



## OHSS - Information

Liebe Patientin,

Sie haben auf die Stimulation stark angesprochen, es haben sich dadurch zahlreiche Eibläschen gebildet. Dadurch haben Sie ein erhöhtes Risiko, ein sogenanntes **Ovarielles Überstimulationssyndrom (OHSS)** zu entwickeln. Die Eierstöcke sind dabei stark vergrößert und durch Flüssigkeits- und Eiweißverlust kann es in Folge zur Ansammlung von Wasser im Bauchraum kommen. Daraus folgt auch eine Eindickung des Blutes und es steigt die Thrombosegefahr, außerdem kommt es zu einer verminderten Flüssigkeitsausscheidung durch die Nieren.

**Die Überstimulation selbst ist kein Risiko für das Erzielen oder Aufrechterhalten einer Schwangerschaft**, ganz im Gegenteil, das Entstehen einer Schwangerschaft wird dadurch sogar begünstigt. Wenn eine Schwangerschaft eintritt, können die Symptome jedoch über mehrere Wochen bestehen bleiben, während sie sonst mit der nächsten Blutung abklingen. Die meisten Fälle eines stark ausgeprägten OHSS können durch engmaschige Kontrollen im KIWUZ abgefangen werden, in seltenen Fällen kann aber eine stationäre Aufnahme notwendig sein.

### Symptome bei OHSS:

- Starke Bauchschmerzen, Zunahme des Bauchumfanges
- Atembeschwerden
- Verminderte Harnausscheidung, dunkler Harn
- Übelkeit, Erbrechen

**Bitte melden Sie sich bei uns, wenn eines oder mehrere der angeführten Symptome auftreten.**

Wir sind rund um die Uhr unter unserer **Notfallnummer: +43 - 1 - 40 111 - 5417** für Sie erreichbar. Je nach Befinden besorgen Sie sich bitte eine Krankmeldung vom praktischen Arzt.

### Möglichkeiten zur medizinischen Therapie durch das Kinderwunschzentrum:

- blutverdünnende Spritzen (Lovenox)
- Dostinextabletten (über 8 Tage 1 x täglich, 1 Tablette vor dem Schlafengehen)
- falls nötig Aszitespunktion (Ablassen des Wassers aus dem Bauchraum)

### Was können Sie sonst noch tun?

**Eiweißreiche Ernährung:** Tofu, fetter Fisch (wie gedünsteten Kabeljau & Lachs, Makrele), Hülsenfrüchte (Erbsen, Linsen), Fleisch (gebratene Pute), Nüsse (Sesam, Pistazien und Mandeln ungesalzen!)

#### Vitamin C:

Kartoffeln gedünstet, gebraten  
Sanddorn, Beerenfrüchte

#### Vitamin B

Karottensaft+1TL Leinöl  
Bananen

**Entschlackend und nierenaktivierend** wirken z.B. gekochter Naturreis, Basmatireis, Hirse, Quinoa. Trinken Sie **reichlich Wasser ohne Kohlensäure (3-4 Liter) !!!** Elektrolytgetränke (Gatorade, Isostar), bei **Verstopfung** empfiehlt sich die Einnahme von Magnesium oder Laevolac

### Körperliche Aktivität:

- Vermeiden Sie körperliche Anstrengung soweit als möglich, halten Sie bei starken Beschwerden Bettruhe ein.
- Vermeiden Sie ausgedehntes Sonnenbaden, trinken Sie immer reichlich
- Achten Sie auf ausreichende Harnausscheidung

### Vermeiden Sie:

- blähende Speisen, abführende Tees, kohlenstoffhaltige Getränke
- Sport
- von **Geschlechtsverkehr** ist bei **starken Symptomen**, v.a. bei stark vergrößerten Eierstöcken, **abzuraten**.