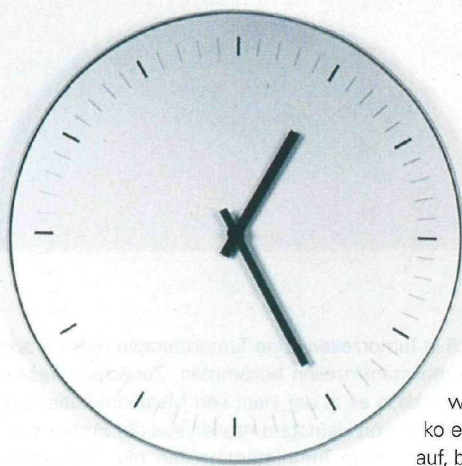




# DAS ABLAUFDATUM DER MÄNNER

Sind Männer wirklich ihr Leben lang fruchtbar oder tickt auch bei ihnen die biologische Uhr?

Text: [martina.weinbacher@wellness-magazin.at](mailto:martina.weinbacher@wellness-magazin.at)



**N**nach allem, was man über die Risiken einer späten Mutterschaft kennt, wollten wir wissen, ob auch Männer ein Ablaufdatum haben, wenn es um die Fruchtbarkeit geht. Und siehe da, die Wissenschaft bestätigt, dass sich das Alter auch auf die Zeugungskraft des Mannes auswirkt.

**Wann bekommt ihr denn nun endlich ein Baby?** Welche Frau, die in ihren 30ern ist, hat diese Frage noch nicht von Familienangehörigen oder Bekannten gehört. Wenngleich ungewollt, setzen die Fragenden Frauen nicht selten unter Druck, besonders, wenn sie sich auf die gesundheitlichen Risiken des fortschreitenden Alters berufen. Denn wie wissenschaftlich belegt und mittlerweile allseits bekannt ist, nimmt die

Anzahl und Qualität der weiblichen Eizellen mit dem Alter stetig ab, zusätzlich ist die Wahrscheinlichkeit chromosomaler Fehlverteilungen bei einer späten Mutterschaft größer. „Eine Frau in den Zwanzigern weist nur etwa ein 15-prozentiges Risiko eines genetischen Defektes der Eizelle auf, bei einer Vierzigjährigen sind bereits 80 Prozent der Eizellen fehlerhaft. Somit steigt das Risiko einer Fehlgeburt oder einer Behinderung beim Neugeborenen. Auch genetisch bedingte Krankheiten können bei Kindern, deren Mütter bei der Kindszeugung über 40 Jahre sind, vermehrt auftreten“, erklärt Mathias Brunbauer, ärztlicher Leiter der Wiener KinderwunschKlinik. Grundsätzlich nimmt bei der Frau die Fruchtbarkeit mit fortschreitendem Alter ab, bis die Menopause schließlich zur Infertilität führt. Hingegen kann der Mann laut der gängigen Meinung Zeit seines Lebens uneingeschränkt Kinder zeugen.

**Dass dem nicht so ist**, widerlegte unter anderem 2007 eine Studie der Soroka Universität in Israel. Während die Spermienqualität im Alter von 30 bis 35 noch sehr gut ist, nimmt sie spätestens ab dem 40. Lebensjahr deutlich ab. Ab dem 55. Lebensjahr ist überhaupt eine signifikante Verschlechterung zu erkennen, so die Studie. „Die Samenqualität hängt grundsätzlich von drei Komponenten ab, vom Spermienvolumen, der Form des Samens und der Beweglichkeit. Gesundes, schnelles Spermium sollte

pro Sekunde sechs Mal die Körperlänge zurücklegen“, erklärt Dr. Brunbauer. Die Gesamtmobilität der Spermien beginnt beim Mann schon mit 25 Jahren abzunehmen. Dabei verringert sich die Vorwärtsgeschwindigkeit (straight line velocity (VSL)) der Spermien und Samenfäden aber auch die Fähigkeit der Spermien geradeaus zu schwimmen (linearity (LIN)) nimmt ab. Stellt man die Gruppe der 30 bis 35-jährigen Männer jener der über 55-jährigen gegenüber, sind die Spermien der älteren Vergleichsgruppe um ganze 54 Prozent weniger beweglich. „Im Alter nimmt zusätzlich die Anzahl der deformierten Spermien zu, was die Fruchtbarkeit wiederum verringert, denn nur ein normal aussehender Samen ist befruchtungsfähig“,

erklärt Univ.-Doz. Dr. Peter Kemeter vom Wunschnbaby Institut Feichtinger in



Wien. Was lustig klingt, nimmt die weibliche Eizelle in der Tat sehr ernst: Entspricht der männliche Samen nicht dem gängigen Erscheinungsbild, lässt ihn die Eizelle von vorn herein abblitzen. Weil die Spermien ihr Ziel insgesamt nur langsamer und weniger ziel-sicher erreichen und unter Umständen nicht allzu wohl geformt sind, ist die Fruchtbarkeit demnach auch bei Männern im fortgeschrittenen Alter eingeschränkt, wenn auch in einem geringeren Ausmaß als bei der Frau.

### Aber nicht nur die Fertilität nimmt beim Mann im Alter ab.

Die späte Vaterschaft birgt auch andere Risiken für den Nachwuchs, das konnten die University of California, in Berkeley gemeinsam mit dem Lawrence Livermore National Laboratory (LLNL) belegen. Laut deren Studie verändert sich die genetische Qualität des Spermias beim Mann, weil es mit dem fortschreitenden Alter zu chromosomalen Brüchen kommt. Dies führt dazu, dass die Anzahl der DNA-Schäden in Spermium von Männern zwischen 36 und 57 Jahren durchschnittlich drei Mal so hoch ist, wie die der 35-jährigen Männer. Somit steigt das Risiko für Fehlgeburten, gleichzeitig können genetisch bedingte Krankheiten beim Nachwuchs auftreten. Die kalifornische Studie, bei der Samen von 97 gesunden, nicht rauchenden Männern im Alter von 22 bis 80 Jahren untersucht wurde, kam zu dem Ergebnis, dass die im Samen häufiger auftretende Genmutation zu Achondroplasie, einer gestörten Knorpelbildung und damit zu Zwergenwuchs führt. Zusätzlich kann durch genetische Mutationen beim Kind das Apert-Syndrom ausgelöst werden, das sich in Gesichtsdeformierungen und fehlgeformten Fingern und Zehen sowie geistiger Behinderung äußert. Dr. Brunbauer stimmt den Ergebnissen zu: „Im Gegensatz zur Frau produziert der Mann im Hoden Zeit seines Lebens immer neue Spermien. Mit etwa 40 Jahren hat ein Mann schon 400 Zellteilungen erlebt, wodurch es zu Verschleißerscheinungen und somit zu Zellmutationen kommen kann.“ Laut Brunbauer bestünde für Kinder älterer Väter zusätzlich das Risiko an Schizophrenie, Autismus, dem Down-Syndrom oder dem Klinefelter-Syndrom zu leiden, bei dem beim männlichen Nachwuchs die Samenproduktion lebenslang ausbleibt.

### Unter Umständen führt das fortgeschrittene männliche Alter

auch zu Problemen bei der künstlichen Befruchtung, wie im Assuta Medical Center in Rishon LeZion, Israel festgestellt wurde. Weil die Samenqualität ab 40 Jahren beim Mann stetig abnimmt, kann es bei der IVF-Behandlung (In-Vitro-Fertilisation, Befruchtung im Glas) zu einem Therapieversagen kommen, wodurch die Frau erst gar nicht schwanger wird. Aufgrund der abnehmenden Samenqualität hat man sich im Wunschbaby Institut Feichtinger dazu entschieden nur Samenspenden von Männern bis zum 35. Lebensjahr zu akzeptieren, erklärt Kemeter: „Sicher gibt es 50 oder 60-jährige mit einem sehr guten Spermogramm. Da wir es uns aussuchen können, bevorzugen wir aber prinzipiell das Spermium von jüngeren Männern. So können wir das Risiko von infertilem oder defektem Spermium von vorne herein reduzieren.“ In der KinderWunschKlinik löst man das Problem anders, sagt Brunbauer: „Bei uns können auch ältere Männer ihren Samen spenden. Denn bei der Auswertung des Spermogramms erkennen wir ohnedies, ob Defekte irgendeiner Art vorliegen. Ist das Spermium eines älteren Mannes biologisch und genetisch einwandfrei, nutzen wir es gerne.“

### Wie man schon anhand der unterschiedlichen Auswahlkriterien

der zwei erwähnten Kliniken erkennt, gibt es verschiedene Zugänge zur Fruchtbarkeit des Mannes im Alter. Dies ist im Übrigen auch bei der Frau nicht anders. Während die



Dr. Mathias Brunbauer, ärztlicher Leiter der Wiener Kinder-Wunsch-Klinik

einen von vermehrten Gefahren sprechen, berufen sich die andren auf die geringe Relevanz der Risikofaktoren. Dr. Brunbauer gehört in jedem Fall zu den Optimisten, sagt er selber: „Im Grunde genommen brauchen etwas ältere Paare keine Angst haben. In den meisten Fällen verläuft eine Schwangerschaft auch bei ihnen ganz normal, das beobachten wir jeden Tag in der

Klinik. Zusätzlich gibt es die Möglichkeit der pränatalen Diagnoseuntersuchung, bei der Risiken ausgeschlossen werden können.“ Auch spreche die Statistik für einen positiven Zugang zur Thematik, so Brunbauer: „Alle relevanten Forschungen gehen von einer leichten Erhöhung des Risikos aus. So ist etwa die Chance als 20-jährige ein Kind mit Down-Syndrom zu bekommen 1 zu 300. Mit 40 Jahren liegt sie bei 1 zu 100. Wenn man es losgelöst von den Emotionen betrachtet, dann ist 1 zu 100 ein geringes Risiko.“ Prinzipiell nehme die Risikoauflärung eine wichtige Stellung ein. Dies führe öfter dazu, dass negative Aspekte fälschlicherweise im Vordergrund stünden und bei den Patienten Angst erzeugen: „Meistens reden wir beim Thema der späten Elternschaft über das eine Problem, das auftauchen könnte aber nicht über die 99 Prozent, die ohnedies in Ordnung sind“, so Brunbauer. Dass Männer und Frauen eine tickende biologische Uhr in sich tragen, das ist unbestreitbar. Dass es gleichzeitig völlig gerechtfertigt ist, wenn der Storch bei der einen oder dem anderen erst zu einem späteren Zeitpunkt drei Mal klappert, auch das ist medizinisch kaum zu widerlegen. ■

