

Embryotransfer

Der Transfer der Embryonen in die Gebärmutter erfolgt mit einem dünnen und weichen Katheter direkt durch den Muttermund in die Gebärmutterhöhle. Um den Katheter möglichst optimal zu platzieren wird der Transfer meistens unter Ultraschallkontrolle durchgeführt. Der Transfer ist für die Patientin völlig schmerzlos und wird ambulant durchgeführt. Jetzt müssen sich die Embryonen in der Gebärmutterschleimhaut einnisten.

Was Sie zum Erfolg der Behandlung beitragen können:

Tun sie sich viel Gutes!

Einen wichtigen Einfluss auf den Hormonhaushalt hat der Stoffwechsel. Insbesondere starkes Über- oder Untergewicht sollten Sie vermeiden. Ernähren Sie sich Eiweiß- und Vitaminhaltig. Viel frisches Obst und Gemüse, mageres Fleisch oder Fisch, verteilt über mehrere kleine Mahlzeiten am Tag sind empfehlenswert.

Gönnen Sie sich den Schlaf den Sie brauchen. Vor allem unter der Hormonstimulation kann das Schlafbedürfnis ansteigen.

Gehen Sie an die frische Luft und treiben Sie Sport. Mäßig, aber regelmäßig.

Alkohol sollten Sie nur in kleinen Mengen zu sich nehmen. Rauchen beeinflusst die Kinderwunschbehandlung erwiesenermaßen negativ. Reduzieren Sie Ihren Nikotinkonsum oder hören Sie besser ganz auf. Das gilt auch für den Partner!

Im Gegensatz zur häufig geäußerten Vorstellung verbessert eine starke Schonung (z.B. Bettruhe nach dem Transfer) die Chancen auf eine Schwangerschaft nicht!