

- 4 **Der Omega-3-Index in der Schwangerschaft – warum der Status entscheidet**  
*Prof. Dr. med. Clemens von Schacky*
- 11 **Omega-3-Fettsäuren verbessern die Fertilität, den Schwangerschafts- und Wochenbettverlauf und die kindliche Entwicklung**  
*Prof. Dr. med. Ingrid Gerhard*
- 15 **Impressum**
- 16 **Endometriose geschieht häufig – besonders beim unerfüllten Kinderwunsch**  
*Prof. Dr. med. Burkhard Schütz, Dr. rer. nat. Heiko Hofmann, Sara Faraji*
- 24 **Grundlagen des Mikrobioms, Bedeutung und Therapiemöglichkeiten in der Schwangerschaft und Neonatalzeit**  
*Dr. med. Nussy Wagner*
- 41 **Kinderwunsch – neue Therapiewege mit der Clustermedizin**  
*Dr. med. Sabine Scheeben, Ludmilla Wasinger*
- 46 **Labordiagnostik und Bedeutung der Vitamin-D-Versorgung bei unerfülltem Kinderwunsch und in der Schwangerschaft**  
*Cornelia Doebeis, Katrin Huesker, Bernhard Hocher*
- 50 **Unerfüllter Kinderwunsch: wie die Fruchtbarkeit des Mannes mit Mikronährstoffen gesteigert werden kann**  
*Dr. med. Annette Balz-Fritz, Laura Paul, M. Sc.*
- 56 **Mitochondrien, weibliche und männliche Fruchtbarkeit, Gesundheit von Eizellen und frühen Embryonen – ein kurzer Überblick**  
*Prof. Dr. rer. nat. habil. Brigitte König*
- 64 **Intervall-Hypoxie-Training für die Familienplanung**  
*Dr. med. Egor Egorov*
- 70 **Epigenetik und Fruchtbarkeit**  
Individualisierte Handlungsempfehlungen für eine gesunde Mutter und ein gesundes Baby  
*Carola Kissel, Corinna van der Eerden*
- 77 **Die Wirkung von EGCG, dem wichtigsten Catechin aus dem grünen Tee, auf die Gesundheit und Fruchtbarkeit von Frauen**  
*Dr. rer. nat. Nina Devrnja*
- 81 **PQQ, Q10 und Fertilität**  
*Peter Rohsmann*
- 85 **Wenn der Storch nicht liefern will**  
Beste Voraussetzungen für eine gute Fertilität und eine gesunde Schwangerschaft aus psychointegrativer und integrativmedizinischer Sicht  
*lic. phil. Flavia Krogh, Dr. med. Jolin Fischer*
- 92 **Fertilität und Schwangerschaft – das ist mittlerweile keine Selbstverständlichkeit mehr!**  
*Dr. med. Dirk Wiechert*
- 94 **Fertilität und Schwangerschaft gezielt positiv beeinflussen**  
*Susanne Schwärzler*