

Stichwortverzeichnis

A

Abmagerungskur 60
Abnehmen 63 f
Abort, habitueller 210
Abstrich 184
ADAM s. Andropause
Adoption 280 f
– halbe 268 ff
Adrenalin 50
Aerobic 54
AID s. Artificial insemination by donor
AIDS 116 ff
– Adressen 121
AIH s. Artificial insemination of husband
Akzeptanz 177
Alkohol 44 ff
Alkoholembryopathie 45
Alkoholismus 40
Alkoholmissbrauch, geringer 45
Alkoholsyndrom, fetales 45
Alleinerziehende 26
– Samenspende 271
Alpha-Thalassämie 96
Alter
– biologisches und tatsächliches 264
– durchschnittliches 19
– und Reproduktionsfähigkeit 27 f
AMH s. Anti-Müller-Hormon
Amniozentese 93
Anabolsteroid 53
Androloge 158, 160
Andropause 32
Anti-Müller-Hormon 198
Antioxidanzien 66
Antiphlogistika, nichtsteroidale 98
Antiphospholipidsyndrom 211
Arbeit
– sichere und gesunde 81 f
– Stress 78
Arbeitsplatz 74 ff
– Gift 78 f
– kritische Begutachtung 76 ff
– Risikogruppen 79 f
Arbeitsschutz 76
Arbeitsschutzgesetz 78

Ärger 172
Artificial insemination
– – by donor 268 ff
– – of husband 275
Arzneimittel, pflanzliche 48 f
Asherman-Syndrom 195, 206 f
– Fehlgeburt 210
Aspirin 121
Asthma bronchiale 99
Aufstiegschancen 20
Aufwachttemperatur, morgendliche 141 f
Augentumor 94
Ausfluss 137
Azoospermie 182
– erworbene obstruktive 257
– obstruktive 259

B

Baby
– Alkohol 44 ff
– dickes 61
– Rauchen 42 f
– Take Home Rate 248
Bad, heißes 50
Bakterien, hilfreiche 108
Ballaststoffe 66
Bauchoperation, Eileiter 202
Bauchspiegelung s. Laparoskopie
Beckenboden 126
Befruchtung 149 ff
– künstliche, Timing 271
Befruchtungswahrscheinlichkeit 152
Behandlung, Ende 280
Beratungsstelle, genetische 98
Beschwerden, prämenstruelle 200
Beta-Thalassämie major 96
Bevölkerungsniveau, Aufrechterhaltung 20
Bewegung, Gewicht 64
Beziehung, Belastung 168
Bildungsniveau 20
Billing-Methode 136
Bindung 23
Blastozyste 150
Blei 57
Blutarmut 72, 96

Anhang

Blutkrankheit 96
Blutzucker 70
BMI s. Body Mass Index
Body Mass Index 62, 202
Brust, spannende 139
Bruttrieb 22 f
BT-HR s. Baby Take Home Rate

C

Candida albicans 108
Cannabis 46
Checkliste
– Erbkrankheit 93
– Frau, Reproduktionsfähigkeit 159
– Geschlechtskrankheit 107
– Hautkrankheit 107
– HIV 121
– Mann, Reproduktionsfähigkeit 159
– Risikofaktoren 39
– sichere und gesunde Arbeit 81 f
Chemikalien 82
Chlamydia trachomatis 111 f, 160, 184, 202
Chlamydien-Infektion 111 f
Chorionzottenbiopsie 93, 162
Chromosom 29, 146
Chromosomenabweichung 87 f
Chromosomenanalyse, vorgeburtliche 88
Chromosomenstörung 87 f
– geschlechtsgebundene intrazytoplasmatische Spermajektion 256
Chromosomenuntersuchung
– Mann 187 f
– vorhergehende, intrazytoplasmatische Spermajektion 256
Clomid 229
Clomid-Kur 191
Computerbildschirm 58
Contergan 47
Corona radiata 149
Corpus luteum 133
Cortisol 50 ff

D

Darmflora, Stärkung 109
DES s. Diethylstilbestrol
DES-Töchter 207 f
Diabetes mellitus 99

Diagnose, vorgeburtliche 93
Diagnostik, pränatale 162
Diät 60, 63 f
– gesunde und Sport 64
Diethylstilbestrol 39, 48
Down-Syndrom 29, 87
Drogen 46 f
Druck, Abbau 170
Durchfall 56

E

Ecstasy 47
Ehescheidungsrisiko 20
Eierstock 128 f
– Überalterung 198
– Ultraschall 190
Eierstockreserven 191
Eileiter 127 f, 192 f
– undurchlässiger 202
Eileiterprobleme 202 f
– Behandlungsmöglichkeiten 224 f
Eileiterschwangerschaft 252
Eileiterverschluss 192
Eingriff, operativer 224 ff
Einnistung 245
Eisen 66, 73
Eisprung 131 f, 200
– fehlender 189
– verhinderter, In-Vitro-Fertilisation 245 f
– Zervixschleim 75
Eisprunguntersuchungen 185
Eiweiß 66
– pflanzliches 71
Eizelle
– befruchtete 150
– Embryo 39 f
– Reifung 129
Eizellreifung, Stimulierung, Hormone 229 ff
Ejakulation, retrograde 219
Eltern, Anforderungen 21
Elternschaft, moderne 18
Embryo
– Einfrieren 248
– Entscheidungen beim Einpflanzen 250 f
Embryotransfer 245
Endometriose 27, 203 ff
Endorphine 23, 53, 132



Entscheidung
 – bewusste 19
 – eigene 171
 – rechtzeitige 24
 Epilepsie 99
 Erbkrankheit 86 ff, 89 ff
 – Checkliste 93
 – höheres Risiko 92 ff
 – Schwangerschaftsunterbrechung 91
 – Träger 92
 Erektionsprobleme, Alkohol 45
 Erkrankung
 – chronische, Medikamente 49
 – sexuell übertragbare 106 ff
 Ernährung 59 ff
 – gesunde und fruchtbare 72
 Ernährungspyramide 65 ff

F

Faktor-V-Leiden 211
 Familie, Samenspende 266
 Familienformen 266
 Familienkultur 22
 Familienplanung 18
 FAS s. Alkoholsyndrom, fetales
 Fehlgeburt 29
 – In-Vitro-Fertilisation 247 f
 – wiederholte 210 f
 – – Ursachen 211 f
 Fehlgeburt 161 f
 Feigwarzen 114 f
 Fernseher 58
 Fett 66
 Fibrose, zystische 188
 Fieber 49 f
 Fingertest 136
 Fisch 73
 Fitness 52
 Flugreise 55 ff
 Flüssigkeitszufuhr 65
 Follikel 129 ff
 Follikelpunktion 246
 – Schmerz 252
 Follikelwachstum, Ultraschall 190
 Folsäure 59 f, 66 ff, 121
 Folsäureversorgung, optimale 68
 Fortpflanzung, schädliche Einflüsse 39
 Fragen, lästige, Umgang 173

Fragile-X-Syndrom 88 f
 Frau
 – Anatomie 126 ff
 – Hormonuntersuchung 189 ff
 – körperliche Untersuchungen 183 ff
 – Reproduktionsfähigkeit, Checkliste 159
 – unfruchtbare, intrazytoplasmatische Spermajektion 255
 Frauenarzt 160
 Frauenschmerzen 175
 Freie Radikale 66
 Freundschaften 17
 – Alleinerziehende 26
 – veränderte 22
 Fruchtbarkeit, weibliche, Rückgang 198
 Fruchtbarkeitsbehandlung 166 ff
 – über vierzig 260 ff
 Fruchtbarkeitskalender 153 f
 Fruchtbarkeitsstörungen
 – männliche 216 ff
 – unerklärliche 208 ff
 – weibliche 198 ff
 Fruchtbarkeitsuntersuchungen, orientierende 180 ff
 Fruchtzucker 70 f
 FSH s. Hormon, follikelstimulierendes
 FSH-Spiegel 184, 264

G

Gamete Intra Fallopan Transfer 238
 Gebärmutter 127
 – angeborene Fehlbildung 207
 Gebärmutterkrebs, DES 207 f
 Gebärmutterprobleme, DES 206 ff
 Gebärmutter Spiegelung s. Hysteroskopie
 Geburtenfolge, zeitliche, Reproduktionsfähigkeit 34
 Geburtsgewicht
 – niedriges, In-Vitro-Fertilisation 251
 – Rauchen 42
 – Stress 51
 Gefühle, Teilen 176
 Gehörschäden 80
 Gendefekte 88 f
 Gereiztheit 252
 Geschlechtskrankheit
 – Checkliste 107
 – Mann 111

Anhang

Geschlechtskrankheit, Partner 106
Geschlechtsorgane
– männliche 143 ff
– weibliche 126 ff
Gesprächsatmosphäre, Partner 168
Gesundheit, reproduktive 98
Gesundheitsfragen 180 f
Gewicht 53
Gewichtsreduktion 202
Gewohnheiten, ungesunde 40
GIFT s. Gamete Intra Fallopian Transfer
Gift, Arbeitsplatz 78 f
Glückshormone 23
Glukosespiegel 70
GnRH s. Gonadotropin Releasing Hormon
Gonadotropin Releasing Hormon 129, 229
Gonokokken 112
Gonorrhöe 112 f

H

Hackepeter 103
Haschisch 46
Hasenscharte 69
Haushalt 57
Hautkrankheit, Checkliste 107
HCG s. Human-Choriongonadotropin
Heparin 211
Heroin 47
Herpes genitalis 114
Hitzewallung 200
HIV 107, 116 ff
– Adressen 121
– Befruchtung ohne Kontakt zur Schleimhaut 119 f
– Checkliste 121
– In-Vitro-Fertilisation 245
– Medikamente 118
– nicht infizierter Partner 119
– reproduktionsmedizinische Behandlung 120
– Test 118
HIV-positiver Mann, Samenaufbereitung 120
HIV-Übertragung, Kind 119
Hochleistungssport 52
Hoden 143
– Krampfadern 183, 225
– Temperatur 143 f
Hodensack 143
Hodenuntersuchung 188 f

Hoffnung 171
Homocystein 211 f
Hormonbehandlung, Psyche 168
Hormone 22 f
– follikelstimulierendes 130, 246
– luteinisierendes 130
Hormonuntersuchung
– Frau 189 ff
– Mann 187
HPV s. Papilloma-Virus, humanes
HSG s. Hysterosalpingographie
Human-Choriongonadotropin 133, 161, 246
Hyperstimulationssyndrom, ovarielles 230
Hypophyse 129 f
Hypothalamus 129 f
Hysterosalpingographie 192
Hysteroskopie 195

I

ICSI s. Spermajektion, intrazytoplasmatische
Idealgewicht 62, 64, 202
Impfschutz, frühzeitiger 56
Impfungen 54
Impotenz 32, 219
Infertilität 218
Insemination
– autologe 275
– heterologe 268 ff
– – psychische Probleme 270 f
– intrauterine 75 f, 162, 166, 170, 232 ff
– – Chancen 237
– – Erwartungen 237
– – Vorbereitung 236
– – Wartezeit 235
Inseminationskappe 277
Internet
– Adoption 281
– Alkohol und Schwangerschaft 44
– Arzneimittel 49
– Fehlgeburt 121
– Menstruationskalender 140
– Pflegeelternschaft 281
– Raucherentwöhnung 43
– Risikofaktoren 39
– Temperaturkontrolle per PC 142
– Trauerarbeit 121
– Tropeninstitut 56



In-Vitro-Fertilisation 95, 170, 239 ff
 – Alter 243
 – Anspruch auf Kostenübernahme 243
 – Anzahl der Behandlungen 243 f
 – Behandlungsbeginn 245 f
 – Behandlungszentren 248
 – Erfolgchancen 248 f
 – Fehlgeburt 247 f
 – Folgen
 – – für das Baby 251
 – – für die Frau 252
 – Hepatitis-Test 245
 – Krisen 253
 – Nebenwirkungen 252
 – Schwangerschaftstest 247
 – Wartelisten 243
 IUI s. Insemination, intrauterine
 IVF s. In-Vitro-Fertilisation
 IVF-Klinik
 – Auswahl 249 f
 – Erfolgsquoten 249
 – Ergebnisse 248 f
 IVF-Laboratorium, Sicherheitsvorschriften 251

J

Joghurt 108 f
 Jo-Jo-Effekt 64

K

Kaffee 72
 Kapazitation 147, 236
 Kappeninsemination 271 f
 Karriere 20
 Katzenkot 103
 Kind
 – einziges 214 f
 – Geschlecht 155 f
 – zweites 33
 Kinder- und Karriereplanung 20
 Kinderaspirin 211 f
 Kinderkriegen als Projekt 169
 Kinderlosigkeit 280 ff
 – Akzeptanz 177 f
 – freiwillige 22
 Kindersegen, früherer 19
 Kinderwunsch
 – Aufschieben 17

– Partner 16
 – ohne Partner 26
 – Relativierung 173 f
 Klimakterium
 – Rauchen 40
 – virile 32
 Klinefelter-Syndrom 88, 188, 220
 Klitoris 126
 Knie-Ellenbogenhaltung 154 f
 Koelternschaft 26
 Kohlenhydrate 65 f
 Kokain 46 f
 Kondylome 114 f
 Kontrastflüssigkeit, Nebenwirkungen 193
 Kontrastmittelaufnahme, Begleitperson 192
 Körpertemperatur, erhöhte 140 f
 Krankheit, chronische 86 ff, 98
 Krankheitserreger, gefährliche 102 ff
 Krebsrisiko, Hormone 230
 Krisen 253
 Kryokonservierung 248

L

Laparoskopie 194 f
 – Nebenwirkungen 194
 Leben, soziales 21
 Lebenslaufplanung 19 f
 Lebensstil, Checkliste 38 f
 Leber 65
 Leidensgenossen 174, 282
 Leihkinder 283
 LH s. Hormon, luteinisierendes
 LH-Spiegel, erhöhter 131
 Liebe
 – elterliche 21
 – nach Plan 152
 Life Style 38 ff
 Listeria monocytogenes 104
 Lues 113
 Lues-Such-Reaktion 113

M

Machtlosigkeit 177
 Malaria 54
 Malaria-Prophylaxe 55 f
 Mangelernährung 51
 Mann
 – Anatomie 143 ff

Anhang

Mann, Checkliste Reproduktionsfähigkeit 159

- genetisch eigenes Kind 255
- Hormonhaushalt 145
- Hormonuntersuchung 187
- körperliche Untersuchung 182 f
- Leiden 175 f
- Planung 24
- rauchender, Samen 41
- Refertilisation 225
- Reproduktionsprobleme, Arzt 158
- Schuldgefühle 176
- unfruchtbarer, intrazytoplasmatische Spermieninjektion 255

Marihuana 46

Masturbation 219

Mayer-Rokitansky-Küster-Syndrom 208

Medikamente 47 ff, 98

- follikelstimulierende, Nebenwirkungen 230
- rezeptfreie 48

Mehrlingsgeburt 30

Mehrlingsschwangerschaft 230

- Einschränken 250

Melatonin 128

Menopause, natürliches Alter 199

Menstruation 128, 130

- Beschwerden 135
- Sport 52
- unregelmäßige 153

Menstruationskalender 151

- Internet 140

Menstruationszyklus 129, 131 f

- Erkennen 134
- klassischer 134

MESA s. Spermienaspiration, mikrochirurgische epididymale

Milchverlust, Brust 200

Minderheit, kinderlose 21 f

Miso 71

Missionarsstellung 154

Mittelmeeranämie 96

Mittelschmerz 137

MMR-Impfung 102

Monatszyklus 128

Morula 150

MRK-Syndrom s. Mayer-Rokitansky-Küster-Syndrom

Mukoviszidose 89 ff, 188

Multivitamin-tablette 68

Muskeldystrophie Duchenne 95

Mutation, spontane 89

Mütter über vierzig 30, 263

Mutterschaft, Aufschieben, Folgen 20

Myom 27, 195, 206

N

Nährstoffmangel 60

Nahrung, frisch zubereitete 65

Nahrungsergänzungsmittel 67 ff

Neid 172

Neuralrohrdefekt 67 f

Nichtraucher 43

NSAIDs s. Antiphlogistika, nichtsteroidale

O

OAT-Syndrom s. Oligo-Astheno-Teratozoospermie

OHSS s. Hyperstimulationssyndrom, ovariell

Öle 66

Oligo-Astheno-Teratozoospermie 216

Operation, männliche Fruchtbarkeitsstörungen 225 f

Östrogen 63, 131

Ovulationsinduktion 229

Ovulationsschmerzen 137 f

Ovulationstest 138 f, 185

- Selbstbefruchtung 274

Ovulationsurlaub 74 f

Oxytozin 23

P

Papilloma-Virus, humanes 115

PCO-Syndrom s. Polycystisches Ovarielles Syndrom

Penis 143

Penopause 31 f

Perchloräthylen 77

PESA s. Spermienaspiration, perkutane epididymale

Pflegeelternschaft 280 f

Phase, luteale 133

PID s. Präimplantationsdiagnostik

Pille, Absetzen 124 f

Pilleneffekt 124 f

Pilzinfektion, vaginale 108

Planung, ideale 33 ff



Polycystisches Ovarielles Syndrom 200 f
 Polypen 195
 Postkoital-Test 185 f, 205
 Präeklampsie 29
 Präimplantationsdiagnostik 95
 Probiotika 108 f
 Progesteron 133, 247
 Prolaktinspiegel 189 f
 Prostaglandinhemmer 133
 Protein-D-Defizienz 211
 Putzmittel 57

R

Ratschlag, unangebrachter 174
 Rauchen 40 ff
 – Baby 42 f
 – passives 42
 Raucherentwöhnung 43
 Reagenzglasbefruchtung 239 ff
 Refertilisation 224 f
 Reproduktionsfähigkeit 159
 – abnehmende 27 ff
 – – Mann 31 f
 – Sport 52 f
 – verminderte 157
 Retinoblastom 94
 Retortenbaby, erstes 242
 Risikoberuf 81
 Risikofaktoren, Checkliste 39
 Rohmilchkäse 104 f
 Röntgen 49
 Röntgenkontrastphoto 194
 Rötelnimpfung 102
 Röteln 80, 82, 102
 Ruhe 170

S

Safer Sex 121
 Samen
 – Alkohol 45
 – aufbereiteter, intrauterine Insemination 236
 – Aufbereitung, HIV 120
 – Rauchen 41
 – schwacher, Ursachen 187
 – schwere Produktionsstörung 220
 Samenbank 270
 Samenerguss 147

– Menge 216
 Samenflüssigkeit 146
 Samenkanälchen 143
 Samenleiterverschluss 259
 Samenproduktion 143, 145 f
 Samenqualität 31, 153
 – mindernde Faktoren 218
 – Spendersamen 271
 – Steigern 217
 – Verbessern 236
 Samenspende 266 ff
 – psychische Probleme 270 f
 – Timing 271
 Samenspender 26, 266 ff
 Samenuntersuchung 181
 Samenwege
 – Verschluss 219
 – vollständiges Fehlen 259
 Samenzelle
 – Beweglichkeit 182
 – fehlende 218 f
 – Lebensdauer 146
 – versinkende 149
 – Wanderung 146 f
 Sauerstoffmangel, Rauchen 42
 Sauna 50
 Scham 172
 Scheidenmilieu 205
 Schizophrenie 94
 Schlafmittel 47 f
 Schmerzmittel 48, 98, 133
 Schutzimpfungen 54 ff
 Schwanger über vierzig 263
 Schwangerschaft
 – Aufschub, Männerrolle 24
 – chronische Krankheit 99
 – durchschnittliche Chance 157
 – extra-uterine 160
 – gesunde Ernährung 59
 – Gewichtszunahme 61
 – Hinausschieben 16
 – mehr Informationen 163
 – optimale Ernährung 63
 – Planung 157
 – Sport 53 f
 – Stress 51
 – zweite 34, 214
 Schwangerschaftsabbruch 92

Anhang

- Schwangerschaftschance, relative 28
 - Schwangerschaftsdiabetes 29
 - Schwangerschaftskomplikationen, Alter 263
 - Schwangerschaftsrate, Alter 263
 - Schwangerschaftssymptome 161
 - Schwangerschaftstest
 - In-Vitro-Fertilisation 247
 - positiver 161 ff
 - Schwimmen 54
 - Schwingung 81
 - Seife, Sperma 276
 - Seitenlage 154
 - Selbstbefruchtung 273 ff
 - Spendersamen 275
 - Zeitpunkt 276
 - Selbsthilfegruppen 178 f
 - Fehlgeburt 213
 - Selbstinsemination 120
 - Selbstverwirklichung 22
 - Sexualverhalten, Fragen 180
 - Sexualverkehr
 - Häufigkeit 151
 - täglicher 152
 - Sichelzellenkrankheit 96 ff
 - Sims-Huhner-Test 185, 205
 - Single Embryo Transfer 250
 - Soja 73
 - Sonographie 190 f
 - Soor 108
 - Spätgebärende 30
 - Spendersamen
 - gesetzliche Grauzone 267
 - künstliche Befruchtung 268 ff
 - Selbstbefruchtung 275
 - Spendertypen 267
 - Sperma 31, 145, 147
 - Einführen, Wartezeit 276 f
 - Fortbewegungsgeschwindigkeit 148
 - Normalwerte 181 f
 - Qualität 147
 - Transport 181
 - Spermainjektion, intrazytoplasmatische 170, 254 ff
 - – Folgen für das Baby 255 f
 - Sperma-Penetrations-Meter-Test 186
 - Spermienaspiration
 - mikrochirurgische epididymale 219, 258 f
 - perkutane epididymale 219
 - Spermienextraktion, testikuläre 219, 259
 - Spermienqualität, schlechte 216 ff
 - Spermiogramm 183, 186
 - Spina bifida 68
 - Spinnbarkeit 136
 - SPM-Test s. Sperma-Penetrations-Meter-Test
 - Sport 52 ff
 - Spurenelemente, Mangel 69 f
 - STD s. Erkrankungen, sexuell übertragbare
 - Stellungen 154
 - ungünstige 155
 - Sterilisation, Rückgängigmachen 224
 - Stiefelternadoption 273
 - Stillen 34
 - HIV 118
 - Stoffe, giftige 39
 - Strahlung, nichtionisierende 81
 - Stress 50 ff
 - Arbeit 78
 - langes Warten 167
 - psychosozialer 51
 - Stressfaktoren 51
 - Stuhlgang, träger 135
 - Süßigkeiten 70
 - Syphilis 113
- ## T
- Tage, feuchte 136
 - Tauchen 54, 81
 - Technik, medizinische 169
 - Tee 72 f
 - Temperaturkontrolle per PC 142
 - Temperaturkurve 141 f
 - Temperaturtabelle 141
 - Teratozoospermie 216
 - TESE s. Spermienextraktion, testikuläre
 - Testosteron 145
 - TFT-Monitor 58
 - Thalassämie 96 ff
 - Tiefseetauchen 54
 - Toxoplasma gondii 103 f
 - Toxoplasmose 80, 82, 103
 - Translokation
 - balancierte 211
 - unbalancierte 211
 - Trauer, Behandlungsende 280
 - Trauerarbeit, Internet 121
 - Trichomonas 110 f



Trinken 65
 Trisomie 21 s. Down-Syndrom
 Tropeninstitut 56
 Tropenreisen 54 f
 Tubuli seminiferi 143

U

Übelkeit 162
 Überdruck 81
 Übergewicht
 – Fehlgeburt 210
 – Sport 52
 Überstimulierung 230 f
 Uhr, biologische 29
 Ullrich-Turner-Syndrom 88
 Ultraschall 190
 – rektaler 257
 Umfeld 173 ff
 Unfruchtbarkeit
 – erblich gewordene, intrazytoplasmatische
 Spermajektion 255
 – männliche, Ursachen 188
 – Rauchen 40
 – Risiko 27
 – sekundäre 214
 Unterernährung 60
 Untergewicht, extremes 60
 Unterstützung, soziale 51
 Untersuchung, andrologische 182 f
 Urologe 158, 160

V

Vaginaldusche 136
 Vaginalflora, Stärkung 109
 Vaginismus 275
 Vaginose, bakterielle 109
 Vasopressin 23
 Vater, rauchender 42
 Vaterschaft, Aufschub 24
 Vegetarier 71
 Verhütung 19
 Verhütungscomputer 124
 Verhütungsmittel, Absetzen 124 f
 Verstimmung, hormonbedingte 246
 Verwandte, nahe 86
 Verzweiflung 177
 Vitamin
 – A 65, 69

– B 12 71
 – B 6 121
 – D 64
 Vitamine 66 ff
 Vitaminmangel 59, 69 f
 Vollwertkost 64
 Vorkern 247

W

Warten, langes 167
 Wasser 65
 Wasserrohre 57
 Wechseljahre
 – beginnende 189, 199
 – nähernde 184
 – ungeplante Schwangerschaft 198
 Wechselwirkung, gestörte 205
 Weichkäse 104 f
 Wintersport 56 f
 Wohnung 57 f

Z

Zentrum für Humangenetik und Pränatal-
 diagnostik 92
 Zervix 126
 Zervixfaktor, pathologischer 205
 Zervixschleim 75, 126 f, 135
 – feindlicher 185
 – Spinnbarkeit 136
 Zigaretten 40 ff
 Zink 66
 Zona pellucida 130, 149
 Zuckerspiegel, Schwankungen 70
 Zwillinge, Pillenstopp 124
 Zwillingsschwangerschaft 29 f
 – IVF-Klinik, Auswahl 249 f
 Zygote 150
 Zyklus
 – unregelmäßiger 185
 – Varianten 134 f
 – weiblicher, Dauer 128
 Zyklusbeobachtung 139 f
 Zyklusdauer 132
 Zyklus-Kalender 140
 Zyklusstörungen 199 f
 Zysten 190
 Zytostatika 79