

# Samenqualität sinkt ab Mitte 20

## Die Beweglichkeit der Spermien nimmt pro Jahr um 0,7 % ab

**Die Beweise, dass die Samenqualität des Mannes mit steigendem Alter abnimmt, häufen sich. Neue Ergebnisse bestätigen: Mit jedem Jahr sinkt die Samenqualität erwachsener Männer und somit spielt das Alter für die männliche Fertilität eine größere Rolle als bisher angenommen wurde.**

Gemäß Forschungen an der University of California/Berkeley beeinflusst das Alter nicht nur das Samenvolumen, sondern auch, und das noch drastischer, die Spermienbeweglichkeit. Diese sinkt jedes Jahr um 0,7 Prozent. Mit jedem Jahr soll sich auch das Samenvolumen um 0,03 Milliliter reduzieren.

Die Wahrscheinlichkeit, dass bei einem 22-jährigen Mann die Samen-

motilität beeinträchtigt ist, liegt demnach bei 25 Prozent. Das Risiko erhöht sich mit zunehmendem Alter. Mit 30 Jahren könnte die klinisch abnorme Samenmotilität bereits bei 40 Prozent und bei 60-jährigen Männern bei 85 Prozent liegen. Dadurch unterscheidet sich die biologische Uhr des Mannes von der der Frau.

### Langsamer tickende Fruchtbarkeitsuhr bei Männern

Bei Frauen kommt es im Alter von etwa 35 Jahren zu einem abrupten Abfall der Fruchtbarkeit. Die männliche Uhr tickt quasi stufenweise. Warum sich die Samenqualität im Lauf der Zeit ändert, führen die Forscher auf

mehrere Faktoren zurück wie z.B. die Degeneration der Keimzellen, die Veränderung der Prostata, Umwelt- und psychologische Faktoren.

Anders als bei bisherigen Studien, die typischerweise Männer mit Fertilitätsproblemen inkludierten, basieren die aktuellen Ergebnisse auf einem „gesunden Männer-Sample“ von 97 Probanden zwischen 22 und 80 Jahren. Damit erhöht sich laut Eskenazi das Verständnis dafür, ob nun das Alter tatsächlich die Samenqualität einer gesunden Population beeinflusst. „Die Ergebnisse kommen insofern zum Tragen, da sich Männer immer später zu einer Vaterschaft entscheiden. Seit den 80er Jahren ist die Zahl der Männer, die im Alter zwischen 35 und 54 Jahren Vater werden, um 24 Prozent angestiegen.