

Sehr geehrter Patient,

bei Ihnen ist eine Sperma-Untersuchung oder Spermaabgabe für eine Kinderwunschbehandlung geplant.

- Bei der **Sperma-Untersuchung** geht es darum, kurz nach einer Ejakulation die Spermamenge sowie die Zahl, die Beweglichkeit und das Aussehen der darin enthaltenen Spermien unter dem Mikroskop zu beurteilen.
- Bei der **Spermaabgabe** für die Kinderwunschbehandlung geht es darum, ein Ejakulat mit einer ausreichenden Menge an beweglichen Spermien zu gewinnen.

Es ist uns bewusst, dass wir mit dieser geplanten Spermaabgabe in Ihre Intimsphäre eindringen. Danke, dass Sie uns hierfür Ihr Vertrauen schenken!

Wichtig für einen optimalen Ablauf ist die Vorbereitung Ihrerseits. Hierfür steht Ihnen dieses Informationsblatt zur Verfügung.

1. Wie bereite ich mich auf die Untersuchung vor?

Einen Termin zur Untersuchung des Ejakulats haben wir mit Ihnen bereits vereinbart.

Die Vorbereitung auf die Untersuchung beginnt damit, dass Sie 2–3 Tage vor dem Termin eine letzte Ejakulation haben sollten (egal ob durch Masturbation oder im Rahmen eines Sexualkontaktes). **Die ejakulationsfreie Zeit vor der Untersuchung sollte also 2–3 Tage betragen!**

- Trinken Sie in den letzten Tagen vor dem Termin viel Wasser (2–3 Liter/Tag).
- Versuchen Sie bitte, am Tag der Spermaabgabe nicht übermüdet oder körperlich und seelisch erschöpft zu sein.
- Sorgen Sie dafür, dass am Tag der Spermaabgabe vor und nach dem Termin kein Zeitdruck herrscht und keine belastenden Aufgaben anstehen. Stress und Müdigkeit sind Faktoren, die die sexuelle Erregbarkeit negativ beeinflussen können.
- Bitte waschen Sie vor der Abgabe Hände und Genitalbereich gründlich mit Wasser.
- Das Benutzen von Desinfektionsmitteln, Gleitgel, Seife oder Creme ist **unbedingt** zu vermeiden.

2. Wie wird die Spermaabgabe durchgeführt?

Sie haben bereits mit uns besprochen, ob Sie die Spermaabgabe zu Hause oder bei uns im fertilitycenter durchführen möchten. Die Faktoren bei dieser Entscheidung sind die Wegstrecke zwischen Ihrer Heimatadresse und dem fertilitycenter (Anfahrtszeit sollte 30 min. nicht übersteigen) und die Frage, ob Sie sich bei der Abgabe zu Hause oder bei uns im fertilitycenter wohler fühlen. Für den Standort Neumünster gelten nur die Angaben für die Abgabe zu Hause.

Wenn die Spermaabgabe zu Hause erfolgt, beschriften Sie bitte vorher den Becher mit Ihrem **Namen und Geburtsdatum.**

Generell gilt für die Spermaabgabe Folgendes:

- Für die Ejakulation sollten Sie sich Zeit lassen, egal ob zu Hause oder bei uns im fertilitycenter.
- Es ist wichtig, dass sich Ihr sexuelles Erregungsniveau langsam aufbaut und ein möglichst hohes Niveau im Moment der Ejakulation erreicht.
- Egal, ob Sie zu Hause oder bei uns im fertilitycenter die Probe abgeben: Machen Sie die Spermagewinnung gerne **zusammen mit Ihrer Partnerin.** Bei uns im fertilitycenter haben wir einen geräuschgedämpften Raum für die Abgabe eingerichtet, in dem auch Ihre Partnerin herzlich willkommen ist.

- Wenn Sie die Spermaabgabe alleine durch Masturbation herbeiführen, dann nutzen Sie möglichst alle Hilfsmittel, die Ihr Erregungsniveau optimal steigern (Zeitschriften, Filme, etc.). Bei uns im fertilitycenter haben wir ein Videosystem mit ausgewählten Filmen installiert.
- Wenn Sie die Abgabe zusammen mit Ihrer Partnerin bevorzugen, dann ist Oralverkehr als Stimulation eine gute Voraussetzung für eine kräftige Ejakulation. Auch vaginaler Geschlechtsverkehr ist möglich. Wichtig dabei ist nur, dass der Verkehr rechtzeitig beendet und die Ejakulation dann vollständig durch Masturbation herbeigeführt wird. Die Ejakulation darf dabei ausschließlich in den Becher hinein stattfinden. Mit dem Mund aufgenommenes Sperma darf **nicht** verwendet werden.

3. Wie geht es unmittelbar nach der Spermaabgabe weiter?

Wenn die Abgabe zu Hause erfolgte, prüfen Sie bitte, ob Ihr **Name und Geburtsdatum** auf dem Becher notiert ist. Stellen Sie dann bitte den verschlossenen und von außen gereinigten Becher in den mitgegebenen Faltkarton. Anschließend geben Sie den Karton bitte zusammen mit dem vollständig ausgefüllten Identifikationsbogen innerhalb von 30-40 min. nach der Ejakulation an der Rezeption des fertilitycenter ab.

Beachten Sie bitte auch, dass die Probe beim Transport von zu Hause möglichst warm gehalten wird. Dieses ist vor allem im Herbst und Winter wichtig.

Denken Sie daran, Ihren Personalausweis und Ihre elektronische Gesundheitskarte mitzubringen.

Wenn Sie die Abgabe im fertilitycenter durchgeführt haben, stellen Sie den verschlossenen und von außen gereinigten Becher in die Durchreiche. Der Becher wurde von uns bereits mit Ihrem Namen beschriftet.

Gegenüber dem Abgabezimmer befindet sich ein Herren-WC, wo Sie sich gerne etwas frisch machen können. Wenn die Abgabe problemlos verlaufen ist, können Sie die Praxis ohne weitere Rücksprache mit unserem Personal verlassen. Bei Problemen bitten wir um kurzen Hinweis am vorderen Rezeptionstresen – ein/e Mitarbeiter:in wird das weitere Vorgehen mit Ihnen besprechen.

4. Wann und wie erfahren Sie, was bei der Untersuchung des Spermas herausgekommen ist?

Die Befundmitteilung erfolgt immer durch die Ärztin/den Arzt. Eine Beurteilung des Datenblattes ist ohne ärztliche Hilfe nicht möglich. Bitte vereinbaren Sie hierzu an der Rezeption einen Termin. Die Befundübermittlung ist in der Regel ab dem Folgetag möglich.

Falls Sie weitere Fragen haben, können Sie sich jederzeit vertrauensvoll an die Mitarbeiter:innen des fertilitycenters wenden.

Ihr Team vom **fertilitycenter** Schleswig-Holstein