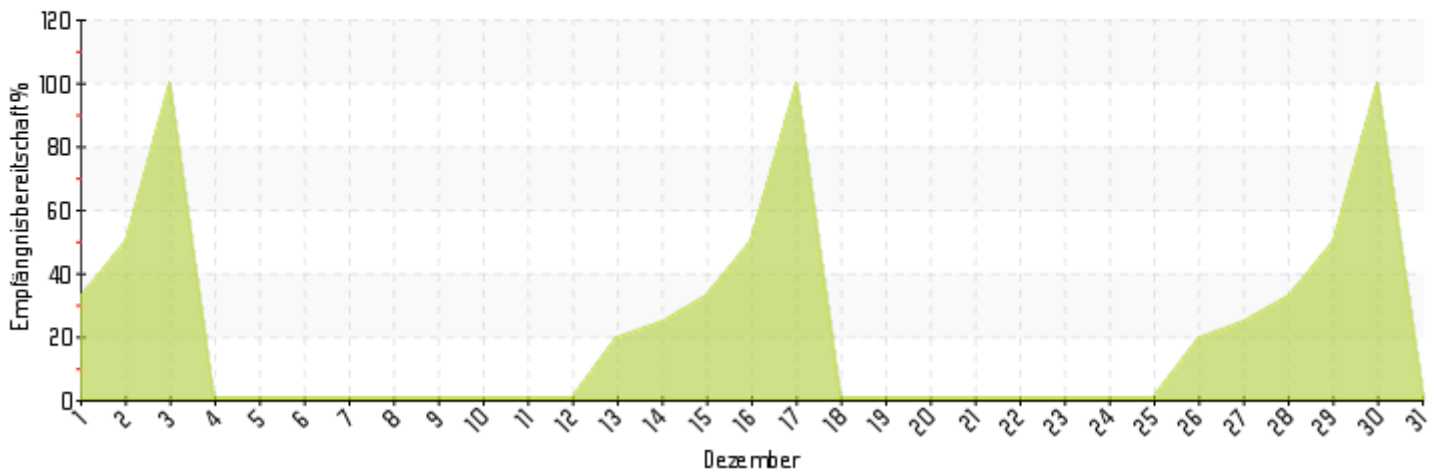


Auswertung der Empfängnistage für Erika Mustermann geb. 29.03.1959 um 17:24 in München Bogenhausen

Anleitung und Legende siehe weiter unten

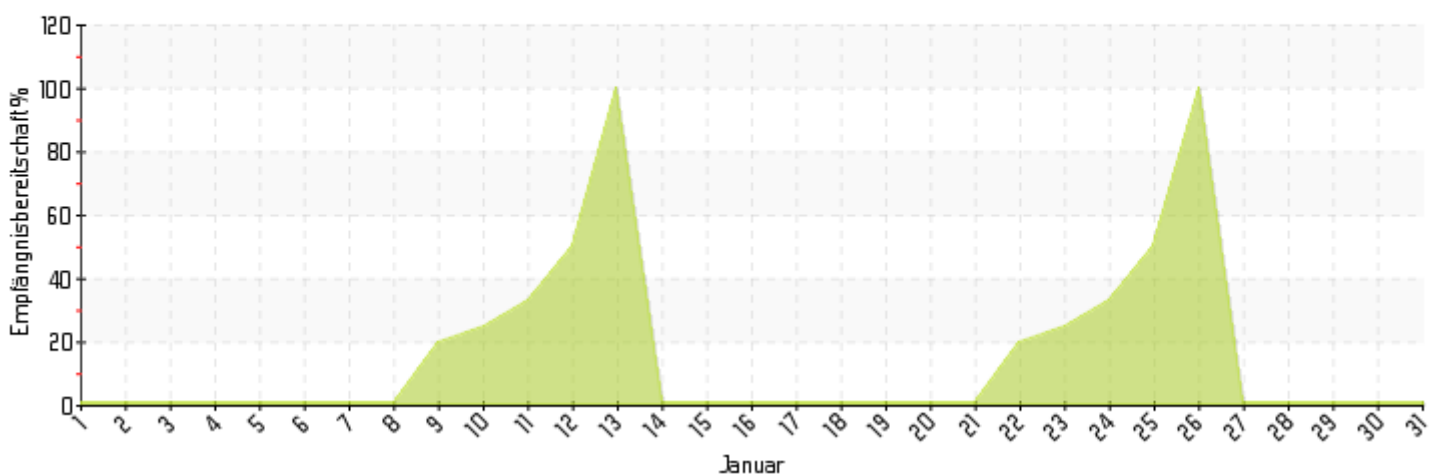
Empfängnistage für Dezember 2011

Erika Mustermann, 29.03.1959, 17:24 München Bogenhausen



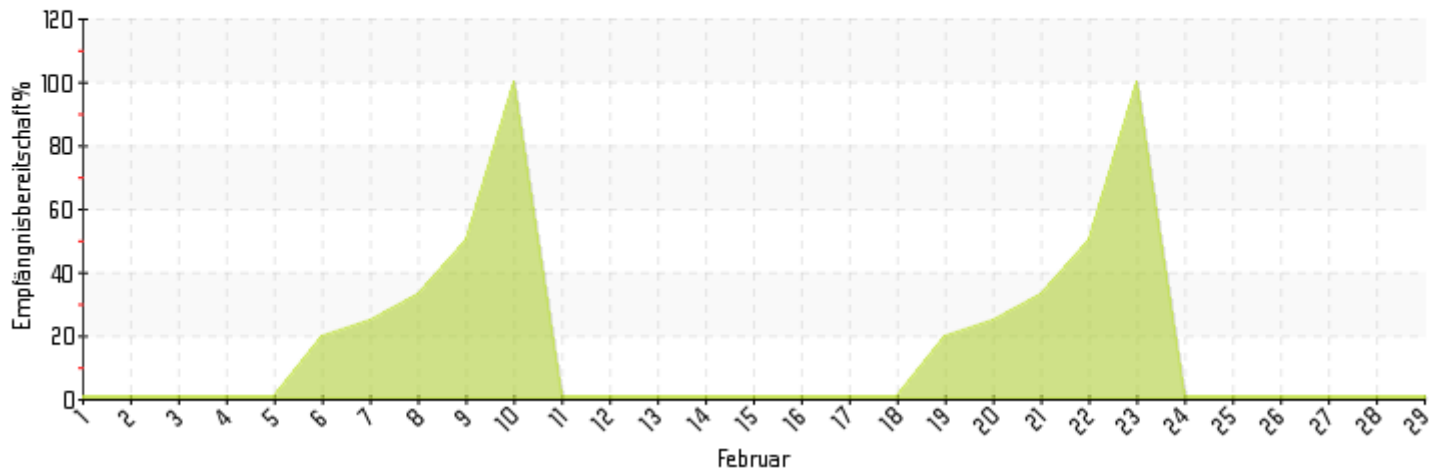
Empfängnistage für Januar 2012

Erika Mustermann, 29.03.1959, 17:24 München Bogenhausen



Empfängnistage für Februar 2012

Erika Mustermann, 29.03.1959, 17:24 München Bogenhausen

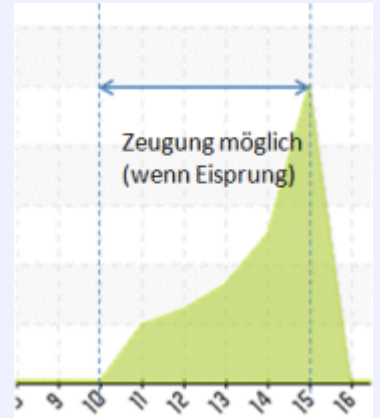


Anleitung und Legende

In den Grafiken werden jeweils die aus *astrologischer Sicht* möglichen Empfängnistage grün markiert. Damit es zu einer Empfängnis kommen kann, müssen diese Termine mit einem Eisprung zusammenfallen (oder es muss zumindest ein Eisprung innerhalb des grün markierten Bereichs möglich sein).

Nur wenn also ein möglicher Eisprung in einen der grünen Bereiche fällt, ist aus astrologischer Sicht eine Empfängnis möglich. Wir haben dazu in den 80er-Jahren Untersuchungen durchgeführt, bei denen wir die Zeugungsdaten von Kindern überprüft haben, deren Mütter den genauen Zeitpunkt der Empfängnis angeben konnten.

Die grünen Bereiche sind – entsprechend der maximalen Lebensdauer von Spermien – vor den Tagen angeordnet, die wir als mögliche Empfängnistage berechnet haben. Die exakten Termine entnehmen Sie bitte der folgenden Liste.



Das jeweilige Optimum/Maximum wird in den nächsten 90 Tagen zu folgenden Terminen erreicht:

3.12.2011	17:57 Uhr
18.12.2011	1:30 Uhr
31.12.2011	2:01 Uhr
14.1.2012	6:52 Uhr
27.1.2012	10:47 Uhr
10.2.2012	13:30 Uhr
23.2.2012	19:09 Uhr

Da Spermien maximal 7 Tage überleben (im Regelfall jedoch nur 3 Tage) haben wir den wahrscheinlichsten Bereich, also die 5 Tage vor den Terminen aus der Liste oben, grün markiert. Bitte beachten Sie, dass es sehr wichtig ist, dass Sie Geburtsort und Geburtszeit richtig angeben, damit diese Zeiten korrekt errechnet werden können.

Wege zu einem gesunden, regelmäßigen Zyklus und Eisprung

- 1 Entgiften Sie Ihren Körper (und den ihres Partners). Es gibt zum Beispiel eine Reihe sehr guter Entgiftungstees, fragen Sie dazu Ihren Apotheker. Ebenfalls entgiftend bzw. entschlackend wirken Meerrettich, Knoblauch, Bärlauch und Kapuzinerkresse – setzen Sie diese wohlschmeckenden Pflanzen auf Ihren Speiseplan.
- 2 Durch Einnahme des östrogenähnlichen homöopathischen Mittels Ovaria comp. Globuli (Wala oder Weleda) in der ersten Zyklushälfte unterstützen Sie die Eizellreifung, verbessert die Qualität und die Menge des Zervixschleimes bzw. die Qualität der Eizelle. Zur genauen Anwendung und eventuellen Risiken bitte auf jeden Fall beim Arzt oder Heilpraktiker informieren! Nicht einnehmen bei Zysten und Myomen!
- 3 Bryophyllum D6 in der zweiten Zyklushälfte unterstützt die Einnistung des Eies. Auch hier gilt: Informieren Sie sich dazu bei Ihrem Arzt, Heilpraktiker oder Apotheker.
- 4 Wir sehen heute kaum noch den Mond, der aber ein wichtiger "Taktgeber" für den Zyklus ist. Stellen Sie zwei Tage vor Vollmond bis zwei Tage nach Vollmond eine schwache Lampe ans Bettende oder hinter ein Möbelstück (so dass sanftes, diffuses Licht im Schlafzimmer herrscht, das den Vollmond simuliert). Diese Maßnahme synchronisiert den Zyklus, muss aber konsequent (d.h. über lange Zeit) angewendet werden.

Ratschläge zur Erhöhung der Empfängnisbereitschaft

- 1 Extrem wichtig: Vermeiden Sie Stress. Stress ist ein vielfach unterschätzter Faktor, der sich massiv auf die Fruchtbarkeit auswirken kann. Sie signalisieren ihrem Körper: Ich bin furchtbar unter Druck. Die Botschaft, die beim Körper ankommt ist: Jetzt ist keine gute Zeit für ein Kind. Also: Entspannen Sie sich, lassen Sie alles ruhiger angehen, verbringen Sie viel Zeit in der Natur. Und beschäftigen Sie sich mental mit dem Thema Schwangerschaft.
- 2 Falls Sie rauchen: Hören Sie mit dem Rauchen auf! Rauchen wirkt sich sehr negativ auf die Fruchtbarkeit aus, bei Frauen wie bei Männern. Ärzte warnen regelmäßig davor, dass Nikotin die Fruchtbarkeit von Männern und Frauen beeinträchtigt und die Empfängnis verzögert oder verhindert.
- 3 Führen Sie ein möglichst regelmäßiges Leben. Die bloße Vermeidung von Stress ist schon ein großer Beitrag, aber Sie sollten zusätzlich auch aktiv darauf achten, ein regelmäßiges und harmonisches Leben zu führen. Essen Sie zu festen Zeiten. Haben Sie Spaß im Leben, aber vermeiden Sie Exzesse.
- 4 Achten Sie auf ausreichenden, regelmäßigen Schlaf. Zu wenig Schlaf führt zu einer Reihe von Störungen im Körper, im Stoffwechsel und auch im Hormonhaushalt. Keine gute Voraussetzung für eine Empfängnis. Wenn Sie unter Schlafstörungen neigen: Informieren Sie sich in Ihrer Apotheke über die nebenwirkungsfreie Aminosäure L-Tryptophan, die (in Deutschland) rezeptfrei erhältlich ist. Aus ihr bildet sich im Gehirn das Schlafhormon Melatonin (und zusätzlich auch das Glückshormon Serotonin).
- 5 Ernähren Sie sich gesund und ausgewogen. Abgesehen davon, dass Sie sich um Ihren Körper durch schlechte Ernährung schaden bekommt, schlechter ernährter Körper das Signal: Wir können nicht anständig für ein Kind sorgen.
- 6 Falls Sie Amalgamfüllungen haben: Erwägen Sie, diese zu ersetzen. Amalgam ist quecksilberhaltig. Quecksilber bringt u.a. den Hormonhaushalt durcheinander und beeinflusst so die Empfängnisfähigkeit negativ.