganz neue Probleme auf, insbesondere hat es aber dazu geführt, dass nun das ungewollt kinderlose Paar weitaus mehr in Erscheinung tritt, als dies früher der Fall war.

Vor diesem Hintergrund hat sich die technisierte Medizin nun verstärkt der Behandlung ungewollt kinderloser Paare angenommen. Bekannt sind Verfahren wie IVF (In-vitro-Fertilisation, also Befruchtung im Glas) oder die ICSI, nämlich das Einbringen eines Samenfadens in eine Eizelle unter dem Mikroskop (bei schweren männlichen Fruchtbarkeitsstörungen).

Mittlerweile hat man viele Erfahrungen mit diesen Methoden und sie sind auch sehr effektiv, doch bei weitem nicht für alle Paare. Und: Es zeigt sich auch, dass die reine Technisierung der Fortpflanzung oft zu erheblichen Problemen für die betroffenen Paare und auch Traumatisierungen führt.

So ist es nicht verwunderlich, dass man jetzt wieder den Horizont erweitert, und offener wird, den Erfahrungsschatz früherer Generationen mit in diese Gesamtproblematik einfließen zu lassen. Gerade die traditionelle chinesische Medizin bietet diesbezüglich ein Füllhorn von Erfahrungen, doch gibt es auch in anderen Kulturkreisen in dieser Hinsicht eine sehr ernst zu nehmende Tradition.

Hier eine Synthese vorzunehmen, betroffene Paare Hand in Hand zu betreuen, das ist das Anliegen der Autorin seit vielen Jahren bzw. Jahrzehnten, und aus eigener Erfahrung kann ich sagen, dass es ihr aufs Trefflichste gelingt. Selbst in Situationen, die »aussichtslos« sind, gelingt es, durch eine integrative, ganzheitliche Medizin mit den Erfahrungen der verschiedenen Kulturkreise und unter Zuhilfenahme der modernen Techniken, noch erstaunliche Erfolge zu erzielen.

Und schon heute gibt es Situationen, in denen sich der Kreis schließt: So ist z.B. der Granatapfel bzw. sein Saft seit vielen Jahrhunderten dafür bekannt, dass er kinderlosen Paaren zu Schwangerschaften und Kindern verhilft. Als wir nun neuerlich ein Cytokin-Profiling durchführten (hier untersucht man, welche Substanzen stimulierte weiße Blut-

körperchen sezernieren, also absondern), stießen wir bei einer Patientin auf einen Befund, der uns verblüffte; die weißen Blutkörperchen waren nämlich nicht stimulierbar. Auf Nachfrage ergab sich, dass diese Patientin Granatapfelexier nimmt. Und tatsächlich konnte man diese Wirkung bis hinein in einen subtilen immungenetischen Test nachweisen und übrigens damit auch bestätigen, warum Granatapfelsaft für kinderlose Patientinnen so wunderbar wirkt und warum er übrigens auch bei Patientinnen mit chronischen Entzündungen (wie z.B. der Endometriose) seine Wirkung tut.

Hier gäbe es noch viele solche Einzelfallerfahrungen zu berichten. Doch dies soll weitestgehend dem Buch vorbehalten bleiben, welches in seiner Form ein Unikat darstellt. Ich wünsche ihm und seiner Autorin, dass es dadurch möglich wird, das hier niedergelegte Wissen möglichst weiter zu verbreiten, sehr im Sinne der betroffenen, ungewollt kinderlosen Paare.

*Prof. Dr. Dr. Wolfgang Würfel  
Kinderwunsch Centrum München  
München, im August 2009*

## EINLEITUNG

Der Weg zu meinem Wunschkind war ein langer Umweg auf vielen kleinen verschlungenen Pfaden. Sehr lange war auch mein Weg zur chinesischen Medizin. Am längsten hat es jedoch gedauert, bis ich mich selbst durch die täglichen Erfahrungen in der Praxis davon überzeugen konnte, welch tiefe Wahrheit, Weisheit und Wirkung in der chinesischen Medizin und der Gedankenwelt der alten Chinesen verborgen ist. Zu sehr war ich durch die europäische Sichtweise und das westliche Medizinstudium geprägt. Begriffe wie Qi-Energie oder Xue-Blut schienen mir zunächst aus einer Welt der Magie zu stammen. Den Anfang des roten Fadens hielt ich erstmals in Händen, als Patientinnen mit Endometriose nach der Behandlung mit chinesischer Medizin von deutlich nachlassenden Schmerzen berichteten. Als dann die ersten Patientinnen, oft nach vielen vergeblichen Behandlungen mit westlicher Reproduktionsmedizin, zu ihrer großen Überraschung schwanger wurden, hat mich die Faszination für die chinesische Medizin nicht mehr losgelassen.

Dabei war es mir immer wichtig, beide Medizinsysteme, die westliche *und* die östliche Sichtweise, zu verstehen und zu integrieren. Denn letztendlich handelt es sich nur um verschiedene Sichtweisen einer Realität, da sich beide Medizinschulen mit dem Mensch befassen und heilen oder wenigstens Schmerzen lindern wollen. Eine Integration beider Systeme kann, wie ich es in meiner Praxis täglich aufs Neue erfahre, zu deutlich höheren Geburtenraten, zu weniger Komplikationen in der Schwangerschaft, zur Kostenreduktion und zum Wohlbefinden aller Beteiligten beitragen. Die Reproduktionsmedizin stellt für mich deshalb das ideale Gebiet dar, um zu einer im wahrsten Sinne fruchtbaren Verbindung beider Medizinsysteme zu gelangen.

Hauptsächlich habe ich mich bisher mit Frauen beschäftigt, bei denen es mit der herkömmlichen künstlichen Befruchtung nicht klappte, die verzweifelt und am Boden zerstört waren und zudem unter den negativen Folgen von Hormonbehandlungen litten. Die Reproduktionsmedizin tut aus ihrer Sichtweise, was sie kann, nur stößt sie eben an die Grenzen der westlichen Medizin. Da die Reproduktionsmediziner nach Misserfolgen neue Versuche mit neuen Patienten starten können und so den Misserfolg schnell vergessen, registrieren sie meist das Ausmaß des Desasters der erfolglosen Paare nicht und bagatellisieren die negativen Folgen vielfach. Die »Verlierer in diesem Spiel« sind sich selbst, den Hausärzten und Psychotherapeuten überlassen.

Da ich selbst erlebt habe, was es heißt, sich sehnlichst ein Kind zu wünschen, was es heißt, Monat für Monat wieder neu Hoffnung aufzubauen, was es heißt, schwanger zu sein und eine Fehlgeburt zu erleiden, was es heißt, den Körper mit Hormonen zu traktieren und falschen Ärzten zu vertrauen, kann ich die Gefühle und den Schmerz aller Frauen in diesen Situationen gut nachfühlen. Deshalb habe ich einen Weg gesucht, um Frauen in der gleichen verzweifelten Lage eine ähnlich lange Reise zu verkürzen.

In diesem Buch konzentrieren sich 20 Jahre Erfahrung mit Kinderwunschpatientinnen. Geschrieben habe ich es vor allem für Frauen, die bisher erfolglos versucht haben, schwanger zu werden, für Frauen während einer medizinischen Kinderwunschbehandlung sowie für Frauen nach Fehlgeburten oder Fehlversuchen. Darüber hinaus aber auch für Frauen mit Regelschmerzen, prämenstruellen Beschwerden und Endometriose, deren Beschwerden häufig nicht ernst genommen und eher als psychisches Problem abgetan werden.

Im ersten Teil meines Buches möchte ich Sie darüber informieren, wie Unfruchtbarkeit in der westlichen Medizin definiert und behandelt wird und wie im Gegensatz dazu die traditionelle chinesische Medizin Unfruchtbarkeit versteht und angeht.

Da die Reiseberichte anderer immer am anschaulichsten sind, erzählen im zweiten Teil des Buches Frauen, die alle schon verzweifelt waren, weil sich ihr Kinderwunsch nicht erfüllte, von ihrem persönlichen Weg zu ihrem Kind. Und vielleicht kann die Lektüre des Buches mancher Frau ersparen, sich an ihrer Kinderlosigkeit selbst schuldig zu fühlen.

Im dritten Teil zur Selbsthilfe finden Sie Anregungen, sich selbst und Ihren Körper besser kennenzulernen. Die beschriebenen Selbsthilfemaßnahmen und Behandlungshinweise sind zur eigenverantwortlichen Anwendung gedacht. Jede Behandlung, *auch* in der chinesischen Medizin, setzt eine genaue Diagnose voraus. Bitte wenden Sie sich daher bei Bedarf zunächst an einen TCM-erfahrenen Arzt oder eine TCM-Therapeutin. Notwendige medizinische Diagnosen und Therapien kann dieses Buch nicht ersetzen.

Allen Patientinnen, die bereit waren, ihre Geschichte zu erzählen und allen, die mir ihr Vertrauen geschenkt haben, diesen Weg zu gehen, gilt mein herzlichster Dank.

*Dr. med. Annemarie Schweizer-Arau*