

## **Männer mit Kinderwunsch achten auf ihre Kleidung**

### **Enge Hosen beeinträchtigen Spermienqualität**

**Köln, Juni 2013.** Seit einigen Jahren wieder absolut im Trend – enge Jeans für Männer. Doch Mediziner zeigen sich besorgt und warnen: Zu enge Hosen schaden der Manneskraft, denn die sogenannten „Skinny Jeans“ wirken sich unter Umständen negativ auf die Fruchtbarkeit aus und gefährden somit den Kinderwunsch. Zu enge Kleidung kann eine Überhitzung der Hoden hervorrufen, deren Temperatur die Qualität der Samenzellen beeinflusst. Drücken Hosen oder Unterwäsche die Geschlechtsorgane an den wärmenden Körper, zerstört der Wärmestau im Hodensack die Spermien. Dies führt oft zu einer vorübergehenden Unfruchtbarkeit.

Hoden befinden sich von Natur aus außerhalb des Körpers, weil zwei bis drei Grad Celsius unter der normalen Körpertemperatur als optimal für eine uneingeschränkte Samenproduktion gelten. Alles was darüber liegt vertragen Spermien nicht. „Damit das heiße arterielle Blut Hoden nicht zu stark erwärmt, dient ein Venengeflecht um die Geschlechtsorgane als Kühlsystem. Dies wirkt aber nur, solange ein Mann steht oder geht“, erklärt Dr. Reinhold Schaefer, Urologe und ärztlicher Geschäftsführer des Ärztenetzwerks Uro-GmbH Nordrhein. „Im Sitzen – verstärkt durch spannende und enge Hosen – funktioniert es nicht mehr. Durch den kneifenden Stoff staut sich die Wärme und die Hodentemperatur steigt spürbar an.“ In ihrer Produktion beeinträchtigt sind Spermien dann nicht mehr so agil wie bei normalen Temperaturen gebildete Samenzellen. Mediziner belegen dies am Beispiel einer Fiebererkrankung. Messen Männer über zwei bis drei Tage eine Körpertemperatur von über 38 Grad, erhitzt das Fieber die Geschlechtsorgane ähnlich stark wie beim Sitzen mit überschlagenen Beinen. Vorrübergehend kann die Spermienproduktion soweit

---

#### **Pressekontakt**

komm | public! - Romy Robst – Große Düwelstraße 28 - 30171 Hannover  
robst@komm-public.de - fon: 0511-89 88 10-11 - fax: 0511-89 88 10-10

#### **Direktkontakt**

Uro GmbH Nordrhein - Sabine Kapla - Kaiser-Wilhelm-Ring 50 - 50672 Köln  
kapla@trielingsdorf.de - fon: 0221-13 98 36-55 - fax: 0221-13 98 36-65

zusammenbrechen, dass es vier bis zwölf Wochen dauert ehe der Samenerguss wieder Spermien aufweist.

„Entscheidend ist aber weniger, was Männer an Kleidung tragen, als vielmehr, was sie gerade machen. So erhöhen neben enger Unterwäsche und Hosen besonders sitzende Tätigkeiten oder langes Autofahren die Temperatur im Hodensack“, weiß Dr. Schaefer aus langjähriger Praxiserfahrung. „Wer den Laptop auf dem Schoß hat oder im Auto die Sitzheizung aufdreht, verstärkt diesen Wärme-Effekt.“ Zwar wäre für eine dauerhafte Schädigung eine wochen- bis monatelange Überhitzung der Hoden nötig, doch vermindert bereits eine lange Wärmeeinwirkung über Stunden kurzzeitig die Spermienqualität. „Männer mit Kinderwunsch sollten daher auch keine heißen Bäder nehmen, auf Heizdecken im Winter verzichten und nicht unters Solarium oder in die Sauna gehen“, rät der Urologe.

Weitere Informationen unter [www.urologen-nrw.de](http://www.urologen-nrw.de).

---

**Pressekontakt**

komm | public! - Romy Robst – Große Düwelstraße 28 - 30171 Hannover  
robst@komm-public.de - fon: 0511-89 88 10-11 - fax: 0511-89 88 10-10

**Direktkontakt**

Uro GmbH Nordrhein - Sabine Kapla - Kaiser-Wilhelm-Ring 50 - 50672 Köln  
kapla@frielingsdorf.de - fon: 0221-13 98 36-55 - fax: 0221-13 98 36-65