



Natürliche Heilmittel für Fruchtbarkeit

Wenn Sie Schwierigkeiten haben, schwanger zu werden, gibt es eine Vielzahl von natürlichen Fruchtbarkeitsmitteln, die Sie verwenden können, um Ihre Chancen auf eine Empfängnis zu verbessern. Hier sind einige der beliebtesten natürlichen Fruchtbarkeitsmittel, die derzeit erhältlich sind: 1) Akupunktur als Fruchtbarkeitsbehandlung. Die Praxis der Akupunktur ist eine alte chinesische medizinische Praxis, aber seit kurzem gewinnt sie im Westen mehr Aufmerksamkeit, da zahlreiche wissenschaftliche Studien begonnen haben, ihre Wirksamkeit zu demonstrieren. Einige Versicherungspläne decken sogar Akupunkturbehandlungen ab, daher sollten Sie Ihren Plan überprüfen, um zu sehen, ob Sie abgedeckt sind. Akupunktur beinhaltet das Einführen von dünnen Nadeln in bestimmte Körperpunkte, und …



Wenn Sie Schwierigkeiten haben, schwanger zu werden, gibt es eine Vielzahl von natürlichen Fruchtbarkeitsmitteln, die Sie verwenden können, um Ihre Chancen auf eine Empfängnis zu verbessern. Hier sind einige der beliebtesten natürlichen Fruchtbarkeitsmittel, die derzeit erhältlich sind:

1) Akupunktur als Fruchtbarkeitsbehandlung. Die Praxis der Akupunktur ist eine alte chinesische medizinische Praxis, aber seit kurzem gewinnt sie im Westen mehr Aufmerksamkeit, da zahlreiche wissenschaftliche Studien begonnen haben, ihre Wirksamkeit zu demonstrieren. Einige Versicherungspläne decken sogar Akupunkturbehandlungen ab, daher sollten Sie Ihren Plan überprüfen, um zu sehen, ob Sie abgedeckt sind. Akupunktur beinhaltet das Einführen von dünnen Nadeln in bestimmte Körperpunkte, und obwohl es sich um Nadeln handelt, empfinden die meisten Patienten es als eine praktisch schmerzlose Behandlung. Tatsächlich hat sich gezeigt, dass Akupunktur Stress drastisch reduziert, und es hat sich auch gezeigt, dass sie eine positive Wirkung hat, wenn sie mit Standard-Fruchtbarkeitsbehandlungen wie IVF kombiniert wird. Eine deutsche wissenschaftliche Studie aus dem Jahr 2002 zeigte eine viel höhere Schwangerschaftsrate bei Frauen, die sich gleichzeitig einer Akupunktur- und IVF-Behandlung unterzogen, im Vergleich zu Frauen, die nur eine IVF-Behandlung erhielten (42,5 % gegenüber 26,3 %), und die Ergebnisse dieser Studie wurden bei zahlreichen Gelegenheiten repliziert. Akupunktur kann auch in Verbindung mit natürlichen Fruchtbarkeitsmitteln verwendet werden.

2) Traditionelle Fruchtbarkeitskräuter. Es gibt eine Vielzahl von Kräutern, die seit Tausenden von Jahren zur Behandlung von Fruchtbarkeitsproblemen eingesetzt werden. Die chinesische Medizin hat eine große Auswahl an Kräutern für die Fruchtbarkeit, ebenso wie die westliche traditionelle medizinische Praxis. Einige beliebte Fruchtbarkeitskräuter sind Traubensilberkerze, Himbeerblatt, Brennnesselblatt, Mönchspfeffer und Dong Quai. Bei der Verwendung von Kräutern sollte jedoch Vorsicht walten, denn nur weil sie „natürlich“ sind, bedeutet das nicht, dass sie nicht wirksam oder potenziell gefährlich sind, wenn sie missbraucht werden.

3) Fruchtbarkeitsmassage. Wie die Akupunktur kann die Fruchtbarkeitsmassage helfen, die Empfängnis zu fördern, indem sie Stress und Hormone reduziert. Einige argumentieren

auch, dass es hilft, das Blut und die Körperfunktionen im massierten Bereich zu stimulieren. Es gibt viele Massagezentren, die sich auf Fruchtbarkeitsmassagen spezialisiert haben, und es gibt auch Massagetechniken für die Selbstfruchtbarkeit, die praktiziert werden können.

4) **Ernährungsumstellung.** Sogar viele Ärzte befürworten, dass eine Ernährungsumstellung die Fruchtbarkeit fördern kann, insbesondere wenn Sie übergewichtig sind, was Ihre Chancen auf eine Empfängnis erheblich verringern kann. Einige der Ernährungsumstellungen, die Ärzte vorgeschlagen haben, um die Fruchtbarkeit zu verbessern, umfassen die Eliminierung aller Transfette aus Ihrer Ernährung, den Verzehr von Vollkornprodukten und viel Obst und Gemüse sowie den Verzehr von Vollfett-Diätprodukten.

5) **Fruchtbarkeitsreinigungen.** Einige Naturheilpraktiker schlagen vor, dass eine Ganzkörperreinigung, die Giftstoffe aus Ihrem Körper entfernt, vorteilhaft für die Förderung der Fruchtbarkeit und die Schaffung einer gesunden Umgebung für den Fötus ist. Nach einer Schwangerschaft sollten Sie jedoch niemals eine Reinigungskur durchführen.

6) **Kombinierte natürliche Fruchtbarkeitsbehandlung.** Viele Frauen berichten über den größten Erfolg mit natürlichen Fruchtbarkeitsmitteln, wenn sie mehrere natürliche Fruchtbarkeitsmittel kombinieren. Es ist jedoch sehr wichtig zu wissen, wie man diese verschiedenen natürlichen Fruchtbarkeitsmittel richtig miteinander kombiniert.

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki