

# Zeugungsunfähig: „Warum ich?“

**Diagnose.** Die Zahl der unfruchtbaren Männer steigt stetig. Autor Benedikt Schwan holt das Thema aus der Tabuzone

VON MARLENE PATSALIDIS

Über seine Fruchtbarkeit hat sich Benedikt Schwan nie Gedanken gemacht. Bis er im Dezember 2016 die Diagnose „Azoospermie“ erhielt. „Als der Arzt ausgesprochen hat, dass ich zeugungsunfähig bin, hat mich der Schlag getroffen“, erinnert sich der heute 44-Jährige. „Ich konnte es nicht fassen“. Doch die Lage war eindeutig: „Meine Frau war vollkommen fruchtbar. Ich dachte nur ‚Warum ich?‘“

Hinter dem eigenwilligen Begriff „Azoospermie“ verbirgt sich das Fehlen von Spermien im Ejakulat. „Ursachen dafür sind eine fehlende oder mangelhafte Spermienproduktion oder ein Problem beim Transport dieser aus dem Hoden“, erklärt Andreas Obruca, Leiter des Kinderwunschzentrums an der Wien. „Beispielsweise wegen eines verschlossenen oder genetisch nicht angelegten Samenleiters. Häufiger ist es aber so, dass im Hoden zu wenig Spermien produziert werden.“ Azoospermie ist behandel- bzw. umkehrbar, indem ein verschlossener Samenleiter chirurgisch geöffnet wird – wobei das laut Obruca oft nicht zum gewünschten Ergebnis führt – oder Spermien direkt als stecknadelgroße Gewebeprobe aus dem Hoden entnommen werden.

Für Benedikt Schwan und seine Frau kam das letztlich nicht infrage. „Der Folgeprozess der künstlichen Befruchtung wäre für meine Frau strapaziös gewesen. Wir haben uns gemeinsam dagegen entschieden“, erzählt der Journalist und Autor, der seine Geschichte in seinem neuen Buch „Ohnekind“ niedergeschrieben hat. Dass das Buch auch ein Bewältigungsversuch ist, bestreitet Schwan nicht: „Ich wollte einen Weg finden, mit der Situation klarzukommen.“ Dabei habe er schnell festgestellt, „dass ich nicht der Einzige bin, der darunter leidet“.

Tatsächlich können immer mehr Männer keine Kin-



Mit steigendem Alter sinkt die Samenqualität beim Mann, die Anzahl der Spermien im Ejakulat kann schwinden

der zeugen. „Aus Studien wissen wir, dass die männliche Fruchtbarkeit in den vergangenen 50 Jahren abgenommen hat“, beschreibt Obruca. So sei etwa die Beweglichkeit und Anzahl der Spermien im Schnitt gesunken. Verantwortlich dafür sei eine Vielzahl an Faktoren: „Genetische beziehungsweise organische Störungen werden von äußeren Einflüssen wie Rauchen,

Schlafmangel, Stress, Ernährung und diversen Umweltbelastungen verstärkt.“

## Bedrohte Männlichkeit

Gesprochen wird darüber kaum. Ein Umstand, der primär der Tatsache geschuldet ist, dass der Grund für den unerfüllten Kinderwunsch noch immer zuerst bei der Frau gesucht wird. Kinder zu zeugen, die eigene Fruchtbar-

keit und Potenz – für viele Männer manifestiert sich darin der Inbegriff von Männlichkeit. Offenbaren sich hier Defizite, ist eine Krise nicht weit. „Das ist ein weiterer Grund, warum Unfruchtbarkeit ein derartiges Tabuthema ist“, weiß Schwan. „Männer verschließen lieber die Augen, statt sich zu konfrontieren.“ Jüngere Männer seien mutiger, betont er, mit sei-

nem Buch wolle er zeigen, „dass kein Mann leise vor sich hin leiden muss“.

Wie Schwan und seine Ehefrau treten viele Paare den Gang in eine Kinderwunschambulanz an, wenn es auf natürlichem Weg nicht klappt. Die Reproduktionsmedizin ist hilfreich, aber auch kostenintensiv und emotional aufreibend. „Der Bedarf wird immer größer, weil

## Babywunsch

### Zeitfenster

Wer bei regelmäßigem Geschlechtsverkehr ein Jahr lang nicht verhütet, sollte schwanger werden. So definiert die WHO den Regelfall

### 35

Jahre sind Männer bei der Geburt von ehelich Lebendgeborenen im Schnitt alt. 2006 lag das Durchschnittsalter noch bei 34 Jahren

### 35

Prozent aller Unfruchtbarkeitsfälle bei Paaren sind auf den Mann zurückzuführen. In 45 Prozent der Fälle liegt die Ursache bei der Frau, in 20 Prozent bei beiden

### Risikofaktoren

Dänische Langzeitstudien haben gezeigt, dass die Spermienqualität im Laufe der vergangenen 10 Jahre merklich abgenommen hat. Rauchen, Übergewicht und Kunststoffrückstände in Nahrungsmitteln setzen Spermien zu



Benedikt Schwan ist Journalist und Autor, er lebt in München

viele zu spät mit dem Kinderkriegen anfangen“, sagt Schwan. „Auch wir haben zugewartet. Heute ist es ungewöhnlich, in den 20ern Kinder zu bekommen, obwohl das die fruchtbarste Phase ist. Als wir bereit waren, hat es nicht funktioniert.“

### Beziehungsprobe

In Partnerschaften kann der unerfüllte Traum vom Kinderkriegen zur handfesten Krise, nicht selten gar zum Trennungsgrund werden. „Das ist sicher eine der größten Ängste für Männer – und auch Frauen“, sagt Schwan, „weil ein so wichtiger Wunsch in der Beziehung nicht Realität werden kann. Ich würde aus Erfahrung dazu raten, sich psychologische Unterstützung zu holen“.

Schwan und seine Frau sind seit fast 20 Jahren zusammen. Dass sie keine leiblichen Kinder bekommen werden, hat sie enger zusammenschweißt. „Der Zug für ein eigenes Baby ist abgefahren“, sagt Schwan. Ob er dennoch irgendwann in die Vaterrolle schlüpfen wird, lässt er offen: „Fremdsperma kommt für uns nicht infrage, an eine Adoption müssten wir uns rantasten. Wir informieren uns derzeit und überlegen, ob wir ein Pflegekind aufnehmen.“

### Benedikt Schwan:

„Ohnekind – Männlich, Kinderwunsch, steril“ Heyne. 190 Seiten. 20,60 Euro



## Ist Honig effektiver als ein Antibiotikum?

Britische Forscher kamen zu dem Schluss, dass das Naturprodukt Husten verringert

**Neue Erkenntnisse.** Ob in warmer Milch als Einschlafhilfe oder gegen Kratzen im Hals: Die positiven Eigenschaften von Honig als Hausmittel sind schon lange bekannt.

„Er verfügt über eine antimikrobielle, also Bakterien abtötende Wirkung“, sagt Artur Wechselberger, Allgemeinmediziner in Innsbruck und Präsident der Tiroler Ärztekammer. Nun zeigen Forscher der Oxford University Medical School, dass das Naturprodukt bei Erkältungskrankheiten sogar besser als gängige Behandlungen wirkt – noch effektiver als Antibiotika.

Für seine Übersichtsarbeit verglich das Team 14 Studien mit insgesamt mehr

als 1.800 Teilnehmern, die sich mit dem Thema Honig und Erkrankungen der oberen Atemwege befassten. Sie wurde im Fachjournal *BMJ Evidence-Based Medicine* veröffentlicht. In einem Großteil der Studien waren Kinder beteiligt, doch einige untersuchten auch die Auswirkungen auf Erwachsene.

Die Ergebnisse zeigten, dass Honig effektiver wirkte als gängige Behandlungen. Insbesondere die Häufigkeit von Husten verringerte sich durch das Naturprodukt.

Dem stimmt Allgemeinmediziner Wechselberger gerade bei Kindern zu. „Hier sollte man immer zuerst zu Hausmitteln greifen. Honig ist etwa bei Halskratzen,

Reizhusten oder rauem Hals eine erste Behandlungsmöglichkeit.“

### Nicht standardisiert

Für die britischen Forscher spricht noch mehr für den Honig: Er sei nicht nur effektiver, sondern auch weniger schädlich als manche Medikamente. Honig sei ein bei den Patienten gut bekanntes Heilmittel, das leicht Abhilfe bei Beschwerden schaffen kann. „Er ist billig, leicht erhältlich und die schädlichen Auswirkungen sind begrenzt.“

Allgemeinmediziner Wechselberger rät dennoch zur Vorsicht. „Honig ist ein Naturprodukt ohne eine standardisierte Zusammenset-

zung.“ Im Gegensatz zu einer Substanz, die im wissenschaftlich üblichen Prozedere aufgrund ihrer Wirksamkeit als Arznei zugelassen wurde, fehle dieser Nachweis jedoch. „Das macht die Betrachtung als Medizin schwierig.“ Beim Einsatz in der Wundheilung (medizinischer Honig) sei die Datenlage allerdings anders.

Die Studie könnte dazu beitragen, unnötige Antibiotika-Verschreibungen zu reduzieren, hoffen die Oxford-Wissenschaftler in ihrer Untersuchung. Ebenso würden Antibiotika-Resistenzen vermieden, die durch zu häufige Verwendung zunehmen. Honig könnte demzufolge eine sichere Alternative zur Behandlung darstellen. Wech-



Honig als Heilmittel: Die Häufigkeit von Husten verringerte sich

selberger betont, dass der Einsatz von Antibiotika „wirklich eine klare Diagnose“ verlange. „Antibiotika ist nicht in jedem Fall angebracht. Aber

manchmal sind die Möglichkeiten einer Selbstbehandlung erschöpft. Dann muss man entsprechend behandeln.“