

Wie fruchtbar bin ich?

Die biologische Uhr der Frau lässt sich nicht anhalten, aber ablesen

ANDREAS GROTE

Je länger ein Paar mit dem Kinderkriegen wartet, desto schwieriger kann es für die Frau sein, schwanger zu werden. Ärzte können die Fruchtbarkeit testen.

Schweizerinnen haben es mit dem Mutterwerden immer weniger eilig. Laut amtlicher Statistik nimmt die Zahl der unter 30-jährigen Frauen, die Kinder bekommen, ständig weiter ab, gleichzeitig steigt die Anzahl der gebärenden 35-jährigen und älteren Frauen. Der Grund: Kinder werden oft so geplant, um sie mit Karriere und Familie in Einklang zu bringen. Ein heikles Unterfangen, denn die noch verbleibende fruchtbare Zeitspanne variiert stark von Frau zu Frau.

«Die Unwissenheit zu diesem Thema selbst bei Fachleuten und in den gebildeten Bevölkerungsschichten ist erschreckend und wird durch medienwirksame späte Schwangerschaften von Prominenten noch gestützt», warnt Christian De Geyter, Leiter der Abteilung für Reproduktionsmedizin der Universitätsfrauenklinik Basel. «Doch bei uns zeigt sich jeden Tag: Je länger eine Frau wartet, umso häufiger kann es zu spät sein, um noch ein Kind zu bekommen.» Mittlerweile gibt es Methoden, welche die Fruchtbarkeit gut abschätzen helfen. Fortpflanzungsmediziner setzen dabei auf eine Kombination aus der Bestimmung bestimmter Hormonkonzentrationen im Körper und eine Zählung der reifen Eizellen (Follikel) im Eierstock unter Ultraschall, der sogenannten ovariellen Reserve.

HORMON-BESTIMMUNG. Dazu nimmt der Arzt der Frau am dritten Tag des Zyklus eine Blutprobe und bestimmt darin den Spiegel der Hormone FSH und LH, die für die Follikelreifung und den Eisprung sorgen, sowie des für das Wachstum der weiblichen Geschlechtsorgane zuständigen Sexualhormons Östradiol. Mit sinkender ovarieller Reserve beziehungsweise nahenden Wechseljahren steigt der FSH-Spiegel im Blut.

«Übersteigt der FSH-Wert eine gewisse Höhe und ist die Zykluslänge bei der Frau kürzer als normal, dann ist das ein deutlicher Hinweis, dass die ovarielle Reserve dem Ende zugeht», sagt Peter Fehr, Reproduktionsmediziner in Schaffhausen. Zur Kontrolle grenzwertiger Ergeb-

nisse wird immer häufiger auch noch das Anti-Müller-Hormon (AMH) hinzugezogen, das mit sinkender ovarieller Reserve abnimmt und daher gut mit der Follikelzahl korreliert. Genauso wichtig für die Beurteilung ist jedoch die Ultraschalluntersuchung des Eierstocks und der darin liegenden, nur wenige Millimeter grossen Eibläschen, auch Follikel genannt. «Anhand der Grösse und der Follikelzahl ist deutlich zu erkennen, über welche Funktionsreserven der Eierstock noch verfügt», so Fehr.

EIER UND SPERMIIEN PRÜFEN. Idealerweise hängen zwischen fünf und zehn Follikel am linken und rechten Eierstock, bei weniger ist die Fruchtbarkeit bereits deutlich eingeschränkt. Im Ultraschall lassen sich auch andere Probleme erkennen wie Zysten oder Myome, die trotz normaler ovarieller Reserve eine Schwangerschaft verhindern.

Immerhin jedem siebten Paar bleibt aus medizinischen Gründen eine natürliche Empfängnis ganz versagt. Fehr rät daher spätestens nach einem Jahr mit ungeschütztem Geschlechtsverkehr ohne Eintritt einer Schwangerschaft der Sache auf den Grund zu gehen. Da statistisch gesehen Mann und Frau gleich häufig die Ursache für eine ausbleibende Schwangerschaft sind, gehört auch ein Spermogramm dazu, das Auskunft über Anzahl, Qualität und Beweglichkeit der Spermien gibt.

Allerdings sagt die Zahl der verbliebenen Eizellen alleine nichts aus. «Für die Beurteilung der Qualität der Eizellen kann heute nur das chronologische Alter der Frau herangezogen werden», sagt Bruno Imthurn von der Reproduktionsabteilung der Universität Zürich und Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Reproduktionsmedizin (SGRM). Denn die besten Eizellen schickt der Körper bereits ab der Pubertät durch die Periode auf die Reise durch den Eileiter zwecks Befruchtung.

Meist nach dem 35. Lebensjahr, bei manchen Frauen aber auch schon deutlich früher, tickt die biologische Uhr schneller und die Anzahl der idealen Eizellen nimmt rapide ab. «Denn im Gegensatz zu anderen Körperzellen können die Eizellen, die von der Natur schon vor der Geburt im weiblichen Fetus an-

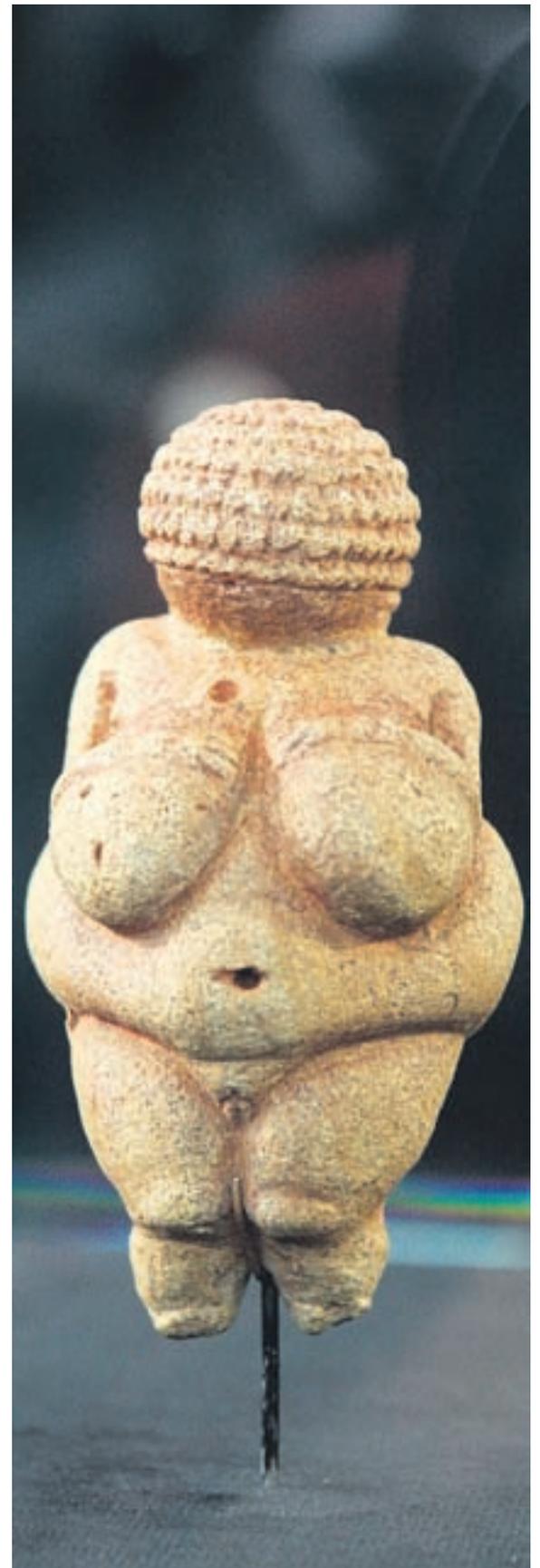
gelegt werden, sich nicht selbst reparieren», erklärt De Geyter. Mit fortschreitender Zeit bleiben also immer mehr ältere oder beschädigte Eizellen zurück, weswegen die Chance auf eine erfolgreiche Schwangerschaft deutlich sinkt und das Risiko für Fehlbildungen und Fehlgeburten durch Chromosomenfehler in den Eizellen ansteigt.

Erst alle Faktoren zusammengekommen ergeben eine Diagnose, «die am besten ein Spezialist oder eine Spezialistin in einem darauf ausgelegten Zentrum richtig interpretieren kann und die dann auch die nächsten ein bis zwei Jahre Bestand hat, sofern der Befund normal ist», sagt Fehr. Die Diagnostik wird von der Grundversicherung im Rahmen der Abklärung bei Kinderwunsch bezahlt.

Frauen, denen der Gang zum Spezialisten zu unangenehm ist, verspricht der Test «Plan Ahead» der Universität Sheffield eine anonyme Ermittlung der ovariellen Reserve. Der auch in die Schweiz lieferbare Test konzentriert sich rein auf die Labordiagnostik, die Ultraschalluntersuchung fehlt daher.

Die Frau lässt sich beim Hausarzt am dritten Zyklustag eine Blutprobe nehmen und schickt sie sofort in das Testlabor nach Grossbritannien. Dort wird nicht nur der FSH-Spiegel bestimmt, sondern auch die Konzentration von Inhibin B und Anti-Müller-Hormon (AMH) festgestellt. Nach zwei Wochen kommt das Testergebnis in Form einer Grafik. Sie zeigt, wie gross die Spanne der ovariellen Reserve bei Frauen im Alter der Testerin ist und ob ihr persönlicher Wert im Normbereich liegt. Der Test verspricht, dass dieser Fruchtbarkeitsstatus auch für die folgenden zwei Jahre gilt.

TEST UNZUREICHEND. Diese Einschätzung teilen die Experten nicht. «Aufgrund der wenigen Parameter ist das höchstens eine grobe und ungenaue Momentaufnahme, die falls grenzwertig unbedingt von einem Fachmann näher diagnostiziert werden sollte», warnt Fehr vor falscher Sicherheit und rät gerade älteren Paaren, bei denen das biologische Zeitfenster schnell kleiner wird, lieber gleich zu einer richtigen Diagnostik. Zudem kostet der Test mit 170 Franken deutlich mehr als der Besuch beim Frauenarzt.



Fruchtbarkeitssymbol. Die Venus aus dem österreichischen Willendorf ist ca. 25000 Jahre alt. Foto Keystone