



Es stimmt also tatsächlich: **Alter und Fruchtbarkeit vertragen sich nicht zu 100 Prozent.** Eine Schwangerschaft zu verschieben, bis die berufliche Karriere in sicheren Bahnen verläuft, oder all Ihre Zweifel über eine Familiengründung beseitigt sind, kann Probleme nach sich ziehen. Die "fruchtbaren Jahre" sind bei Frauen enger begrenzt, als bei Männern. Frauen sind am fruchtbarsten im Alter zwischen 20 und 25 Jahren - je älter Frauen werden, desto rapider sinkt die Wahrscheinlichkeit, schwanger zu werden. Die männliche Fruchtbarkeit erstreckt sich über einen viel längeren Zeitraum, aber auch die **Fruchtbarkeit des Mannes nimmt mit zunehmendem Alter ab**, wenn auch weniger drastisch.

#### Faktoren bezüglich der Fruchtbarkeit, die sich mit zunehmendem Alter verändern, sind:

- ▶ Das Reservoir in den Eierstöcken - die Anzahl der funktionstüchtigen Follikel, die sich in den Eierstöcken befinden
- ▶ Je älter Sie werden, desto weniger lebensfähige Eizellen stehen zur Verfügung.
- ▶ Menstruationszyklus - wenn Frauen in Richtung Wechsel gehen, wird der Menstruationszyklus unregelmäßiger.
- ▶ Die Beschaffenheit der Gebärmutter kann für eine befruchtete Eizelle nicht mehr optimal sein.
- ▶ Der Scheidenausfluss kann dickflüssiger werden und für Spermien somit schwer zu passieren.
- ▶ Krankheiten, die die Fortpflanzungsorgane beschädigen, wenn diese nicht richtig behandelt wurden. Das gilt beispielsweise für Endometriose und Chlamydien. Auch einige chronische Krankheiten wirken sich negativ auf die Fruchtbarkeit aus.

Mit zunehmendem Alter kommt es auch beim Mann zu altersbedingten Veränderungen in den verschiedenen Gewebestrukturen des Hodengewebes und hier vor allem zu einer Verringerung der Zahl der das männliche Geschlechtshormon Testosteron produzierenden Leydigzellen, sodass ab dem 40.-50. Lebensjahr ca. 20 % der Männer an einem Testosteronmangel leiden, die Spermienqualität selbst bleibt aber vom Alterungsprozess des Mannes weitgehend unbeeinflusst.

Autor: Redaktion / Katrin

#### Weitere Artikel, die Sie interessieren könnten:

- ▶ [Behandlung gegen Unfruchtbarkeit](#)
- ▶ [Hormonelle Ursachen für Unfruchtbarkeit](#)
- ▶ [Medikamente gegen Unfruchtbarkeit](#)

[zum Artikel Auswirkungen des Alters auf die Fruchtbarkeit](#)