

## «Spermien müssen die Eizellen selbst finden»

**Der Grund für einen unerfüllten Kinderwunsch liegt ebenso oft beim Mann wie bei der Frau. Urologin Sabine Kliesch erklärt, wie man das Problem angehen kann.**

*NZZ am Sonntag, 03.04.2016*

**NZZ am Sonntag:** *Wie häufig liegt die Ursache für unerfüllten Kinderwunsch beim Mann?*

**Sabine Kliesch:** Früher dachte man, dass die Fruchtbarkeit Sache der Frau ist. Auch heute ist es noch häufig so, dass die Frau komplett untersucht ist, bevor der Mann zum Arzt geht. Umgekehrt ist es eher selten. Dabei liegt der Grund für Infertilität genauso oft beim Mann wie bei der Frau.

*Woher weiss man, an wem es liegt?*

Die WHO definiert die Fertilitätsstörung des Mannes, wenn weniger als 15 Millionen Spermien pro Milliliter oder 39 Millionen Spermien pro Ejakulation vorliegen. Werden diese Werte unterschritten, kann das ein Hinweis darauf sein, dass auf männlicher Seite ein Fruchtbarkeitsproblem besteht. Das bedeutet aber nicht, dass dieser Mann keine Schwangerschaft auslösen kann. Sehr wichtig ist die Vorwärtsbeweglichkeit der Spermien - diese müssen die Eizellen selbst finden.

*Trotz Millionen von Spermien reicht es manchmal nicht für eine Befruchtung?*

Es kann sogar sein, dass alle Werte normal sind und die Frau trotzdem nicht schwanger wird, zum Beispiel weil Antikörper im Ejakulat sind. Normalerweise werden diese durch die Blut-Hoden-Schranke abgehalten, aber durch Entzündungen können sie diese Barriere manchmal überwinden. Wenige stören nicht, aber wenn 50 Prozent der Spermien mit Antikörpern behaftet sind, verklumpen die Samenzellen. Das ist dann ein Fertilitätshindernis.

*Was kann man dagegen tun?*

Man kann nur versuchen, die Entzündung, die dem zugrunde liegt, zu bekämpfen, zum Beispiel durch die gezielte Gabe von Antibiotika gegen die Bakterien, die in einer Samenkultur nachgewiesen wurden. Man kann auch versuchen, durch Aufreinigung des Ejakulats die Antikörper «herauszuwaschen», und das aufgereinigte Ejakulat dann für eine künstliche Befruchtung verwenden.

*Was ist die häufigste Ursache für männliche Unfruchtbarkeit?*

10 bis 15 Prozent der Betroffenen hatten einen Hodenhochstand als Kind. Die Hoden werden während der Schwangerschaft nahe der Niere des Babys gebildet und wandern in der Regel vor der Geburt in den Hodensack. Bei drei Prozent der Knaben ist mindestens ein Hoden nach der Geburt nicht dort angekommen. Im Körper ist es zu warm für den Hoden. Wenn der Hodenhochstand nicht innerhalb des ersten Lebensjahres korrigiert wird, drohen irreparable Schäden in den Spermiovorläuferzellen.

*Gibt es auch Männer, die zu wenig Testosteron im Blut haben, um ein Kind zeugen zu können?*

Zwölf Prozent aller Kinderwunschpatienten haben einen niedrigen Testosteronwert, auch wenn sie davon nichts oder nur wenig merken. Man darf kein Testosteron von aussen geben, weil der Hoden dann seine eigene Testosteronproduktion einstellt und damit auch die Spermienproduktion. Stattdessen spritzen wir entweder die fehlenden Steuerungshormone, LH und FSH, die dafür sorgen, dass Testosteron und Spermien gebildet werden. Oder wir stimulieren durch andere Medikamente, sogenannte AntiÖstrogene, die Testosteronproduktion, was nur über kurze Zeit möglich ist, da diese Präparate mehr Nebenwirkungen haben und nicht für diesen Zweck zugelassen sind.

*Ist die Psyche ein wichtiger Faktor?*

Es ist klar, dass ein enormer Druck entsteht, wenn Paare Sex nach Terminkalender haben und es trotzdem nicht klappt mit einer Schwangerschaft. Wir erleben manchmal, dass bei Paaren, die die Kinderwunschtherapie beendet haben, spontan eine Schwangerschaft eintritt. Oder wir untersuchen den Mann, finden keinen Grund für eine Infertilität - und nach dieser Diagnose wird die Frau schwanger. Wenn man dagegen sagen muss, dass etwas nicht normal funktioniert, erhöht man den psychischen Druck. Gerade wenn der unerfüllte Kinderwunsch länger besteht, ist es ratsam, psychologische Hilfe in Anspruch zu nehmen.

*Kann der Lebenswandel zu Infertilität beim Mann führen?*

Rauchen ist ein echtes Fertilitätsproblem - bei Paaren, die sich einer künstlichen Befruchtung unterziehen, ist die Chance für eine Schwangerschaft bei Rauchern um 50% schlechter als bei Nichtrauchern. Für Alkohol gibt es keine sicheren Erkenntnisse. Ich vermute aber eine negative Wirkung - indirekt, weil er das Hormonsystem stört. Auch Drogenkonsum ist schädlich.

*Selbst wenn der Drogenkonsum zehn Jahre vor dem Kinderwunsch stattfand?*

Durchaus, weil Drogen in Dosierungen verwendet werden, die extrem über dem liegen, was für den Körper normal wäre. Marihuana oder Heroin zum Beispiel führen nicht nur zu einer Schädigung des Hodens, sondern legen quasi das gesamte Hormonsystem lahm. Auch Anabolika-Missbrauch ist schädlich für die Hoden.

*Welche Rolle spielt die Ernährung?*

Eine ausgewogene Ernährung ist sicher sinnvoll, aber es gibt keine Daten, die etwa besagen, dass viel Gemüse besonders gut ist für die Spermienqualität. Bei Männern allerdings, die sehr viel Körperfett haben, ist oft der Hormonhaushalt und damit auch die Samenzellbildung gestört.

*Nahrungsergänzungsmittel-Hersteller werben offensiv damit, dass ihre Produkte die Spermienqualität verbessern - stimmt das?*

Ich rate nicht zu diesen Präparaten, denn es gibt keine Studien, die den Nutzen klar belegen. Eine ausgewogene Ernährung ist wahrscheinlich genauso gut.

*Interview: Frederik Jötten*

**Dr. Sexual Health, Ärzte für sexuelle Gesundheit**

Seestrasse 126  
Postfach 24  
CH-8810 Horgen

Telefon: +41 44 261 10 32  
Fax: +41 44 726 17 78

Internet: [www.drsh.ch](http://www.drsh.ch)  
E-Mail: [info@drsh.ch](mailto:info@drsh.ch)

Spendenkonto: Konto: 80-18122-3  
PostFinance AG IBAN: CH730900000800181223

**Beratungshotline für sexuelle Gesundheit:** Telefon: +41 44 261 03 86, jeweils montags 20.00 – 21.30h / E-Mail: [beratung@drsh.ch](mailto:beratung@drsh.ch), täglich