

Dr. Sandra Elnekheli – Ärztin für Allgemeinmedizin  
Dipl. für Akupunktur - Dipl. für Sexualberatung – Selbstheilungsberatung

## 3 Schritte näher zum Kind

Liebes Kinderwunschpaar!

Ich möchte Ihnen eine Möglichkeit bieten Ihre eigene Kraft und Energie bestmöglich in Richtung Kind zu lenken.

**Der erste Schritt** wird gleichzeitig mit Beginn der Vorbereitung für den ivF Zyklus begonnen. Ziel des ersten Kontaktes ist, Sie individuell auf das kommende Monat vorzubereiten. Ein Entspannungstraining wird erlernt und dient dazu, dass Sie selbst jederzeit auch zu Hause einen entspannten Zustand herbeiführen können, der wichtig für die Bereitschaft des Körpers zur Einnistung des Embryos ist. Idealerweise kann man parallel dazu Akupunktur anwenden - bei Mann und Frau - die nachweislich den Erfolg der Befruchtung erhöhen kann.

**Der zweite Schritt** ermöglicht mit einer weiteren Entspannungsmethode Kontakt mit Ihrem Körper aufnehmen zu können. Der Körper kann erzählen was er gerade braucht und dementsprechend können Sie die verbleibende Zeit bis zum Embryotransfer positiv und gezielt nützen. Auch hier empfehle ich, den positiven Effekt der Akupunktur gleichzeitig zu nützen.

**Der dritte Schritt** wird direkt im Institut stattfinden. Die erlernten Entspannungstechniken werden angewendet um den Embryotransfer entspannt erleben zu können. 20 Minuten vor und 20 Minuten nach dem Transfer werden spezielle Akupunkturpunkte stimuliert, die die Einnistung des Embryos fördern.



Ich freue mich auf fruchtbare  
Zusammenarbeit!

Praxis: Thaliastr. 102/7  
1160 Wien  
Tel.0676 324 66 55  
[www.patchworkfamily.at](http://www.patchworkfamily.at)