

Stress erschwert das Schwangerwerden. Wahr oder falsch? Unser Info-Truck auf Deutschlandtour – komm vorbei und stell Deine Frage!

MedWiss - In der Kinderwunschzeit tauchen viele Fragen auf, auf die Du nicht immer zuverlässige Antworten findest. Vielleicht fällt Dir auch das Reden darüber schwer. Bei uns kannst Du alle Fragen rund ums Schwangerwerden loswerden: Unser Truck geht auf Deutschlandtour. Die Stationen und viele wichtige Infos findest Du hier.

Die Kinderwunschzeit ist eine aufregende Zeit, die für viele Paare mit einigen Höhen und Tiefen einhergeht. Vielleicht kannst Du das aus Deiner Erfahrung heraus bestätigen: Hoffnung und Vorfreude wechseln mit Angst, Wut und Verzweiflung. Für viele in bisher nicht gekanntem Umfang. Darüber zu reden fällt Dir schwer und viele Fragen bleiben offen. Medizinische und emotionale Betreuung sowie zuverlässige Informationen können Dir den Weg durch die Kinderwunschzeit erleichtern.

Mythos oder Fakt: Stress erschwert das Schwangerwerden

Ein Mythos: Viele empfinden die Kinderwunschzeit als psychisch belastend. Der Druck steigt noch mehr, wenn Du annimmst, dass Stress das Schwangerwerden erschwert. Hier können wir Dich beruhigen: Bisher gibt es keine klare wissenschaftliche Grundlage für die Annahme, dass Stress das Schwangerwerden erschwert.

Andererseits kommen Paare besser durch die Kinderwunschzeit, wenn sie mental ausgeglichen sind, weil sie sich beispielsweise psychologische Unterstützung geholt haben: Sie haben einen geringeren Stresslevel, eine bessere Paarbeziehung, sie brechen die Kinderwunschbehandlung seltener ab und können mit negativen Behandlungsergebnissen besser umgehen.

Kampagne Gemeinsam Familien gründen

Einen Partner bzw. eine Partnerin finden, eine Familie gründen und gemeinsam Kinder haben. Gehörst Du zu den fast 90 % der Frauen und Männer in Deutschland, die sich genau das wünschen? Doch was, wenn das Wunschkind auf sich warten lässt? Ein unerfüllter Kinderwunsch ist noch immer ein Tabuthema. Schlimmer noch: Viele fühlen sich isoliert und empfinden ihre Kinderlosigkeit sogar als Makel.

Höchste Zeit, dass wir darüber reden – und mit Mythen über das Schwangerwerden aufräumen, seriöse Infos bereitstellen und die Betroffenen sensibel begleiten. Das sind die Ziele der Kampagne „Gemeinsam Familien gründen“. Komm vorbei und mach Dir selbst ein Bild.

Stell Deine Frage: Unser Truck auf Deutschlandtour

Komm vorbei, wenn unser Truck „Gemeinsam Familien gründen“ bei Dir in der Nähe Station macht. Mehrmals am Tag läuft ein 5-minütiger Kurzvortrag rund um Schwangerwerden, Wunschkind und Fruchtbarkeit. Für Deine ganz persönlichen Fragen rund um Kinderwunsch und Schwangerwerden

ist immer eine Expert*in für emotionale Unterstützung in der Kinderwunschzeit vor Ort. Tabuthemen gibt es bei uns nicht.

Stationen und Termine:

27.05.2022, Düsseldorf: 11:00 bis 18:00 Uhr, Info-Truck an den Düsseldorf Arcaden, Friedrichstraße 133, 40217 Düsseldorf

02.06.2022, Stuttgart: 11:00 bis 18:00 Uhr, Info-Truck am Pariser Platz, 70173 Stuttgart

10.06.2022, Berlin: 11.00 bis 18.00 Uhr, Info-Truck am A10 Center Wildau, Chausseestraße 1, 15745 Wildau

17.06.2022, München: 11.00 bis 20.00 Uhr, Info-Truck am MAC Forum, Terminalstraße Terminal 1/2, 85356 München-Flughafen

25.06.2022, Frankfurt: 11:00 bis 18:00 Uhr, Info-Truck an der Bockenheimer Warte, 60325 Frankfurt

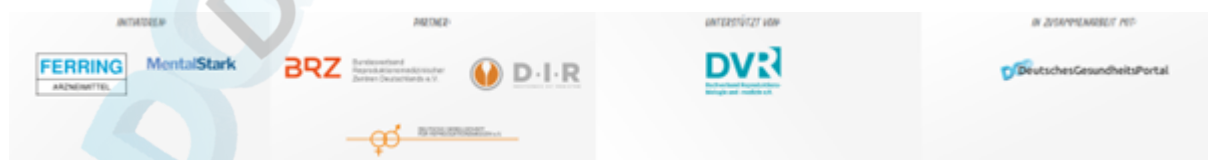
01.07.2022, Hamburg: wird noch bekannt gegeben

Wenn Du nicht vorbeikommen kannst, findest Du wichtige Infos und Angebote für Betreuung und Begleitung auf: www.familien-gruenden.de

Initiatoren, Partner und Unterstützer

Die Initiatoren der Kampagne „Gemeinsam Familien gründen“, Ferring und MentalStark, sowie die Partner und Unterstützer verfolgen das gemeinsame Ziel, ungewollte Kinderlosigkeit zu enttabuisieren, die Situation für betroffene Paare erleichtern und einen verständnisvollen Umgang mit ungewollter Kinderlosigkeit fördern.

Alle Beteiligten haben mit ihrem Spezialwissen zu diesem umfassenden Informationsangebot beigetragen. Das Unternehmen Ferring unterstützt als einer der Hauptinitiatoren diese Kampagne finanziell, nimmt jedoch keinerlei inhaltlichen Einfluss auf die von den Partnern bereitgestellten Informationen und Aktivitäten.



Referenzen:

Trolice MP. Linking stress and infertility-more than a chicken and egg conundrum. J Assist Reprod Genet. 2021 Apr;38(4):873-875. doi: 10.1007/s10815-021-02145-w. Epub 2021 Mar 15. PMID: 33723749; PMCID: PMC7959297.

Paraskevi L, Antigoni S, Kleanthi G. Stress and anxiety levels in couples [who](#) undergo fertility treatment: a review of systematic reviews. Mater Sociomed 2021; 33 (1): 60-64.

[AWMF](#). Psychosomatisch orientierte [Diagnostik](#) und Therapie bei Fertilitätsstörungen, Stand:

DCG DeutschesGesundheitsPortal

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“