

---

Weitere sozialrechtliche Informationen sowie Ratgeber zum kostenlosen Download finden Sie stetig aktualisiert unter [www.betanet.de](http://www.betanet.de).

© 2025 beta Institut gemeinnützige GmbH | Kobelweg 95, 86156 Augsburg | [www.betanet.de](http://www.betanet.de)

---

# Epilepsie > Familienplanung

## 1. Das Wichtigste in Kürze

Antiepileptika können die Wirkung hormoneller Verhütungsmittel reduzieren. Bezüglich Schwangerschaft, Geburt und Stillen sollten werdende Mütter und Väter mit Epilepsie ärztliche Beratung und Betreuung in Anspruch nehmen. Kinder von Menschen mit Epilepsie haben im Schnitt nur ein leicht erhöhtes Risiko, an Epilepsie zu erkranken und das Risiko für Fehlbildungen ist trotz Antiepileptika in der Schwangerschaft nur leicht erhöht. Da die Mehrzahl der Schwangerschaften problemlos verlaufen, ist Epilepsie normalerweise kein Hindernis bei der Erfüllung eines Kinderwunsches.

## 2. Verhütung und Antiepileptika

Die Wirksamkeit mancher hormoneller Verhütungsmethoden (z.B. Pille) kann durch die Einnahme bestimmter Antiepileptika herabgesetzt sein, sodass kein sicherer Verhütungsschutz mehr besteht. Wer Antiepileptika einnimmt und eine Schwangerschaft verhüten will, sollte sich zu diesem Thema ärztlich beraten lassen und ggf. nach Alternativen suchen, z.B. Kondome oder eine Spirale.

## 3. Kinderwunsch bei Epilepsie

### 3.1. Risiken

Kinder von Eltern mit Epilepsie haben im Durchschnitt ein etwas höheres Risiko an **Epilepsie** zu erkranken als Kinder gesunder Eltern. Wenn beide Elternteile an Epilepsie erkrankt sind, steigt das Risiko.

Die Erbllichkeit von Epilepsie ist unterschiedlich:

- Selten wird Epilepsie direkt vererbt, oder eine Krankheit, bei der epileptische Anfälle zu den Symptomen gehören. Dann sind die Gene die einzige Ursache der Epilepsie. Wenn nur ein einziges Gen die Epilepsie verursacht, ist das Risiko es zu vererben besonders hoch. Ist ein Zusammenspiel mehrerer Gene die Ursache, sinkt das Risiko.
- Die meisten Epilepsien mit einem erblichen Anteil haben aber noch weitere Ursachen. Das heißt hier wird nur ein erhöhtes Anfallsrisiko vererbt, aber damit Anfälle auftreten, müssen noch weitere Faktoren hinzukommen.
- Manche Epilepsien sind überhaupt nicht erblich, weil sie ausschließlich andere Ursachen haben, z.B. ein Schädel-Hirn-Trauma.

Wer diesbezüglich Sorgen hat, kann bei einem Neurologie-Termin erfragen, ob eine genetische Beratung sinnvoll wäre. Wenn das der Fall ist, kann eine genetische Untersuchung genauere Aussagen zum persönlichen Risiko einer Vererbung ermöglichen.

Hat die Mutter Epilepsie, besteht ein leicht erhöhtes Risiko für **Fehlbildungen** beim Kind. Ursache können in der Schwangerschaft eingenommene Antiepileptika sein, aber auch ein erhöhtes genetischen Risiko oder Anfälle in der Schwangerschaft. Zur Vorbeugung von Fehlbildungen sollten Frauen, in Absprache mit dem Gynäkologen, bereits **vor** der Schwangerschaft ausreichend Folsäure zu sich nehmen. Das wird zwar allen Frauen mit Kinderwunsch empfohlen, ist aber aufgrund des erhöhten Risikos für Frauen mit Epilepsie noch wichtiger.

Die von Vätern eingenommenen Antiepileptika erhöhen zwar nicht das Risiko für Fehlbildungen, aber eine Behandlung mit dem Wirkstoff Valporinsäure vor und während der Zeugung kann das Risiko für neurologische Entwicklungsstörungen bei Kindern erhöhen.

Menschen mit Epilepsie sollten eine ungeplante Schwangerschaft, bzw. Zeugung, vermeiden und bei einem Kinderwunsch ausführliche neurologische und gynäkologische Beratung in Anspruch nehmen. Dann können die Antiepileptika angepasst werden, z.B. kann ein Wechsel von Antiepileptika mit dem Wirkstoff Valproinsäure zu einem anderen Medikament sinnvoll sein. In der Schwangerschaft ist das meistens zu riskant: Eine Umstellung erhöht das Anfallsrisiko und Anfälle können das Kind gefährden.

### 3.2. Fruchtbarkeit

Antiepileptische Medikamente und die Krankheit selbst können bei **Frauen** zu einer verminderten Fruchtbarkeit führen, da sie häufig unter Menstruationsstörungen, z.B. Zwischenblutungen und dem Ausbleiben der Regelblutung, leiden.

Aufgrund von Spermienveränderungen kann auch bei **Männern** die Fruchtbarkeit herabgesetzt sein. Zudem können sexuelle Funktionsstörungen, z.B. der Verlust des sexuellen Interesses sowie Orgasmus- oder [Erektionsstörungen](#), vorliegen. Ursache dafür können z.B. antiepileptische Medikamente oder psychische Begleiterkrankungen sein.

Betroffene sollten ihre Probleme unbedingt ärztlich abklären lassen, damit die Ursache der Funktionsstörung gefunden werden kann. Unter Umständen kann auf ein anderes Antiepileptikum ausgewichen werden. Spielen psychische Konfliktsituationen eine Rolle, kann eine psychotherapeutische Beratung oder Behandlung, evtl. in Form einer Paartherapie, hilfreich sein.

## 4. Schwangerschaft und Antiepileptika

Schwangere sollten in der Regel die **Antiepileptika weiter nehmen**, ggf. nach vorherigen Medikamentenänderungen und Dosisanpassungen, um das Risiko für Fehlbildungen beim Kind zu senken. Um Anfällen während der Schwangerschaft vorzubeugen, sollte die Patientin schon **vor** der Schwangerschaft optimal medikamentös eingestellt sein. Gefährlich kann es für die werdende Mutter werden, wenn ohne ärztliche Rücksprache die Medikation reduziert oder abrupt abgesetzt wird. Dies kann zu gefährlichen Anfällen führen und z.B. bei Stürzen die Mutter und das Ungeborene verletzen. Um das Anfallsrisiko im Blick zu haben, empfiehlt sich eine regelmäßige Blutuntersuchung.

Nur bei einer deutlichen Minderheit werden die Anfälle in der Schwangerschaft häufiger.

Vorgeburtliche Diagnostik wegen des erhöhten Risikos für Fehlbildungen kann sinnvoll sein, aber auch belasten. Näheres unter [Pränataldiagnostik](#).

Die Einnahme von Folsäure **während** der Schwangerschaft ist immer wichtig zur Vorbeugung von Fehlbildungen beim Kind, aber wenn die Mutter Epilepsie hat wegen des erhöhten Risikos noch wichtiger.

## 5. Geburt bei Epilepsie

Die Gebärende sollte auch während der Geburt die Antiepileptika weiter nehmen. Auch mit Epilepsie ist eine natürliche Geburt möglich. Die Diagnose einer Epilepsie allein ist kein Grund für einen Kaiserschnitt, aber er kann z.B. bei mehreren Anfällen während der Geburt nötig werden.

**A lle** Neugeborenen haben ein Risiko für lebensgefährliche Blutungen wegen eines Vitamin-K-Mangels und bekommen deshalb in der Regel möglichst schnell nach der Geburt **Vitamin-K** zur Vorbeugung. Die Einnahme bestimmter Antiepileptika durch die Mutter erhöht dieses Risiko, weshalb das Vitamin K hier **besonders wichtig** ist.

## 6. Stillen und Antiepileptika

Bei Müttern mit Epilepsie ist Stillen in der Regel problemlos möglich. Die Epileptikamedikamente finden sich zwar in geringer Menge auch in der Muttermilch, aber nur wenige Antiepileptika verursachen Nebenwirkungen beim Baby, z.B. zu starke Schläfrigkeit, Antriebsarmut oder Trinkschwäche. Bei Verdacht auf Nebenwirkungen sollte die Medikamentenkonzentration beim Baby untersucht und ggf. schrittweise abgestellt werden.

Abruptes Abstillen kann beim Kind Entzugssymptome auslösen.

## 7. Wochenbett mit Epilepsie

Wenn die Medikamentendosis in der Schwangerschaft oder bei der Geburt verändert wurde, muss sie ggf. nach der Geburt in ärztlicher Absprache erneut angepasst werden.

Bei einigen Epilepsieformen löst **Schlafentzug** Anfälle aus. Wenn ein Elternteil an einer solchen Epilepsieform leidet, sollte dieser sehr auf seine Nachtruhe achten. Die nächtliche Betreuung des Kindes sollte dann der gesunde Elternteil oder eine andere nahestehende Person übernehmen. Ist die stillende Mutter betroffen, kann es sinnvoll sein, Milch tagsüber auf Vorrat abzupumpen, um die Nachtruhe zu sichern.

Bei hoher Anfallshäufigkeit eines Elternteils sollten bestimmte Maßnahmen ergriffen werden, um das Kind nicht zu gefährden und die Unfallgefahr zu reduzieren:

- Beim Füttern so sitzen oder liegen, dass das Kind nicht herunterfallen kann.
- Das Baby nicht alleine baden.
- Das Baby auf dem Boden wickeln.
- Ein Tragetuch verwenden, aus dem das Baby nicht herausfallen kann.
- Kinderwagen mit automatischer Bremse.

[Elternassistenz](#) kann im Anfallsfall die Sicherheit des Kindes gewährleisten und einen Elternteil mit Epilepsie im Alltag unterstützen, z.B. Autofahrten bei fehlender Fahrtauglichkeit übernehmen. Damit die Assistenz rechtzeitig im Wochenbett zur Verfügung steht, sollte sie schon zu Beginn der Schwangerschaft gesucht werden und die Kostenübernahme beantragt werden.

## 8. Hilfen zur Betreuung von Kindern

Unter den folgenden Links finden Sie allgemeine Hilfen und Entlastungsmöglichkeiten bei der Kinderbetreuung:

- [Haushaltshilfe](#) bei akuter Krankheit, einem Krankenhausaufenthalt oder stationärer Reha
- [Tagespflege von Kindern](#) ergänzend oder als Alternative zur Betreuung in einer [Kindertagesstätte](#) (Kita) oder vor dem Aufnahmealter der Kita
- [Ambulante Familienpflege](#) , wenn die Haushaltshilfe von der Krankenkasse abgelehnt wurde oder nicht ausreicht
- [Kinderbetreuungskosten](#) bei Reha-Maßnahmen
- [Frühe Hilfen](#) bei großen Belastungen in der Schwangerschaft und den ersten 3 Lebensjahren
- [Elternassistenz](#) zur Ermöglichung selbstbestimmter Elternschaft trotz Behinderung

## 9. Praxistipps

- Bei der Deutschen Gesellschaft für Epileptologie e.V. können Sie unter <https://dgfe.org> > Service > EURAP die kostenlose Broschüre "Epilepsie und Kinderwunsch" bestellen oder herunterladen.
- Bei der Deutschen Epilepsievereinigung finden Sie Flyer zu Sexualität und zu Kinderwunsch auf den entsprechenden Seiten unter [www.epilepsie-vereinigung.de](http://www.epilepsie-vereinigung.de) > [Leben mit Epilepsie](#).
- Pro familia bietet Beratungen rund um das Thema Sexualität, Schwangerschaft und Kinderwunsch an. Anlaufstellen vor Ort finden Sie unter [www.profamilia.de](http://www.profamilia.de) > [Beratung](#) > [Unsere Beratungsstellen](#).
- Informationen für Eltern finden Sie über e.b.e. epilepsie bundes-elternverband e.v.  
Telefon: 0800 4422744  
E-Mail: [kontakt@epilepsie-elternverband.de](mailto:kontakt@epilepsie-elternverband.de)  
[www.epilepsie-elternverband.de](http://www.epilepsie-elternverband.de)

## 10. Verwandte Links

[Ratgeber Epilepsie](#)

[Epilepsie](#)

[Epilepsie > Therapie - OPs - Reha](#)

[Epilepsie > Ursachen - Diagnose - Formen](#)

[Epilepsie > Autofahren](#)

[Epilepsie > Inklusion](#)

[Epilepsie > Urlaub und Sport](#)

[Schwangerschaft Entbindung](#)

[Schwangerschaftsverhütung](#)