

Geratherm basal Thermometer

Für die Zyklusselbstbeobachtung

Das Thermometer ist sehr gut für die **Zyklusselbstbeobachtung** geeignet. Es hat eine vergrößerte Skala, so dass leicht die für die **Natürliche Empfängnisregelung (NER)** erforderliche 1/20-Grad-Genauigkeit abgelesen werden kann.

Allerdings ist der **Beipackzettel** an einer entscheidenden Stelle kompromisslos **verbesserungswürdig!** Es steht dort unter „Was bedeutet Ovulation?“: „... Bei einem monatlichen Zyklus von 28 Tagen sind der 10. **und** 14. Tag die Tage, an denen Sie am wahrscheinlichsten schwanger werden können.“



Abgesehen davon, dass es wohl heißen sollte „... sind die Tage **zwischen** dem 10. und 14. Tag ...“ ist diese Anleitung geeignet, eine Schwangerschaft anzustreben. Wenn aber ein Paar **mit der NER eine Schwangerschaft vermeiden** möchte, dann ist der **Umkehrschluss möglicherweise fatal (= schicksalhaft)**. Das Paar darf keinesfalls davon ausgehen, dass die Tage vor dem 10. und nach dem 14. Tag unfruchtbar sind!!! Die **Regeln der NER** besagen, dass die **99,8%ige Unfruchtbarkeit zu Beginn des Zyklus** nur bis zum 6. Tag geht, und dies auch nur unter bestimmten Voraussetzungen, die die Anwenderin kennen muss (20-Tage-Regel, erweiterte Döring-Regel). Die **100%ig sichere Unfruchtbarkeit nach dem**

Eisprung beginnt am Abend des 3. Tages der Temperaturhochlage, nachdem drei morgendliche Messungen alle höher als die 6 vorangegangenen tiefen Messungen waren, und wenn die Messung des dritten Hochlagentages mindestens 0,2 °C über der Basislinie ist. Die Basislinie findet die Anwenderin, indem sie in ihrem Zyklusblatt eine horizontale Linie durch die höchste der 6 tiefen Messungen legt.

Was sich hier kompliziert anhört, ist in Wirklichkeit kinderleicht, wenn frau/man es erst mal verinnerlicht hat.

Diejenigen Menschen, die die NER anwenden möchten, sollten sich das **Buch von Prof. Rötzer** kaufen: „**Natürliche Empfängnisregelung – der partnerschaftliche Weg**“ aus dem Herder-Verlag.

www.iner.org

www.perle-ev.de

23.9.2011

Manfred van Treek

Arzt für Allgemeinmedizin und Naturheilverfahren

Viernheim