

## Stress-Free IVF

Neueste Studien konnten zeigen, dass Stress im Alltag die Zeitspanne bis zum erfolgreichen Einsetzen einer natürlichen Schwangerschaft verlängert. Zudem kann es bei starkem Untergewicht zu Menstruationsstörungen kommen. Richtig ist, dass bei nur 5 % der Paare eine echte psychogene Sterilität besteht, die durch vorsätzlich oder unterbewusst kontraproduktive Verhaltensweisen der betroffenen Paare geprägt ist.

Frauen berichten, in bis zu 48 % der Fälle, dass die ungewollte Kinderlosigkeit die «schlimmste Krise in ihrem bisherigen Leben» sei. Studien belegen, dass die Intensität der seelischen Belastung betroffener Paare gleichzusetzen ist mit dem Verlust eines Angehörigen oder einer schwerwiegenden Erkrankung wie z. B. HIV/ Krebs.

In systematischen Untersuchungen wiesen lediglich chronische Schmerz-Patienten grössere Belastungswerte und mehr Anzeichen für eine reaktive Depressivität auf. Entgegen der häufigen Vermutung, dass die Hormontherapie die Hauptbelastung im Rahmen der IVF darstellt, ist mittlerweile eindeutig geklärt, dass die Kombination aus hohen Erwartungen an eine Behandlung, Angst vor dem Therapieversagen, der finanzielle und zeitliche Aufwand zunächst mit jedem erfolglosen IVF-Zyklus zu einer steigenden seelischen Belastung führt.

Dies resultiert gemäss Studien aus anderen Ländern unter Umständen sogar darin, dass bis zu einem Drittel der Patientinnen die IVF-Behandlungen erfolglos abbrechen, obwohl ihre Krankenversicherung (anders als in der Schweiz) weitere erfolgversprechende Behandlungszyklen rückvergüten würde.

Bei Befragungen geben die Patientinnen stets als Hauptgrund für einen vorzeitigen Therapieabbruch die enorme psychische Belastung an, unter der sie während der Behandlung standen.

Unisono wird die Wartezeit auf das Resultat (Schwangerschaftstest) nach IVF-Embryotransfer als belastender als alle medizinischen Eingriffe (inkl. möglicher Laparoskopien) angegeben.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass der Stress einer Behandlung enorm belastend sein und mitunter depressive Episoden auslösen kann.

Im 360° Kinderwunsch Zentrum Zürich bieten wir daher ein sorgfältig aufeinander abgestimmtes Programm zur Stressreduktion im Rahmen der Sterilitätstherapie an. Die Verzahnung von reproduktionsmedizinischen Massnahmen mit einer psychosomatischen Betreuung, einem Coaching durch eine unabhängige medizinische Fachperson (Kinderwunsch-Coach) sowie die ergänzende Betreuung von TCM und Fertility-Yoga führen dazu, dass Sie sich auch in herausfordernden Zeiten stets bestens aufgehoben und umfangreich betreut fühlen.