

---

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)

---

# Asthma > Schwangerschaft - Sexualität

## 1. Das Wichtigste in Kürze

Viele Betroffene mit Asthma sorgen sich darum, ihr Sexualeben oder einen Kinderwunsch nicht wie gewollt ausleben zu können. Ein gut kontrolliertes Asthma stellt jedoch keine Beeinträchtigung für eine Schwangerschaft dar. Betroffene sollten beim Sex auf ihre körperliche Belastung und mögliche Allergene achten.

## 2. Schwangerschaft

Es gibt keinen Grund, einer Asthmatikerin grundsätzlich von einer Schwangerschaft abzuraten.

Wenn Schwangere ihr Asthma mit Glukokortikoiden behandeln (z.B. Cortison), sollten sie dies mit ihren Ärzten besprechen. In der Regel wird die Einnahme der bisherigen Medikamente weitergeführt, da diese meist so dosiert sind, dass sie die Schwangerschaft und den Embryo bzw. Fötus nicht gefährden und auch keine Gesundheitsschäden beim Kind nach der Geburt drohen.

Asthma kann sich durch eine Schwangerschaft verändern. Besonders ist darauf zu achten, ob sich infolge der Hormonumstellung während der Schwangerschaft das Asthma verstärkt. Das passiert bei etwa einem Drittel der Schwangeren. Vor allem am Ende des 2. Trimesters kann es bei ihnen zu ausgeprägten Asthma-Anfällen kommen. Bei einem Drittel der Schwangeren verändert sich die Symptomatik während der Schwangerschaft nicht, bei einem weiteren Drittel kann sich die Symptomatik sogar bessern.

Ein Asthma-Anfall kann ein Risiko sein, da er zu einer Sauerstoffunterversorgung des Embryos oder Fötus führen kann oder weil er eine (hoch dosierte) Notfallmedikation erfordert. In der Schwangerschaft ist es für Betroffene durch die hormonellen Veränderungen, das zusätzliche Gewicht und die stärkere körperliche Belastung oft schwerer, mit einem Asthma-Anfall fertig zu werden. Deshalb sollten Schwangere ihre Therapie sorgfältig durchführen und Asthmaauslöser meiden.

Bei den meisten Asthma-Medikamenten gibt es keine Bedenken, wenn sie während der Schwangerschaft eingenommen werden. Eine ärztliche Absprache zu Beginn der Schwangerschaft ist jedoch sinnvoll, um die niedrigste Medikamentendosis zu finden. Im weiteren Verlauf ist es wichtig, das Asthma gut unter Kontrolle zu haben und sich selbst sowie die Entwicklung des Fötus regelmäßig ärztlich untersuchen zu lassen.

Falls eine Hyposensibilisierung als Therapie gegen allergisches Asthma in Anspruch genommen wird, sollte sie während einer Schwangerschaft nur dann fortgesetzt werden, wenn die Schwangere sie gut verträgt.

Mehrere Studienergebnisse weisen darauf hin, dass Frauen mit Asthma Empfängnisprobleme haben könnten. Es wird vermutet, dass dies mit Entzündungen im Körper zusammenhängt. Details meldet die Deutsche Lungenstiftung in einer Mitteilung unter [www.lungenaerzte-im-netz.de](http://www.lungenaerzte-im-netz.de) > Suchbegriff: "[Als Asthmatikerin mit Kinderwunsch möglichst früh mit der Familienplanung beginnen](#)".

## 3. Sexualität

Bei vielen Menschen mit chronischen Erkrankungen ist auch das Sexualeben mit betroffen. Die Ursachen dafür sind aber weniger die Medikamente, sie haben keine direkten Auswirkungen auf die Sexualfunktion, sondern eher Symptome wie Niedergeschlagenheit, [Depressionen](#), Unsicherheit und mangelnde körperliche Belastbarkeit.

Durch die körperliche Belastung beim Sex kann ein Asthma-Anfall währenddessen nicht ausgeschlossen werden. Betroffene sollten in dieser Situation auf ihre Medikamente zurückgreifen. Eine gute körperliche Verfassung und das Wissen um die eigenen Grenzen helfen dabei, das Asthma unter Kontrolle zu halten.

Da Asthmatiker häufig auch unter Allergien leiden, kann ein Test auf Latexallergie sinnvoll sein. Falls eine Latexallergie besteht, können spezielle Kondome aus Copolymeren verwendet werden. Duftkerzen, Parfums bzw. Aftershave, Tierhaare und Staub etc. können ebenfalls eine allergische Reaktion oder einen Asthma-Anfall auslösen.

## 4. Verwandte Links

[Asthma](#)

[Asthma > Allgemeines](#)

[Asthma > Behandlung](#)

[Asthma > Ernährung](#)

[Asthma > Kinder](#)

[Asthma > Sport](#)

[Asthma > Verhaltensempfehlungen](#)

[Allergien > Urlaub](#)