

# Endometriose muss kein Lebensschicksal bleiben

Ansätze und Therapieempfehlungen | Dr. med. Annemarie Schweizer-Arau

**Endometriose ist eine gynäkologische Erkrankung, von der sechs bis zehn Prozent aller Frauen im gebärfähigen Alter betroffen sind. Häufig, aber nicht immer, geht sie einher mit Dysmenorrhoe und Infertilität. Sie gilt als rätselhafte Erkrankung mit unklarer Genese. Medikamentöse Therapien mit Hormonen und Schmerzmitteln sowie operative Eingriffe bringen häufig nur vorübergehend eine Verbesserung der Beschwerden.**

Endometriose ist eine weit verbreitete gynäkologische Erkrankung, von der sechs bis zehn Prozent aller Frauen im gebärfähigen Alter betroffen sind und 20 bis 50 Prozent aller infertilen Frauen. Meist führen Schmerzen oder unerfüllter Kinderwunsch die Patientinnen zum Arzt. Daneben kommen oft auch Schmerzen beim Geschlechtsverkehr, Stuhlgangs- und Blasenprobleme sowie starke, teils klumpige, Blutungen hinzu.

Man bezeichnet es als Endometriose, wenn gebärmuterähnliches Gewebe außerhalb der Gebärmutterhöhle gefunden wird. Die Schleimhaut befindet sich sozusagen an der falschen Stelle, verhält sich ansonsten wie die Gebärmutter Schleimhaut, das heißt sie baut sich zyklusabhängig auf und ab, wobei aber das Blut nicht nach außen abfließen kann.

Endometriose gilt bisher als sehr rätselhafte Erkrankung, da kein klarer Zusammenhang zwischen Befinden und Befund erkennbar wird. Viele betroffene Frauen leiden unter schrecklichen Regelschmerzen, bei denen man ausgedehnte Endometrioseherde findet, bei anderen Schmerzgeplagten aber auch gar keine. Andere Patientinnen wiederum haben ausgedehnte Herde jedoch überhaupt keine Beschwerden.

## Ursachentheorien

Verschiedene Theorien wie die Herde entstehen, konkurrieren miteinander: Einerseits die Verschleppungstheorie daneben die Metaplasietheorie. Die Verschleppungs- oder auch Transplantationstheorie geht auf die Vorstellung zurück, dass Menstrualblut rückwärts über die Eileiter in die Bauchhöhle gelangt und sich Gebärmutter Schleim-

| Füllmuster                                                                        | Blutung                                                                                                               | Schmerztyp                                                                                                                                               | Symptome                                                                                                                                           | Therapie                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| Xue- und Qi-Stau und Hitze ( <i>algor</i> )                                       | stark, schwallartig, überlaufend, kräftig, hellrot oder dunkelrot, große Klumpen, oft kürzerer Zyklus (< als 26 Tage) | Sehr starke Schmerzen vor oder während der Regel, ortsständig, wie mit einem Messer stechend, krampfend, Kälte und Abgang von Koagel bessert Beschwerden | Kopfschmerzen, roter Kopf, Hitzegefühle, Durst, Verstopfung, eingesperres Gefühl, Schulterschmerzen, Brustspannen, Schmerzen beim GV, dunkler Urin | Xue- und Qi-Stau lösen, Hitze kühlen, Blutungen stillen                       |
| Xue- und Qi-Stau mit Feuchtigkeit ( <i>humor</i> ) und Schleim ( <i>pituita</i> ) | Schleimiges, klebriges Regelblut                                                                                      | stechende, ziehende, zerrende Schmerzen, Gefühl des Eingesperreseins                                                                                     | Ausfluss, Ödeme, Zysten, Gewichtszunahme, Brustspannen, Schweregefühl                                                                              | Qi- und Xue-Stau lösen, Feuchtigkeit ausleiten, Schleimblockaden aufbrechen   |
| Mangelmuster                                                                      | Blutung                                                                                                               | Schmerztyp                                                                                                                                               | Symptome                                                                                                                                           | Therapie                                                                      |
| Xue- und Qi-Stau und Kälte bei Nieren-Yang-Mangel                                 | Wenig rotes Blut mit vielen, dunklen Klümpchen, oft kein gleichmäßiger Blutfluss                                      | Stechende Schmerzen vor oder während der Regel, Verlangen nach Wärme, Wärme bessert                                                                      | Rückenschmerzen, Knieschmerzen, Kältegefühl, kalte Füße, Schüttelfrost                                                                             | erwärmen, Niere stärken, Qi- und Xue-Stau lösen, Meridiane durchgängig machen |
| Xue- und Qi-Stau und Milz-Qi-Schwäche und Xue-Mangel                              | klar und wässrig, trüb, spärliches Regelblut                                                                          | Leeregefühl, ziehen nach unten, Druck und Massage bessert, schwächere Schmerzen gegen Regelende                                                          | Appetitlosigkeit, Durchfall bei Regelbeginn, häufiges Wasserlassen, Müdigkeit, Schwindelgefühl                                                     | Xue- und Qi-Stau lösen, Milz-Qi stärken                                       |

Tab.: Hauptsächliche Disharmoniemuster bei Endometriose

hautinseln im Bauchraum bei entsprechenden Bedingungen einnisten. Nach der Metaplasietheorie wandeln sich Zellen des Bauchfells, der Ovarien und so weiter in Gebärmutter Schleimhaut um.

Rätselhaft und frustrierend für Betroffene wie Behandler gleichermaßen ist zudem, dass die üblichen Standardtherapien (Operationen und Hormone), die auf die Endometrioseimplantate abzielen, oft nicht nachhaltig wirksam sind. Die Beschwerden kehren in 30 bis 60 Prozent der Fälle wieder, oft auch ohne pathologische Befunde im Unterbauch. Nur warum kehren die Schmerzen meist schon nach kurzer Zeit wieder, wenn die Herde entfernt sind oder verstärken sich sogar nach einer Operation?

So hat sich in den letzten Jahren immer mehr die Erkenntnis durchgesetzt, dass Endometriose zu den chronischen Schmerzkrankungen zu zählen ist, bei denen eine zentrale Störung der Schmerzverarbeitung

vorliegt. Durch bildgebende Untersuchungsmethoden des Gehirns (mit z. B. funktioneller Magnet-Resonanz-Tomographie, kurz: fMRT) wird diese Hypothese zunehmend untermauert. Der Schmerz wird zwar im Unterleib wahrgenommen, die Schmerzempfindung entsteht jedoch durch eine gestörte Kommunikation zwischen verschiedenen Hirnarealen, also zentral beziehungsweise systemisch. Ohne Gehirn gibt es keinen Schmerz.

## Therapeutischer Ansatz der TCM

Therapien mit einem systemischen Ansatz wie die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) bieten sich deshalb bei der Behandlung von Patientinnen mit Endometriose an. TCM, mit ihrem individuellen, das gesamte „System Mensch“ einschließendem Therapiekonzept, kann sowohl als Ergänzung oder

als Alternative zu einer konventionellen, schulmedizinischen Behandlung zum Einsatz kommen.

Die Auswahl der Akupunkturpunkte wie auch die der verwendeten Kräuterrezepturen unterscheidet sich nach der chinesischen Diagnose und Syndromdifferenzierung.

### Endometriose aus Sicht der Chinesischen Medizin

In den Klassikern der Chinesischen Medizin sucht man den Begriff Endometriose vergeblich, da er moderne Diagnostik (Ultraschall, Bauchspiegelung) voraussetzt. Beschrieben werden jedoch die klinischen Symptome wie starke Regelschmerzen als „schmerzhafter Mondfluss“, tastbare Wucherungen als „abdominale Massen“ oder unerfüllter Kinderwunsch als „Suche nach dem Kind“.

Nach Vorstellung der TCM geht Endometriose ähnlich wie in der Auffassung der westlichen Medizin auf einen behinderten Blutfluss (in der Chinesischen Medizin oft weitgehend als *Xue* bezeichnet) zurück, der die Leitbahnen und die sogenannten Luo-Gefäße (die kleinen Netzgefäße) erreicht hat. Dieser *Xue*-Stau bringt „das Blut dazu, die Leitbahnen zu verlassen“. Jedem Schmerz liegt nach Verständnis der TCM eine Blockade des *Qi*- (aktive Lebensenergie) und des *Xue*-Flusses (*Xue* bildet das stoffliche Komplement zum *Qi*) zu Grunde.

Bei Endometriosepatientinnen können Fülle- und Mangelmuster gefunden werden, häufig auch gemischt. Am häufigsten findet man zum Beispiel einen Nieren-Yang-Mangel zusammen mit einem *Qi*- und *Xue*-Stau. Die Ursachen für den *Xue*-Stau können zum Beispiel Kälte, ein mangelnder *Qi*-Fluss oder Schleimbelastung sein.

### Therapieempfehlungen

Die Therapie sollte darauf abzielen, *Qi* und *Xue* wieder zu bewegen, den Funktionskreis Niere zu stärken, eingedrungene Störungen auszuleiten und das innere Gleichgewicht wieder herzustellen. Eine besondere Bedeutung kommt dabei der Wärmeanwendung zu. Wärmeanwendungen jeglicher Art sind für Patientinnen mit Endometriose meist sehr wohltuend.

#### Moxibustion (Verbrennen von Beifußkraut)

Der chinesische Begriff für Akupunktur „*zhen jiu*“ beinhaltet „Stechen und Brennen“. Unter Akupunkturtherapie (lat. *Acus* = Nadel, *punctio* = stechen) wird bei uns häufig nur das Nadelstechen verstanden. Die

Moxibustion, das gezielte Erwärmen der Akupunkturpunkte mit einer getrockneten, glimmenden Beifußkrautzigarre, ist eine ebenso wichtige wie ergänzende Therapieform. Moxibustion kann leicht zu Hause selbst oder durch den Partner durchgeführt werden.

Besonders gut eignen sich Punkte am Unterleib wie RS4 *Guanyuan* (Das erste der Pastore) oder RS6 *Qihai* (Meer des Qi), um den Uterus zu wärmen und Schmerzen zu stillen.

### Chinesische Arzneimittel

Neben Akupunktur und Moxibustion schöpft auch die Chinesische Phytotherapie aus einem Jahrtausende alten Wissensschatz. Hierbei kommen in erster Linie pflanzliche Rohdrogen zum Einsatz, die vor Einnahme nach einem speziellen Verfahren behandelt und ausgekocht werden (dekoktiert). Diese Auskochung ist mühsam und kann auch von TCM-Apotheken vorgenommen werden.

Das Dekokt wird von der Patientin täglich mehrfach in verdünnter flüssiger Form eingenommen. Die Rezeptur wird an die verschiedenen Zyklusabschnitte angepasst. Weniger aufwendig bieten sich als Alternative Granulate oder Fertigärzneien an.

Die Wahl der Hauptärzneien der Rezepturen einerseits sowie auch der klassischen Rezepturen andererseits richten sich nach der Syndromdifferenzierung.

### Beispielrezepturen

Folgend werden eine Beispiele von Rezepturen nach der Musterdifferenzierung (s. Tab., S. 24) vorgestellt.

#### Hitze und Xue-Stase

*Fu liu wan* (Pille von You-wei Chu) ist eine Rezeptur aus einer alten chinesischen Ärztefamilie, bewegt das *Xue*, leitet Hitze aus. Bei starken Schmerzen vor und bei Beginn der Regel, sehr starker Regel und Verstopfung.

**Fertigarzneien:** Zedoariae Tablets und Sparganium 12 von Seven Forest, Moon Pearls von Classical Pearls.

#### Kälte und Xue-Stase

*Shaofu zhuyu tang* (Dekokt zur Austreibung von *Xue*-Stasen im unteren Bauchraum) wird häufig bei Endometriose verschrieben, löst Blutstauungen im Unterleib und hilft bei starken Blutungen mit großen dunklen Blutklumpen sowie starken Unterleibschmerzen.

**Fertigpräparat:** Lower Palace Tablets von Seven Forest.



## Ihr kompletter Praxisbedarf aus einer Hand!

Angebotskatalog anfordern unter der kostenfreien Service-Hotline  
**0800-500 70 70!**

## Ihre Vorteile auf einen Blick:

- **Schnelle Lieferung**, direkt und versandkostenfrei schon ab 70,- € Warenwert netto.
- Alle Arzneimittel und Medizinprodukte **aus einer Hand**.
- Konsequente Preisorientierung, **100%ige Kundenorientierung!**

## Kostenlose Logistik-Hotline:

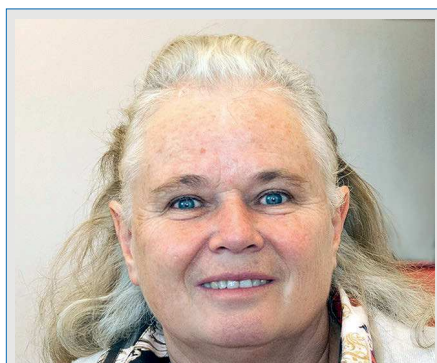
**0800 / 500 70 70**

[kundenservice@hommel-pharma.de](mailto:kundenservice@hommel-pharma.de)

**Qi- und Xue-Stase**

*Danzhi xiaoyao san* (Pulver der Heiterkeit mit Strauchpaeonienwurzel und Gardenia) bei Qi-Stagnation und Hitze im Funktionskreis Leber mit Angespanntheit und Gereiztheit.

**Fertigarzneien:** Ease Form, Ease Plus Form oder Soothing Form von medboom, Ease Pearls von Classical Pearls.



### Dr. med. Annemarie Schweizer-Arau

Nach dem Medizinstudium interessierte sich Dr. med. Annemarie Schweizer-Arau für Psychosomatik und Hypnotherapie. In der Chinesischen Medizin fand sie erstmals die vom Patienten geschilderten Symptome und Empfindungen in einem System sinnvoll erklärt. Angeregt durch Arbeiten von Damasio, Verela und Maturana, kombinierte Dr. med. Schweizer-Arau verschiedene Therapieansätze als systemische Autoregulationstherapie (SART).

Zusammen mit einem Team konnte eine große Endometriose-Studie (2010 – 2013) durchgeführt werden, um die Wirksamkeit von SART sowohl klinisch als auch bildgebend bei Endometriose zu zeigen.

Dr. med. Schweizer-Arau ist Dozentin und Mitglied der SMS – Internationale Gesellschaft für Chinesische Medizin e. V., eine der ältesten deutschsprachigen Ärztesellschaften für TCM und die ergänzenden Bereiche Tuina, Qigong und Ernährungslehre.

**Kontakt:**

Dr. med. Annemarie Schweizer-Arau  
FÄ für Psychotherapeutische Medizin,  
Akupunktur  
Herrnstraße 7  
86911 Dießen am Ammersee  
Tel.: 08807 / 8869  
dr.schweizer@icloud.com  
www.sart.de

**Feuchte Kälte und Xue-Stase**

*Guizhi fuling wan* (Pille mit Zimt und Poria-Pilz) bewegt das Xue (z. B. bei chronischen Entzündungen, Schmerzen im Unterleib, die sich durch Druck verschlechtern). In einer Übersichtsstudie aus Taiwan kam diese Rezeptur am häufigsten zum Einsatz.

**Fertigpräparat:** Uter Form von Medboom.

**Xue-Mangel und Qi-Mangel**

*Bazhen tang* (Dekokt der acht Juwelen) ergänzen das Xue und Qi, stützen das Jing und harmonisieren die Breite Trosstraße, das Meer des Blutes, besonders nach Fehlgeburten.

**Fertigarzneien:** Angel eight Form von Medboom.

Die typische Dauer einer Therapie richtet sich – wie meist – nach der Intensität der Erkrankung. In jedem Falle sollte mit der Patientin aber über eine Therapiedauer von drei bis sechs Monaten gesprochen werden, angepasst an die Zyklusphasen und einen eventuell vorhandenen Kinderwunsch.

## Systemische Autoregulationstherapie (SART)

Man kann den Menschen auch als System betrachten, das sich in ständigem Austausch mit seiner Umwelt befindet – und auch in einer ständigen Anpassung an wechselnde Umwelteinflüsse (Nahrung, Luft, soziale

Einflüsse etc.). Autoregulation findet dabei auf den verschiedenen Körperebenen, den Teilsystemen statt: auf der Ebene der Gene, der Zellen, in Mikrosystemen wie dem Follikel, in Organen wie Niere, Herz und Gehirn, in Organsystemen, die bestimmte Funktionen erfüllen und im Menschen als ganzes System.

In den letzten Jahren verdichten sich immer mehr Hinweise, dass vor allem psychische Traumata in der Vorgeschichte bei Patientinnen mit Endometriose häufig gefunden werden und eine zentrale Rolle bei der Genese von Unterbauchbeschwerden spielen [1]. Diese Beobachtung konnte auch ich in der täglichen Arbeit mit Endometriosepatientinnen machen.

*Die Auswirkung seelischer Probleme auf körperliche Störungen wurde schon vor 2000 Jahren im Grundlagenwerk der Chinesischen Medizin „huang di nei jing“ erkannt.*

Die Behandlung des Geistes (*shen*) steht in der Therapie der Chinesischen Medizin an vorderster Stelle, auch wenn heute Akupunktur und Kräuterheilkunde als die wichtigsten Therapiemethoden betrachtet werden. Atemtechniken und Meditationspraktiken wurden schon früh praktiziert und kultiviert.

Die Systemische Autoregulationstherapie (SART) verfolgt einen systemischen Therapieansatz, der die Genese, die psychischen Traumata, dieser gestörten zentralen Verar-

## Weitere Informationen

Die Internationale Gesellschaft für Chinesische Medizin e. V. (SMS) ist eine der ältesten deutschsprachigen Ärztesellschaften für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und bildet seit 40 in allen Disziplinen der Chinesischen Medizin aus: Akupunktur, chinesische Arzneimitteltherapie, Ernährungstherapie Diätetik, den Bewegungstherapien Taiji, und Qigong sowie der manuellen Therapie Tuina.

**Weitere Informationen unter:**

[www.tcm.edu](http://www.tcm.edu)

**Kurse zum Thema**

*Workshop für Frauen mit unerfülltem Kinderwunsch*

26. bis 28. Oktober 2018 oder 30. November bis 2. Dezember 2018 am Starnberger See  
In erholsamer, ländlicher Atmosphäre sollen Einblicke in alle Themen zur Förderung der Fruchtbarkeit vermittelt werden. Mit Dr. med. Annemarie Schweizer-Arau.

*Chinesische Diätetik für Schwangere und Stillende*

10. November 2018 in München

Allgemeine diätetische Empfehlungen nach TCM zur Gesunderhaltung von Mutter und Kind sowie bei Beschwerden.

beutungsmuster mit einbezieht. Bei dieser Therapie handelt es sich um eine Kombinationstherapie aus Psychotherapie und Chinesischer Medizin, sowohl im pathophysiologischen Verständnis als auch bei der Therapie.

## Wissenschaftliche Evidenz

Nachdem ich und weitere weiteren Kolleginnen in einer retrospektiven Auswertung [2] zeigen konnten, dass diese neuartige Kombinationsbehandlung aus Psychotherapie und Chinesischer Medizin sehr erfolgreich die Schmerzen von Endometriosepatientinnen reduzieren konnte, konnten wir in einer prospektiven randomisierten kontrollierten Studie diese Ergebnisse bestätigen, aber auch die Frage untersuchen, wie SART möglicherweise wirkt.

In dieser prospektiven Studie mit 60 Teilnehmerinnen verbesserten sich die klinischen Ergebnisse (Schmerzen, Ängstlichkeit, Depressivität, körperliches und seelisches Wohlbefinden) nur in der Behandlungsgruppe nach drei Monaten signifikant. Die Veränderungen waren auch nach sechs Monaten und zwei Jahren stabil. Nachdem die Patientinnen der Kontrollgruppe ebenfalls behandelt wurden, verbesserte sich deren Klinik vergleichbar (61 % aller Patientinnen hatten eine Schmerzerleichterung um mindestens 50 %, 35 % waren komplett schmerzfrei geworden).

Das Hauptziel der Studie lag jedoch auf den Auswertungen der Daten eines bildgebenden Verfahrens – der funktionellen Magnetresonanztomographie (fMRT). Wir konnten relevante kortikale Netzwerke identifizieren. Diese umfassen den rechten anterolateralen Hippocampus – eine Region, die die Stressachse (HPA-Achse) moduliert – und die somatosensorischen, viscerosensorischen und interozeptiven Hirnregionen.

Es zeigte sich, dass eine Verminderung der Konnektivität in diesem Netzwerk die Auswirkung der Therapie auf die Ängstlichkeit der Patientinnen vorhersagen konnte. Die Ängstlichkeit, ein Zeichen von Nieren-Yang-Mangel, wurde durch die Therapie signifikant gesenkt, obwohl in der Therapie keine Heilkräuter eingesetzt werden konnten.

Der Kinderwunsch erfüllte sich bei 60 Prozent der Teilnehmerinnen, oft nach langjährigen frustranen Kinderwunschbehandlungen, entweder spontan oder durch IVF natürliche (IVF ohne Hormonstimulation).

Bei 42 von 60 Patientinnen waren sehr traumatisierende Lebensereignisse während der Therapie bearbeitet worden (Tod von engen

Angehörigen, häusliche Gewalt, Alkoholabusus bei einem Elternteil, etc).

## Schulmedizin oder TCM?

Beide Medizinsysteme ergänzen sich wie bei einem Computer die Hard- und Software, welche beide wichtig sind, um den Computer funktionsfähig zu machen.

Die Stärke der TCM liegt hierbei in der klaren Einordnung zahlreicher Beschwerden, die in der westlichen Medizin wenig Beachtung finden, die Betroffenen aber beunruhigen und ihre Lebensqualität einschränken. Zu-

dem können die Patientinnen durch verschiedene TCM-Behandlungsansätze wie Moxibustion, Qigong und chinesische Diätetik selbst aktiv werden.

Für eine anhaltende Besserung ist vor allem eine Neubewertung traumatisierender Lebensereignisse (ähnlich einem Update) erfolgversprechend. ■

## Literaturhinweis

- [1] As Sanie et al. 2014, *Functional Connectivity Is Associated With Altered Brain Chemistry in Women With Endometriosis-Associated Chronic Pelvic Pain* <https://doi.org/10.1016/j.jpain.2015.09.008>
- [2] Meissner et al. 2010, *Long-Term Effects of Traditional Chinese Medicine and Hypnotherapy in Patients with Severe Endometriosis – a Retrospective Evaluation* <https://doi.org/10.1159/000322890>
- [3] Meissner et al. 2016, *Psychotherapy With Somatosensory Stimulation for Endometriosis-Associated Pain* *Obstetrics & Gynecology*, Volume 128, Number 5
- [4] Beissner et al. 2017, *Psychotherapy With Somatosensory Stimulation for Endometriosis-Associated Pain: The Role of the Anterior Hippocampus Biological Psychiatry* <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2017.01.006>
- [5] Weng et al 2015 *Chinese medicinal plants for advanced endometriosis after conservative surgery: a prospective, multi-center and controlled trial* *Int J Clin Exp Med.* 2015; 8(7): 11307–11311
- [6] *Endometriose Ratgeber* Becherer/Schindler (2017), Kohlhammer Verlag
- [7] *Hoffnung bei unerfülltem Kinderwunsch – Die Fruchtbarkeit fördern mit chinesischer Medizin.* Schweizer-Arau, Annemarie (2013), Wiggensbach: Stadelmann Verlag
- [8] *Sanfte Wege zum Wunschkind: IVF (fast) ohne Hormone*, Schweizer-Arau, Annemarie (2015), München Kösel Verlag
- [9] *Leitfaden Qigong*, Engelhardt, Ute, Hildenbrand, Gisela, Zumfelde-Hüneburg, Christa (2014), Urban & Fischer Verlag/Elsevier GmbH
- [10] *Endometriose und Ernährung* Britta Kaiser und Matthias Korell (2017), Müller & Steinicke
- [11] *Die Heilung der Mitte* Georg Weidinger (2017), Ennsthaler
- [12] *Nicht ohne meine Wärmflasche: Leben mit Endometriose Diagnostik – Therapie – Ganzheitlicher Ansatz.* Martina Liel (2017), Komplett Media GmbH

## Buchtip



### Hoffnung bei unerfülltem Kinderwunsch

Dort, wo die westliche Reproduktionsmedizin an ihre Grenzen stößt, weil sie sich auf rein körperliche Abläufe konzentriert und Geist und Seele außer Acht lässt, kann die chinesische Medizin neue Türen auf dem Weg zum Wunschkind öffnen. Denn die jahrtausendealte Gesundheitslehre betrachtet Fruchtbarkeitsstörungen aus einem ganz anderen, ganzheitlichen und für uns „Westler“ oft unbekanntem Blickpunkt. Doch die Behandlungserfolge sprechen für sich.

Dr. med. Annemarie Schweizer-Arau zeigt, wie eine Integration beider Medizinsysteme zu deutlich höheren Geburtenraten, weniger Komplikationen in der Schwangerschaft und zum Wohlergehen aller Beteiligten beitragen kann. Neben einem Überblick über die moderne Fruchtbarkeitsmedizin und einer Einführung in die chinesische Medizin bietet dieser Ratgeber einen umfangreichen Selbsthilfeteil.

528 Seiten, Klappenbroschur  
ISBN 978-3-9811304-1-6, 49,80 Euro  
Stadelmann Verlag