

Frühlingsgefühle: Wie sich der Kinderwunsch im Frühling verändert und was es dabei zu beachten gilt

30. März 2026

Die ersten Sonnenstrahlen, längere Tage und das innere Aufblühen lassen bei vielen Paaren den Kinderwunsch stärker werden. Gleichzeitig bleibt die Zahl der tatsächlichen Geburten hinter diesem Wunsch zurück. Ein zentraler Grund: Frauen werden im Durchschnitt später schwanger.

Frühlingsgefühle und biologische Realität

Wien, 30. März 2026. Ausbildung, Karriere und Selbstverwirklichung führen dazu, dass immer mehr Frauen ihren Kinderwunsch nach hinten verschieben. Trotz medizinischer Fortschritte lässt sich die biologische Uhr nicht anhalten. Auch bei regelmäßigem Zyklus nimmt die Fruchtbarkeit mit zunehmendem Alter deutlich ab; entscheidend sind Qualität und Anzahl der Eizellen.

Social Egg Freezing kann mehr zeitliche Flexibilität ermöglichen, ist jedoch kostenintensiv und mit körperlichen Belastungen und Nebenwirkungen verbunden.

Mythen, die sich halten

Die Fruchtbarkeit bleibt nicht bis ins höhere Alter konstant. Bereits ab Mitte 30 nimmt die Eizellreserve deutlich ab. Gleichzeitig verschlechtert sich die Qualität der Eizellen, die Wahrscheinlichkeit genetischer Fehlentwicklungen steigt und die Chance auf eine erfolgreiche Befruchtung sinkt.

Auch die Qualität der Spermien ist relevant. Unerfüllter Kinderwunsch sollte deshalb immer als gemeinsames Thema beider Partner betrachtet werden.

Drei praktische Empfehlungen

Erstens: Frühzeitig mit dem Kinderwunsch auseinandersetzen und realistische Entscheidungen treffen. Zweitens: Auf Lebensstil und Gesundheit achten; Rauchen, übermäßiger Alkoholkonsum, starkes Übergewicht und Bewegungsmangel können die Eizellqualität beeinträchtigen. Drittens: Familienplanung nicht zu lange aufschieben, da medizinischer Aufwand und emotionaler Druck mit zunehmendem Alter steigen können.

Bewusstsein schaffen

Es geht nicht darum, Frauen vorzuschreiben, wann sie Kinder bekommen sollen. Entscheidend ist ein realistisches Bild der Fruchtbarkeit und eine frühzeitige Information über Maßnahmen, die einen späteren Kinderwunsch unterstützen können.

Über ProFem

Das Pharma-Unternehmen ProFem GmbH mit Sitz in Wien wurde 2012 von DI DDr. Marion Noe-Letschnig gegründet und hat sich auf die klinische Entwicklung innovativer Medikamente zur Behandlung von Frauenkrankheiten spezialisiert. Das Leadprojekt Candiplus® befindet sich in der letzten Phase der klinischen Entwicklung. ProFem kooperiert mit einem Netzwerk international anerkannter Experten und spezialisierter Forschungsorganisationen.

www.profem.at

Rückfragehinweis: Heidi Hrusa, Senior Consultant, YIELD Public Relations GmbH, h.hrusa@yield.at, +43
660 830 02 62