

Immer öfter beschäftigt mich die folgende Frage:

Passt der Kinderwunsch in einen stressigen Alltag hinein?

Immer wieder stelle ich in meinem Praxisalltag fest, dass Paare zu mir in die Bonner Kinderwunschpraxis kommen, die einen starken Kinderwunsch haben, aber totalen Stress.

Die Partnerschaft wird dominiert vom Beruf, die Grundstimmung ist angespannt, kränklich, ängstlich, labil oder latent zornig.

Das Haus muss abbezahlt werden, die Firma geführt werden, das Mobbing auf dem Arbeitsplatz belastet, die Schwiegermutter ist immer mehr auf Pflege angewiesen, die Partnerschaft wackelt, der Garten ist auch zu pflegen, der Perfektionismus lässt es nicht anders zu....

Langsam fängt an der Körper sich zu beschweren, die Seele streikt schon länger... Energielosigkeit macht sich breit, aber zum Kinder zeugen und im Mutterleib auszutragen braucht es Energie.

Der Beruf fordert diesen Paaren alles ab, von früh bis spät. Manchmal sind diese Paare neben dem Vollzeitjob noch nebenberuflich tätig. Oft selbständig. Stress pur. Der unerfüllte Kinderwunsch geht zusätzlich gewaltig an's Gefühlsleben.

Auch finden Paare in meine Praxis, die aus beruflichen Gründen den Kinderwunsch sehr weit nach hinten geschoben haben und dann auf Probleme treffen.

Schnell kommt Panik auf, wenn nach dem Absetzen der Pille die Periode und der Eisprung ausbleiben oder das Spermogramm schlechte Werte aufzeigt. Ärzte sprechen immer häufiger von allgemein schlechter werdenden Spermogramm-Ergebnissen - der stressige Alltag und der Lifestyle fordern ihren Tribut?!

Oder die Paare werden von einem befristeten Arbeitsvertrag zum nächsten geschickt und müssen alle halbe Jahre dadurch die Firma wechseln.

Oder sie sind beruflich noch nicht verankert und finanziell voller Fragezeichen. Dann erscheint ein ungeborenes Kind als Ausweg, was es niemals sein kann.

Auch wiederholte Fehlgeburten, schwere Erkrankungen oder Unfälle in der Kinderwunschzeit sind ein häufiges Thema in meiner Praxis.

Deshalb ist jede Kinderwunschbehandlung immer auch eine Beratung zur Stressreduzierung und Umgestaltung im Leben.

Oft erschwerend kommt hinzu, dass in stressigen Phasen die Ernährung und Bewegung völlig vernachlässigt wird, obwohl gerade in diesen Phasen für die Qi-Produktion beides stimmen sollte. Mal eben schnell eine Pizza, mal eben zum Bäcker oder die Mozzarella-Sticks zum Aufbacken...

Wer Stress hat muss sich bewegen und extra gut ernähren.

Richtungsändernde Entscheidungen zu treffen fällt in diesem 14-Stunden-Stressalltag schwer.

Oft wird eine neutrale Begleitung in dieser Phase als hilfreich und entlastend angesehen. Wir schauen gemeinsam auf die Situation und auf mögliche Ansätze den Stress zu reduzieren und dem ungeborenen Leben einen Platz zu schaffen und der vorgeburtlichen Nierenessenz einen guten Start.

Denn die Nierenessenz des ungeborenen Kindes sollte 90 Tage vor der Zeugung optimiert sein, so das es gesund und emotional stabil aufwachsen kann. Wird in Stressphasen ein Kind gezeugt, sind diese Kinder anfälliger für ADS/ADHS, Allergien, Infekte...

Mir hat vor einigen Wochen eine Kinderwunsch-Patientin gesagt, sie möchte eine gute Mutter sein und ihrem ungeborenen Kind zu einem guten Start verhelfen und dafür müssten sie gesund sein ☐. Wunderbar ☐, denn viele denken in der Kinderwunschphase noch zu sehr an sich, ihr Leben und an Pflichterfüllung.

Ich schaue auf die Nebennieren, die unter all dem Stress in der Cortisolproduktion erheblich leiden. Und auf die unausgesprochenen Emotionen, die nun einen Raum finden.

Die chinesische Medizin mit Akupunktur, Schröpfen, Schabetechnik, Massage und chinesischen Kräutern und die westliche bioidentische Hormonbehandlung sind als ein Teil des Weges zur Erfüllung des Kinderwunsches zu sehen.

Mit Beibehaltung des hohen Stresslevels wird auch die TCM kaum funktionieren. Stress hat hormonelle Auswirkungen!

Ich berate Sie gerne - ganz ohne Stress!

Rufen Sie mich gerne unter 015227009793 an.