



Zyklusmonitoring bei Kinderwunsch

Mit dem Zyklusmonitoring untersuchen wir Ihren natürlichen Zyklus, um den Eisprung, Ihre Hormonsituation und den optimalen Zeitpunkt für eine Schwangerschaft zu bestimmen.

1. Blutabnahme zu Beginn des Zyklus

Bitte kommen Sie zwischen dem 3. und 5. Zyklustag ohne Termin zur Blutabnahme in unsere Praxis. Dabei untersuchen wir wichtige Hormone, die für die Funktion der Eierstöcke und die Reifung der Eizellen verantwortlich sind.

Wichtig:

Der erste Tag Ihrer Regelblutung zählt als Zyklustag 1.

2. Ultraschall zur Kontrolle der Eizellreifung

Bitte vereinbaren Sie am ersten Zyklustag einen Termin bei Ihrer betreuenden Frauenärztin (wenn möglich) für einen Ultraschall zwischen dem 10. und 12. Zyklustag.

Bei diesem sogenannten Follikelmonitoring wird überprüft:

- ob sich ein Eibläschen (Follikel) ausreichend entwickelt
- ob ein Eisprung zu erwarten ist

So kann der Zeitpunkt mit der höchsten Wahrscheinlichkeit für eine Schwangerschaft bestimmt werden.

3. Zweite Blutuntersuchung (Gelbkörperphase)

Je nach Zyklusverlauf empfiehlt Ihre Frauenärztin eine zweite Blutabnahme.

Diese sollte etwa 7 Tage nach dem vermuteten Eisprung erfolgen.

Bei einem regelmäßigen 28-Tage-Zyklus ist dies meist etwa am 21.–23. Zyklustag.

Diese Untersuchung dient dazu, die Hormone der zweiten Zyklushälfte zu kontrollieren, die für eine erfolgreiche Einnistung der Schwangerschaft wichtig sind.

4. Untersuchung des Partners

Falls noch nicht erfolgt, sollte Ihr Partner zusätzlich ein **Spermiogramm beim Urologen** durchführen lassen.

Damit kann festgestellt werden, ob die **Qualität der Spermien** für eine Schwangerschaft ausreichend ist.

Empfohlene Unterstützung bei Kinderwunsch

Folsäure 400–800 µg täglich – reduziert das Risiko für Neuralrohrdefekte.

Jod 150 µg täglich – unterstützt die Schilddrüsenfunktion.

Coenzym Q10 100 mg täglich – unterstützt den Energiestoffwechsel und die Eizellen