

Fruchtbarkeit

Bis zu 15 - 20 % aller Paare haben Probleme, sich ihren Kinderwunsch zu erfüllen.

Die höchste natürliche Fertilität (Fruchtbarkeit) der Frau liegt im Alter zwischen dem 15. und 25. Lebensjahr und nimmt danach kontinuierlich ab. Mit dem Eintritt in die Wechseljahre endet die natürliche Fruchtbarkeit.

Die natürliche Fruchtbarkeit des Mannes nimmt ab dem 40. Lebensjahr langsam beginnend ab – sie kann jedoch in Einzelfällen bis ins hohe Alter bestehen bleiben.

Von Sterilität ist jedoch erst die Rede, wenn bei regelmäßigem Geschlechtsverkehr zweimal wöchentlich innerhalb von ein bis zwei Jahren keine Schwangerschaft eintritt.



Natürliche Fruchtbarkeitsminderung

Die natürliche Fruchtbarkeit eines Paares bzw. der Frau wirkt sich unmittelbar auf die Schwangerschaftswahrscheinlichkeit aus.

Die sogenannte Schwangerschaftserwartung ist primär abhängig vom Alter der Oozyten (Eizellen) und nicht von der endokrinen (hormonellen) Funktionsfähigkeit des Ovars (Eierstock).

Auch die männliche Fruchtbarkeit kann mit Zunahme des Alters durch Verringerung der Spermienqualität und durch Absinken der Testosteronkonzentration im Blut abnehmen.

Die natürliche Fruchtbarkeitsminderung wird in erster Linie durch das Lebensalter der Frau und den damit verbundenen Veränderungen im weiblichen Organismus bestimmt.

Schwangerschaftserwartung

Die normale Schwangerschaftserwartung für ein gesundes junges (zwischen dem 20. und 30. Lebensjahr) Paar beträgt 20 % pro weiblichen Zyklus. Das bedeutet, dass im Verlauf von fünf bis sechs Zyklen im Durchschnitt eine Schwangerschaft eintritt, vorausgesetzt das Paar hat regelmäßigen Geschlechtsverkehr.

Allerdings nimmt die natürliche Fruchtbarkeit der Frau bereits ab dem 2. Lebensjahrzehnt ab. Die Chance auf den Eintritt einer Schwangerschaft einer Frau im Alter von 35 bis 39 Jahren ist nur halb so groß wie die einer 19- bis 26-jährigen Frau.

Dies ist auf zwei wesentliche Aspekte zurückzuführen:

1. **Abnahme der Menge an verfügbaren Oozyten (Eizellen)** – Die Anzahl der verfügbaren Eizellen der Frau wird während der frühen embryonalen Entwicklung festgelegt. Dabei handelt es sich um etwa eine Million Eizellen, von denen in jedem Zyklus eine Eizelle heranreift und durch die Ovulation (Eisprung) eine Schwangerschaft ermöglicht. Allerdings gehen während der Follikelreifung (Eizellreifung) mehrere Eizellen zugrunde, sodass sich die Anzahl der verfügbaren Zellen mit jedem Zyklus verringert. Dadurch vermindert sich mit zunehmendem Alter auch die Schwangerschaftserwartung.

2. **Alterungsprozess der Oozyten (Eizellen)** – Wie jede Körperzelle altern auch die Oozyten. Dies kann unter Umständen zu einer Veränderung bzw. Schädigung der Chromosomen (Erbgut) führen. Somit müssen mehr Eizellen heranreifen bis sich eine gesunde Zelle in den Uterus (Gebärmutter) einnisten kann. Somit verringert sich Schwangerschaftswahrscheinlichkeit mit steigendem Alter auf natürliche Weise.