



TCM BLOG



Kinderwunsch und Schwangerschaft

Einführung

Die Subfertilitäts- und Unfruchtbarkeitsraten sind laut der WHO (World Health Organisation) hoch. Millionen von Paaren sind davon betroffen. Schätzungen zufolge leidet etwa jeder sechste Mensch im gebärfähigen Alter irgendwann im Leben an Unfruchtbarkeit.

Unfruchtbarkeit liegt vor, wenn über einen Zeitraum von 12 Monaten ungeschützter Geschlechtsverkehr stattfindet, ohne dass es zu einer Schwangerschaft kommt. Es gibt primäre (wenn es nie eine Schwangerschaft gab) und sekundäre Unfruchtbarkeit (wenn es mindestens eine Schwangerschaft gab). Die Arten der „Defekte“ des Fortpflanzungssystems können entweder mit den Spermien, den Eierstöcken, den Eileitern, der Gebärmutter oder dem endokrinen System zusammenhängen. Zahlreiche Faktoren beeinflussen Schwangerschaftsraten und es ist manchmal nicht möglich, alle genauen Umstände oder Anteile zu definieren.

Wann immer unsere Patientinnen schwanger werden, insbesondere wenn sie sich ernsthaft ein Kind wünschen, ist die Betreuung während der Zeit der Schwangerschaft sehr wichtig. In diesem Artikel möchten wir uns einige Kräuterrezepturen zur Behandlung der Unfruchtbarkeit bei Frauen und Männern anschauen und Schwangerschaftsrezepturen erkunden.

Als TCM-Praktiker*innen fühlen wir uns geneigt, Patientinnen sowohl bei Problemen mit der Subfertilität als auch bei schwangerschaftsbedingten Beschwerden zu helfen. Die TCM bietet in beiden Situationen eine der schonendsten Methoden mit geringen „Nebenwirkungsraten“ an. Vielleicht ist dies einer der Gründe für die grosse Zahl von TCM-„Experten“ auf diesem Gebiet. Allerdings kann leider nicht jeder Frau, die schwanger werden möchte, geholfen werden. Deshalb besteht der erste Schritt in meiner Klinik immer darin, die Risiken und Vorteile der Hilfe für unfruchtbare Paare abzuwägen. Ich glaube nicht, dass es fair ist, bei unseren Patienten (und uns selbst) unrealistische Erwartungen zu wecken. Als Jing Fang-Praktizierende „spezialisiere“ ich mich normalerweise nicht auf ein bestimmtes Gebiet, sondern konzentriere mich auf das Herstellen des Gleichgewichts von Yin und Yang. Ich gehe davon aus, dass diese Vorgehensweise bei vielen Problemen hilfreich ist.

Als Frau verspüre ich aber auch den starken Wunsch, Menschen, die gerne schwanger werden wollen und, was noch wichtiger ist, gesunde Schwangerschaften mit Lebendgeburten haben, zu helfen. Wenn ich auf einige meiner Patienten in diesem Bereich zurückblicke, besteht die Tendenz Hilfe zu leisten, wenn ein polyzystisches Ovarialsyndrom (PCOS), Endometriose oder primäre/sekundäre Dysmenorrhoe, eine niedrige Spermienzahl oder einfach ungeklärte Gründe für die fehlende Empfängnis vorliegen. Ich verwende ausschliesslich Formeln aus dem Shang Han Lun und dem Jin Gui Yao Lue. Ebenfalls tendiere ich dazu, Frauen mit Akupunktur zu unterstützen, wenn sie sich einer ART (Assisted Reproductive Technologies) wie zum Beispiel IVF (In Vitro Fertilisation) unterziehen, da ihre „Fruchtbarkeitsspezialisten“ oft nicht möchten, dass sie etwas anderes als die von ihnen verschriebenen Medikamente einnehmen. Dies ist zumindest hier in Australien der Fall.

Die folgende Tabelle stammt von Xu et al. (Anwendung der traditionellen chinesischen Medizin bei der Behandlung von Unfruchtbarkeit, 2003), die ich erweitert habe, um sie mit einem klassischen Formelstrukturvorschlag zur Behandlung weiblicher Unfruchtbarkeitsmuster abzugleichen:

TCM-Muster	Westliche Diagnose	Manifestationen	Zunge	Puls	Formel
Nieren-Yin-Mangel	Anovulation Immunologische Unfruchtbarkeit Lutealphasen-defekt	Malarrötung, Schweissausbrüche, Schlaflosigkeit, trockener Hals, leichtes Fieber	Rot, geschält, rissig	Schwebend, schnell, leer	Shen Qi Wan
Nieren-Yang-Mangel	Amenorrhoe	Kalte Knie, schwache Beine, Apathie, Appetitlosigkeit	Blass, geschwollen	Tief, schwach, feucht	Zhen Wu Tang
Leberblut-Mangel	Syndrom der polyzystischen Eierstöcke	Schwindel, verschwommenes Sehen, blasse Lippen, Muskelkrämpfe, brüchige Nägel	Blasser Körper, trocken	Abgehackt, fein	Dang Gui Jian Zhong Tang
Leberblut Stagnation	Endometriose	Schmerzhafte Perioden, dunkles und geronnenes Blut, Bauchschmerzen und Massen	Lila Körper, Flecken	Drahtig	Gui Zhi Fu Ling Wan Wen Jing Tang
Feuchte Hitze in der Leber	Genitalinfektion Tubenfaktor-Unfruchtbarkeit	Fieber, Gelbsucht, bitterer Geschmack, Übelkeit, Erbrechen, Blähungen, Vaginalausfluss	Roter Körper, klebriger gelber Belag	Rutschig, drahtig, schnell	Huang Qin Tang
Leber-Qi-Stagnation	Prämenstruelles Syndrom (PMS)	Depression, Seufzen, Stimmungsschwankungen, schmerzhafte Perioden, Schmerzhafte Brüste	Normal	Drahtig	Si Ni San Xiao Chai Hu Tang

Kalte Stagnation des Lebermeridians	sexuelle Erregungsstörung	Völlegefühl und Schmerzen in der Blase	Blass, nass mit weissem Belag	Drahtig, tief, langsam	Wu Zhu Yu Tang
Milz-Qi Mangel	Dysfunktionale Uterusblutung Uterusmyome	Appetitlosigkeit, Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Blut im Urin, übermässiger Menstruationsfluss	Blass oder quer verlaufende Risse an den Seiten	Fein	Huang Qi Jian Zhong Tang Li Zhong Wan

Die folgende Tabelle stammt von Xu et al. (2003), die ich erweitert habe, um sie mit einem klassischen Formelstrukturvorschlag zur Behandlung *männlicher* Unfruchtbarkeit abzugleichen:

TCM-Muster	Westliche Diagnose	Manifestationen	Zunge	Puls	Formel
Nieren-essenz Mangel	Impotenz Anomalien des Samenplasmas	Schlechtes Gedächtnis, lockere Zähne, Haarausfall, Schwäche der Knie und Beine Sexuelle Dysfunktion	Rot, geschält	Schwimmend, leer, ledrig	Tian Xiong San
Nieren-Qi Mangel	Azoospermie (Fehlen von Spermien beim Ejakulieren) Oligozoospermie (geringe Spermienzahl im Ejakulat) Asthenozoospermie (verminderte Spermienmotilität) Teratozoospermie (abnormale Morphologie der Spermien)	Schmerzen und Schwäche im Lendenbereich, Harninkontinenz, Enuresis, nächtliches Wasserlassen	Blass mit weissem Belag	Schwach oder fadenförmig	Zhen Wu Tang Shen Qi Wan
Leber-Blut stagnation	Varicocoele	Schmerzhafte oder unregelmässige Bauchschmerzen „Masse“ im Bauch	Lila Körper, Flecken	Drahtig	Fu Ling Gan Cao Tang Gui Zhi Fu Ling Wan Dang Gui Si Ni Tang

Feuchte Hitze	Infektion der Nebendrüse Immunologische Unfruchtbarkeit	Schwellung und Krämpfe im Damm und Unterbauch, Durst, bitterer Geschmack im Mund	Rot mit gelbem, fettigem Belag	Fadenförmiger und glitschig	Huang Qin Tang
---------------	--	--	--------------------------------	-----------------------------	--------------------------------

Ich betreue auch viele Frauen in der Schwangerschaft. Meine Faustregel ist, dass ich sie bis Woche 36 oder 37 einmal im Monat sehe. Wenn ihre Schwangerschaft gut verläuft, werde ich sie mit Akupunktur behandeln. Sollte es jedoch zu Problemen kommen, verschreibe ich auch Kräuter. Anfangs hatte ich nicht das Selbstvertrauen, schwangere Frauen mit Kräutern zu behandeln, aber da ich die letzten 10 Jahre mit der Verwendung und Anwendung klassischer Formeln verbracht habe, verschreibe ich mit der Einwilligung der Patientin nun auch Kräuter in der Schwangerschaft.

Wussten Sie, dass Kapitel 20 im Jin Gui Yao Lue ein ganzes Kapitel gibt, das den Problemen während der Schwangerschaft gewidmet ist? Diese Formeln funktionierten mindestens zwei Jahrtausende lang und ich nutze ihre Grundstruktur (nicht alle Kräuter sind immer verfügbar) und passte sie individuell an. Ich empfehle Frauen ausserdem, ab der 36. oder 37. Woche regelmässig wöchentliche Akupunktursitzungen zur Vorbereitung auf die Geburt durchzuführen. Das bedeutet, in dieser Zeit verwende ich Akupunkturpunkte, die während der Schwangerschaft verboten sind. Aber natürlich immer mit der Situation und der Konstitution der Patientin im Einklang.

Gängige Formeln von Jin Gui Yao Lue, die ich während der Schwangerschaft verwenden würde, sind:

Formel	Kapitel, Zeile und Referenz
Bai Zhu San	JG 20.10: Für die Ernährung des Fötus während der Schwangerschaft ist Bai Zhu San massgeblich. Bei toxischen Schmerzen unter dem Herzen kann Chuan Xiong um das Doppelte erhöht werden.
Dang Gui Bei Mu Ku Shen Wan	JG 20.7: Bei Schwierigkeiten beim Wasserlassen während der Schwangerschaft und bei normaler Nahrungs- und Wasseraufnahme gilt Dang Gui Ku Shen Wan.
Dang Gui San	JG 20.9: Für schwangere Frauen ist die häufige Einnahme von Dang Gui San angezeigt.
Dang Gui Shao Yao San	JG 22.17: Für alle Arten von Bauchschmerzen bei Frauen gilt Dang Gui Shao Yao San.

	JG 20.5: Für schwangere Frauen mit drehenden, dumpfen Schmerzen im Unterleib gilt Dang Gui Shao Yao San.
Gui Zhi Fu Ling Wan	JG 20.2: Bei Frauen, bei denen bereits eine Massenerkrankung vorliegt und die Unterbrechung der Periode noch keine drei Monate erreicht hat und bei denen es danach zu einem unaufhörlichen Ausfluss kommt, mit Bewegungen des Fötus oberhalb des Nabels, liegt eine Schädigung vor. Wenn es in der Schwangerschaft im sechsten Monat zu Unruhen kommt und die drei Monate vor der Schwangerschaft ungehemmt waren, dann ist dies der Fötus. Kommt es zu Blutungen, nachdem die Menstruation drei Monate lang aufgehört hat, ist das auf schlechtes Blut zurückzuführen. Der Grund dafür, dass die Blutung nicht aufhört, liegt darin, dass die Masse nicht austritt. Denn man sollte die Masse säubern, und Gui Zhi Fu Ling Wan regiert.

Selbst im Fall einer unerklärlichen Unterfruchtbarkeit (eigentlich sind sie gesund und müssten empfangen können), gelingt es uns nicht immer, diesen Frauen zu einer Schwangerschaft zu verhelfen. Es ist herzerreissend, dass es vor allem in diesen Fällen, in denen alles perfekt zu sein scheint, nicht zu einer Empfängnis kommt. Es fällt uns als Therapeuten schwer zuzugeben, dass unsere Behandlungen in dieser Hinsicht nicht erfolgreich waren. Noch schwieriger ist es für Frauen, die verzweifelt eine Familie gründen oder ein weiteres Kind bekommen wollen und ihren Wunsch nicht erfüllen können. Manchmal passieren Dinge nicht so, wie wir es uns wünschen oder erwarten. Es ist heilsam und vielleicht ein Vorteil, diese Sicht auf das Leben einzunehmen.

Referenzen:

Xu X, Yin H, Tang D, Zhang L, Gosden RG. Application of traditional Chinese medicine in the treatment of infertility. *Human Fertility* 2003; 6(4): 161-8.

Wiseman N, Willms S, Ye F. Jin Gui Yao Lue-essential prescriptions of the golden coffer. *Summer: Paradigm Publications* 2009