Epilepsie > Familienplanung

Das Wichtigste in Kürze

Antiepileptika können die Wirkung hormoneller Verhütungsmittel reduzieren. Zu 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.

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 Spirale.

Kinderwunsch bei Epilepsie

Epilepsie ist kein Grund, auf Kinder zu verzichten

Menschen mit Epilepsie müssen nicht auf Kinder verzichten. Sie sollten aber ihren Kinderwunsch möglichst bei der neurologischen Behandlung ansprechen, **bevor** sie mit der Verhütung aufhören. Manche Medikamente zum unterdrücken der Anfälle sollten nämlich nur bei sicherer Verhütung eingenommen werden oder wenn es kein anderes wirksames Medikament gibt. Bei Kinderwunsch kann es also sinnvoll sein, das Medikament zu wechseln.

Ist Epilepsie erblich?

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 Erblichkeit 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 besonders hoch, es zu vererben. 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.

Risiko von Fehlbildungen oder neurologischen Schäden beim Kind

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 genetisches Risiko oder Anfälle in der Schwangerschaft. Bei manchen Medikamenten zur Anfallsunterdrückung ist das Risiko für Fehlbildungen deutlich höher als bei anderen. Manche Medikamente erhöhen auch das Risiko für Entwicklungsstörungen oder eine Intelligenzminderung.

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.

Das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) hat Anfang 2024 eine Warnung auf Grundlage einer Warnung der Europäischen Arzneimittelagentur (EMA) herausgegeben: Eine Behandlung des Vaters mit dem Wirkstoff Valproinsäure vor und während der Zeugung **könnte** das Risiko für neurologische Entwicklungsstörungen bei Kindern erhöhen. Obwohl neuere Daten das **nicht** bestätigt haben, erhalten die EMA und das BfArM die Warnung vorsichtshalber weiter aufrecht (Stand September 2026). Im Moment soll eine weitere Studie klären, ob Entwarnung gegeben werden kann; die Ergebnisse werden 2028 erwartet.

Männer, die Valproinsäure einnehmen (bzw. ihre Partnerinnen) sollen nach der noch gültigen Warnung während und 3 Monate nach der Einnahme sicher verhüten. Sie sollten aber (genauso wie Frauen, die Valproinsäure einnehmen) bei einem Kinderwunsch das Medikament **nicht** einfach absetzen, sondern neurologisch abklären lassen, ob sie das Medikament wechseln können. Andernfalls riskieren sie ggf. lebensgefährliche Anfälle.

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

Fruchtbarkeit

Epileptische Anfälle können den Hormonhaushalt durcheinanderbringen und so die Fruchtbarkeit bei Männern und Frauen verringern. Deswegen kann eine gute Epilepsiebehandlung ggf. bei unerfülltem Kinderwunsch von Menschen mit Epilepsie helfen. Allerdings können auch manche Medikamente gegen Epilepsie die Fruchtbarkeit herabsetzen.

Sexualprobleme

Bei Epilepsie können bei allen Geschlechtern sexuelle Funktionsstörungen vorliegen, z.B. der Verlust des sexuellen Interesses sowie Orgasmus- oder Erektionsstörungen. Ursache dafür können z.B. die Epilepsie selbst, 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 hilfreich sein, evtl. in Form einer Paartherapie. Die Kosten für Paartherapie werden allerdings normalerweise nicht von der Krankenkasse übernommen, so dass andere Alternativen sinnvoller sein können, Näheres unter Erektile Dysfunktion.

Schwangerschaft und Antiepileptika

Schwangere mit Epilepsie sollten sich regelmäßig zu der Behandlung mit Medikamenten beraten lassen und auf keinen Fall eigenmächtig aus Sorge um das Kind die Medikamente absetzen oder die Dosis reduzieren. Denn Anfälle in der Schwangerschaft können nicht nur die Mutter, sondern auch das Kind gefährden. Das Risiko kann deutlich höher sein als das Risiko für Fehlbildungen oder neurologische Schäden beim Kind durch die eingenommenen Medikamente.

In der Schwangerschaft verändert sich der Stoffwechsel oft so, dass weniger von den Medikamenten im Blut der Schwangeren ankommt. Auch Erbrechen wegen der schwangerschaftsbedingten Übelkeit kann den Medikamentenspiegel senken. Schwangere sollten deswegen den Medikamentenspiegel im Blut regelmäßig kontrollieren lassen. Wenn er deutlich gesunken ist, muss die Dosis oft nach ärztlicher Absprache **erhöht** werden. In den ersten 2 Wochen nach der Entbindung wird sie in der Regel wieder auf die Dosis vor der Schwangerschaft verringert.

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 Untersuchungen in der Schwangerschaft.

Die Einnahme von Folsäure **während** der Schwangerschaft ist immer wichtig zur Vorbeugung von Fehlbildungen beim Kind. Für Schwangere mit Epilepsie ist sie aufgrund des erhöhten Fehlbildungsrisikos aber noch wichtiger.

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.

Stillen und Antiepileptika

Die Vorteile des Stillens überwiegen denkbare Risiken durch von der Mutter eingenommene Medikamente. Deswegen empfiehlt die wissenschaftliche Epilepsie-Leitlinie das Stillen auch dann, wenn Medikamente gegen Epilepsie eingenommen werden. Stillen senkt z.B. das Risiko des Kindes für Infektionen, Diabetes, Leukämie und plötzlichen Kindstod. Zudem hat es auch viele Vorteile für die Stillende, z.B. ein geringeres Risiko für Depressionen und Diabetes. Außerdem haben Stillende im Durchschnitt weniger Schlafmangel und Schlafmangel erhöht das Anfallsrisiko. Es gibt **keine** Hinweise auf Entwicklungsstörungen oder Organschäden bei gestillten Kindern, wenn die Stillende Medikamente gegen Epilepsie eingenommen hat.

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

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

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.

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 in der Schwangerschaft bis etwa zum 3. Geburtstag des Kindes
- Elternassistenz für Eltern mit Behinderung, um ihren Familienalltag selbstbestimmt zu gestalten

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 > 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 > Beratung > Unsere Beratungsstellen.
- Informationen für Eltern finden Sie über e.b.e. epilepsie bundes-elternverband e.v.
  Telefon Mo, Do, 9–12 Uhr: 0800 4422744
  E-Mail: kontakt@epilepsie-elternverband.de
  www.epilepsie-elternverband.de

Verwandte Links

Ratgeber Epilepsie

Epilepsie

Epilepsie > Behandlung - OPs - Reha

Epilepsie > Ursachen - Diagnose - Formen

Epilepsie > Autofahren

Epilepsie > Inklusion

Epilepsie > Urlaub und Sport

Schwangerschaft Entbindung

Schwangerschaftsverhütung

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg