



WIE *fit* IST MEIN HUND?

TEXT: KATE KITCHENHAM, DR. BRIGITTE GLÖWING

Weltweit gibt es rund 400 Hunderassen, die in Größe und Körperform extrem variieren. Würde man diese verschiedenen Typen ins Stadion zum Wettlauf schicken, würde dem Mops schon nach zehn Minuten die Puste ausgehen, während die meisten Windhunde auch nach fünf Runden Dauerlauf noch bei bester Laune wären. „Ein direkter Vergleich körperlicher Fitness oder sportlicher Talente, wie das bei Menschen über den Body-Mass-Index geht, wäre bei Hunden ziemlich unfair“, erklärt Claudia Rade, Fachtierärztin für Tierernährung und Diätetik. „Die Beurteilung der körperlichen Verfassung der Hunde muss unter Berücksichtigung von typ- und rasseabhängigen Kriterien erfolgen“, bekräftigt auch der Tierarzt Martin Bucksch aus Hamburg. Für DOGS haben beide die wichtigsten Fitness-Parameter zusammengefasst, mit denen Hundehalter die individuelle Konstitution ihrer Hunde einschätzen können.

FOTOS: GERARD BROWN, SYLVAIN CORDIER, APPLE TREE HOUSE, DAIICRAFT CO. LTD., JOHNNY JOHNSON, SHARON MONTROSE, EMERY WAY (2)/ALLE GETTY IMAGES

FITNESSSTATION 1: die Ernährung

Glänzt sein Fell, leuchten die Augen, ist seine Figur in Form? „Wird ein Hund optimal ernährt, ist er nicht nur ein schöner Anblick, seltener krank, sondern er hält auch sein Normalgewicht und setzt ein- bis zweimal am Tag gut geformten Kot ab“, erklärt Hundernährungsfachfrau Claudia Rade. Dabei kann gute Ernährung auf verschiedenen Wegen erreicht werden. Sogenannte Alleinfutter enthalten alle für die entsprechende Altersgruppe lebenswichtigen Nährstoffe im richtigen Verhältnis und in bedarfsdeckender Menge. Die Zugabe von Nahrungsergänzungen ist bei einer Ernährung mit Alleinfutter überflüssig. Ob Feucht- oder Trockenfutter gegeben wird, ist eher Geschmackssache als ein ernährungsphysiologischer Unterschied – die verwendeten Rohstoffe sind die gleichen.


Selbstverständlich ist es möglich, Hundefutter auch selbst zusammenzustellen. Dies erfordert Sachkenntnis über den Nährstoffgehalt der Zutaten wie Fleisch, Kartoffeln und Gemüse und den sehr individuellen Bedarf des Tieres. Wer sichergehen möchte, sollte die Rezeptur von einem Ernährungsexperten rechnerisch und, gerade wenn sie dauerhaft angewendet werden soll, mit den neuen Lebensphasen wiederholt auf Vollständigkeit überprüfen lassen.

Vorsicht bei Nahrungsergänzungen. „Nicht alle sind sinnvoll und in der Anwendung unbedenklich“, meint Claudia Rade. „Wird ein Alleinfutter oder eine vom Experten berechnete Ration gefüttert, kann das Untermischen dieser Mittel das Nährstoffgleichgewicht durcheinanderbringen.“ Vorsicht ist auch bei übermäßiger Anwen-

dung von Vitamin A und D geboten, da diese fettlöslichen Vitamine in der Leber gespeichert werden. Kalziumpräparate sind beim wachsenden Hund nur zu empfehlen, wenn eine Kalziumunterversorgung durch eine Rationsprüfung nachgewiesen wurde. Fragen Sie den Tierarzt danach. Wegen ihrer positiven Wirkung beliebt und relativ gut untersucht sind Präparate auf der Basis essenzieller Fettsäuren und Zink für schönes Fell oder solche mit gelenk wirksamen Substanzen zur Vorbeugung gegen Gelenkverschleiß.

Manche Hunde schlingen geradezu, andere beäugen mäkelig, was wir ihnen anbieten. „Beim schlechten Fresser sollte man zuerst ausschließen, dass organische Ursachen dahinterstecken“, rät Claudia Rade. Ist der Hund gesund, empfiehlt sie, nach einer halben Stunde den Napf wegzunehmen. „Der hastige Schlinger kann durch einen Futterball dazu gebracht werden, sein Futter langsamer zu sich zu nehmen.“ Generell gilt: Am besten zweimal pro Tag füttern und dem Hund nach dem Fressen eine Verdauungspause gönnen. „Bekommt der Hund täglich etwa zeitgleich sein Futter, wird sein Körper im Vorfeld mit der Produktion von Verdauungssäften beginnen, was wiederum die Nährstoffaufnahme verbessert.“

FITNESSSTATION 2: die Figur

Ein Problem mit überflüssigen Pfunden haben nicht wenige Hunde, so Tierärztin Rade. „Dreißig bis fünfzig Prozent aller Hunde in Deutschland sind übergewichtig.“ Als Richtwert zur Überprüfung des eigenen Hundes können Daten dienen, die „bei Rassehunden 



über das durchschnittliche Gewicht männlicher beziehungsweise weiblicher erwachsener Tiere vorliegen“, so Rade. Auch der sogenannte „Body Condition Score“ (BCS) kann leicht erkannt werden. Hierbei erfolgt eine Bewertung anhand von festgelegten Kriterien:

Bodycheck 1: Ist die Taille gut sichtbar?

Bodycheck 2: Sind Wirbelsäule und Rippen gut tastbar?

Bodycheck 3: Verlaufen Brust-Bauch-Konturlinien Richtung Knie ansteigend oder aufgrund starker Fettpolster im Bauch eher gerade?

Häufiger Auslöser für die Gewichtszunahme ist eine Kastration. „Kastrierte Tiere benötigen in der Regel ein Drittel weniger Energie als vor dem Eingriff.“ Ist der Hund bereits zu dick, gelingt ein gesundes und dauerhaftes Abnehmen oft nur mit tierärztlicher Unterstützung. **Claudia Rades Tipp:** „In einer guten Tierarztpraxis sind nicht nur Diätfuttermittel erhältlich. Das Praxisteam erstellt hier auch einen individuellen Diätplan.“ Darin enthalten sind eine Wiegekurve mit Start- und Zielgewicht, Futterart und -menge und voraussichtliche Dauer der Diät in Wochen. Wie bei den Weight Watchers kann dies nicht nur beim optimalen Abnehmen helfen, sondern auch Moral und Durchhaltevermögen des Halters stärken.

FITNESSSTATION 3: die Kondition

Puls, Herzschlag und manchmal auch die Körpertemperatur können bei Hunden individuell und nach Rasse schwanken. Die normale Atemfrequenz von Hunden liegt zwischen fünfzehn und dreißig Atemzügen pro Minute. „Beim Hecheln ist die Atmung nur oberflächlich, die Lunge wird nicht mit jedem Atemzug voll belüftet. Mit diesem Verhalten versucht der Hund, seine Körperwärme zu regulieren“, so Tierärztin Rade. Eine Beurteilung der Atemfrequenz, also wie stark der Hund nach einem Sprint über die Wiese aus der Puste kommt, ist im Hechelmodus daher nicht möglich. Hier kann der Pulsschlag Hinweis auf die Konstitution geben. Er wird beim Hund an der Innenseite des Oberschenkels gefühlt, wo eine kräftige Arterie verläuft. Die normale Pulsfrequenz liegt bei 80 bis 120 Schlägen pro Minute. „Kleine Rassen und junge Tieren haben höhere

Werte“, so Claudia Rade. Guttrainierte haben oft eine niedrigere Pulsfrequenz. Stark aufgeregte, kranke oder von Schmerz geplagte Hunde und trächtige Hündinnen zeigen erhöhten Pulsschlag.

Die Körpertemperatur liegt normalerweise zwischen 37,5 und 39 Grad Celsius, aber auch hier können junge und sehr aufgeregte Tiere höhere Werte aufweisen: „Beim Welpen gilt eine Körperwärme bis 39,5 Grad Celsius als normal“, weiß Dr. Rade, eine Temperatur, die bei erwachsenen Hunden schon ein Hinweis auf eine fiebrhafte Erkrankung sein kann. Auch die Augen, der Nasenspiegel sowie die Konstitution der Krallen verraten etwas über Bellos Fitness „und spiegeln mögliche Mangelerscheinungen oder Krankheiten wider“, so Dr. Bucksch, Fachtierarzt für Veterinärdermatologie. Seine Erfahrung hat ihn gelehrt: „Ein Hund mit tränenden Augen und stumpfem Fell wird auch im Konditionstest eher schlecht abschneiden.“ Steckt dagegen kein ernsthaftes Leiden dahinter, kann die traurige Erscheinung meist durch eine Ernährungsumstellung und gute Pflege oder durch sinnvolle Nahrungsergänzung verbessert werden.

FITNESSSTATION 4: das Wohlbefinden

Ist Ihr Hund eher eine Couch-Potato oder ein Sport-Junkie? Keine Sorge, wie offen und fröhlich ein Hund seine Umwelt wahrnimmt, ist ein viel wichtigerer Hinweis auf seine körperliche Konstitution und sein Wohlbefinden. Aber: Die meisten Hunde sind schnell für neue Dinge zu begeistern. „Aufmerksamkeit, Wachsamkeit und Lebensfreude hängen meist stark von individuellen Erfahrungen und Beschäftigungsangeboten durch den Besitzer ab“, so Dr. Bucksch.

Nutzen Sie die Begeisterung Ihres Hundes! Legen Sie Fährten im Wald aus und lassen Gegenstände oder Leckerbissen von Ihrem Hund finden. Oder verstecken Sie ein kleines Spielzeug oder einen besonderen Stock auf dem Spaziergang und fordern Sie ihn am nächsten Tag auf, es dort wiederzufinden. Ein neuer Kurs in der Hundeschule belebt müde Geister ebenso wie die Erkundung unbekannter Gegenden. Es regt Gehirnzellen an und kann für eine Verbesserung von Wohlbefinden und geistiger Fitness sorgen. 🐾

FOTOS: NICK RIDLEY (2), COREY HENDRICKSON, DARREN BOUCHER/ALLO GETTY IMAGES, ILLUSTRATIONEN: ROYAL CANIN








fit

TESTEN SIE IHREN HUND!

Wie fit ist er, wie fit müsste er sein? Im großen DOGS-Fitness-Check können Sie mithilfe von zehn Testfragen den aktuellen körperlichen und konditionellen Zustand Ihres Tiers prüfen

Wie beurteilen Sie die Figur Ihres Hundes?

-  • Rippen, Wirbelsäule und Beckenknochen stehen deutlich sichtbar hervor _____ **0 Punkte**
-  • Rippen, Wirbelsäule und Beckenknochen sind sichtbar, über den Rippen liegt eine dünne Fettschicht _____ **8 Punkte**
-  • Rippen, Rückgrat und Beckenknochen sind nicht sichtbar, aber gut zu fühlen, die Taille ist sichtbar _____ **10 Punkte**
-  • Rippen und Rückenwirbel sind nur schwer zu ertasten, die Taille ist nur zu erahnen _____ **8 Punkte**
-  • Auf dem Brustkorb, dem Rückgrat und am Rutenansatz liegt eine deutliche Fettschicht _____ **0 Punkte**

Wie steht es mit seiner Ausdauer?

- Er würde auf einer Radtour (oder bei ähnlicher Anstrengung) eher vor Erschöpfung umfallen als freiwillig aufgeben _____ **10 Punkte**
- Er ist unternehmungslustig und hat Spaß an der Bewegung, ist aber nach einer gewissen Zeit deutlich ermüdet _____ **8 Punkte**
- Mein Hund sucht auf der Hundewiese meist die Ruhe abseits des Tumults _____ **6 Punkte**
- Mein Hund meidet Tobereien mit Artgenossen _____ **6 Punkte**
- Mein Hund bleibt während des täglichen Gassigangs mehrmals stehen und kann nur schwer folgen _____ **0 Punkte**

In welchem Zustand ist sein Fell?

- Sein Fell schimmert seidig _____ **10 Punkte**
- Sein Fell ist weich und fettet nicht übermäßig _____ **10 Punkte**
- Sein Fell wirkt stumpf und schuppig _____ **0 Punkte**
- Mein Hund kratzt sich immer wieder _____ **6 Punkte**
- Mein Hund haart auffallend stark bzw. er haart das ganze Jahr über wie im Fellwechsel _____ **8 Punkte**

Wie beweglich ist Ihr Hund?

- Er überwindet spielend Hindernisse, die doppelt so hoch (nicht mehr als ca. 80 cm) sind wie er selbst _____ **10 Punkte**
- Der Sprung aufs Sofa (oder ähnlich erhöhten Platz) bereitet ihm keine Probleme _____ **8 Punkte**
- Beim Aufstehen hat mein Hund Schmerzen _____ **0 Punkte**
- Treppen läuft er ungern und wenn, dann nur seitwärts _____ **0 Punkte**
- Ins Auto kommt er nur noch mit einer Einstieghilfe _____ **0 Punkte**

Ist sein Temperaturempfinden rassetypisch?

- Trotz schlechten Wetters bewegt er sich beim Spaziergang ohne Probleme _____ **10 Punkte**
- Er hat langes bzw. dichtes Fell, und das Liegen auf kalten Fliesen macht ihm nichts aus _____ **10 Punkte**
- Bei kaltem Wetter beleckt er seine Gelenke auffällig oft _____ **6 Punkte**
- Zwar lieben Huskys eher die Kälte, Ridgebacks die Wärme, aber meiner hat im Vergleich zu Hunden gleicher Abstammung ein anderes Temperaturempfinden _____ **8 Punkte**
- Wenn es nasskalt ist, fällt ihm jede Bewegung schwer _____ **0 Punkte**

Wie gut ist seine Kondition?

- Auch nach einem mehrstündigen Spaziergang springt er gleich wieder auf für den nächsten _____ **10 Punkte**
- Er kann beim Wettrennen mit gleich großen Hunden auf der Hundewiese mühelos mithalten _____ **10 Punkte**
- Er liebt Apportierspiele, aber jetzt darf man die Bälle nicht mehr so weit werfen, sonst holt er sie nicht _____ **6 Punkte**
- Er hechelt noch sehr lange nach einer Anstrengung _____ **0 Punkte**
- Beim Spaziergang bleibt er zurück und legt sich öfter hin _____ **0 Punkte**

Ist die Verdauung in Ordnung?

- Er setzt täglich zwei Häufchen ab _____ **10 Punkte**
- Das Häufchen kommt unregelmäßig und nicht täglich _____ **6 Punkte**
- Er frisst sehr mäkelig _____ **6 Punkte**
- Er leidet häufig unter Durchfall _____ **0 Punkte**
- Er erbricht sein Futter regelmäßig _____ **0 Punkte**

Wie gesund sind seine Zähne?

- Seine Zähne sind strahlend weiß _____ **10 Punkte**
- Er hat einige wenige braune Beläge auf den Zähnen _____ **8 Punkte**
- Das Zahnfleisch ist dunkelrot und druckempfindlich _____ **0 Punkte**
- Er verströmt einen strengen Duft, sobald er seinen Mund öffnet _____ **0 Punkte**
- Fast alle Zähne sind von mineralisierten Ablagerungen überzogen, dem sogenannten Zahnstein _____ **0 Punkte**

Wie ist sein Gemütszustand?

- Er reagiert gelassen auf Lärm und Stress und erkundet neue Situationen aufmerksam und freundlich _____ **10 Punkte**
- Er erschrickt leicht und lässt sich schnell verunsichern _____ **6 Punkte**
- Er mag keine Veränderung und braucht einen immer gleichen Tagesablauf, um zur Ruhe zu kommen _____ **6 Punkte**
- Er wird manchmal nervös, lässt sich jedoch schnell wieder beruhigen _____ **8 Punkte**
- Er ist ständig nervös und hektisch _____ **0 Punkte**

Wie aufgeweckt ist Ihr Hund?

- Wenn ich wortlos nach Jacke, Leine und Schlüsselbund greife, rennt er zur Tür und will mit _____ **10 Punkte**
- Er nimmt Veränderungen und Reize aus der Umwelt oft vor mir wahr _____ **10 Punkte**
- Er bleibt meist desinteressiert liegen, wenn es an der Tür klingelt oder wenn ich nach Hause komme _____ **0 Punkte**
- Er ist oft müde und schlapp _____ **0 Punkte**
- Er reagiert nur selten, wenn ich ihn zum Spiel auffordere _____ **6 Punkte**

ADDIEREN SIE JETZT die Punkte, die Sie hinter den von Ihnen angekreuzten Antworten finden.

ANTWORTPUNKTE FÜR MEINEN HUND.....

WICHTIG: FÜR DEN INDIVIDUALWERT Ihres Hundes und um die Größen- und Altersunterschiede einzelner Tiere in diesem Fitnessstest zu berücksichtigen, benötigen ältere beziehungsweise größere Hunde einen kleinen Punktevorsprung. Der Grund: Große Hunde altern deutlich früher als kleinere. Machen Sie den Fitnessstest für Ihren großen Hund und addieren Sie bitte die unten genannten Punkte zur errechneten Punktezahl hinzu.

BRAUCHT IHR HUND BONUSPUNKTE?

Mein Hund ist kleiner als 70 cm:
Addieren Sie zu den Antwortpunkten + 10 Punkte

Mein Hund ist über 70 cm groß:
Addieren Sie zu den Antwortpunkten + 15 Punkte

Mein Hund ist bereits 5 bis 8 Jahre alt:
Addieren Sie zu den Antwortpunkten + 5 Punkte

Mein Hund ist älter als 8 Jahre:
Addieren Sie zu den Antwortpunkten + 10 Punkte

Mein Hund ist älter als 12 Jahre:
Addieren Sie zu den Antwortpunkten + 15 Punkte

GESAMTPUNKTE FÜR MEINEN HUND



DIE AUSWERTUNG: Wie steht es um das aktuelle Wohlbefinden Ihres Tiers? Mithilfe der errechneten Testpunkte erfahren Sie hier, wie fit Ihr Hund wirklich ist, was ihm möglicherweise fehlt und mit welchen Tricks sie seine Fitness steigern können

110 bis 130 Punkte ALLES IM GRÜNEN BEREICH!

Glückwunsch, Sie machen alles richtig! Ihr Hund ist fit und ausgeglichen, seine Ernährung ist sehr wahrscheinlich ausgewogen und seinem Bedarf optimal angemessen. Damit sein Wohlbefinden in Hochform bleibt, achten Sie auf Abwechslung in seinem Alltag – aktive Hunde wollen gefordert werden. Suchen Sie beispielsweise mal nach Wochenendseminaren, die Beschäftigungsangebote für Fortgeschrittene haben, Mantrailingkurse könnten so etwas sein. Im Urlaub könnten Sie auf geführten Hundewanderungen unbekannte Landstriche entdecken – informieren Sie sich im Internet, dort können Sie aus einer Fülle von Angeboten und Veranstaltungen wählen, zum Beispiel bei Anbietern wie www.canis-kynos.de oder www.hundewandern.de. Behalten Sie bei aller Lust auf anstrengendere Aktivitäten aber immer auch die ausgewogene Ernährung Ihres Hundes im Blick. Selbstverständlich gilt es auch, den eigenen Ehrgeiz zu zügeln und selbst Intelligenzbestien und Sportkanonen auf vier Pfoten die nötige Ruhe zum Müßiggang zu schenken. Immer der Nase nach kommt man auch durch die Natur, Hunde wissen das von uns allen sicher am meisten zu schätzen.

60 bis 109 Punkte GELBER BEREICH: DAS WARNSIGNAL

Im Prinzip geht es Ihrem Hund gut, doch er wirkt vielleicht etwas träge und schlapp. Auch Haut- und Fellprobleme sind häufig Zeichen von Mangelercheinungen. Hat sich vielleicht der Nährstoffbedarf Ihres Hundes verändert? Besonders Hunden, die über den Fellwechsel hinaus Fell verlieren oder unter Juckreiz leiden, kann mit einer Futterumstellung und zusätzlicher Gabe von Omega-3-Fettsäuren, hochwertigem Eiweiß oder Zink geholfen werden, zum Beispiel mit Vitamin-Mineralstoff-Protein-Tabletten. Besprechen Sie diese Möglichkeit aber vor dem Füttern mit Ihrem Tierarzt.

Die Figurprobleme Ihres Hundes bekommen Sie mit speziellem Diätfutter in den Griff. Diese Hundenahrungen sind energiereduziert, während der Bedarf an den übrigen Nährstoffen weiterhin gedeckt wird. Verlassen Sie sich aber nicht allein auf Diätfutter, versuchen Sie in der Abnehmphase außerdem, auf die Gabe von Kalorienbomben wie Kauknochen aus Rinderhaut zu verzichten.

Vielleicht ist es aber auch nur Ihre ungeteilte Aufmerksamkeit, die Ihrem Hund fehlt. Hand aufs Herz: Wie viel Zeit hatten Sie in den letzten Wochen wirklich nur für ihn übrig? Braucht er mehr Abwechslung und Ansporn, um wieder eigenen Antrieb zu entwickeln? Eintönige Spaziergänge, auf denen man nur hintereinanderher trottet, könnten Sie mit kleinen Spurensuchspielen interessanter gestalten. Und nicht nur Hütehunde lieben Bewegungs- und Reaktionssport. Das Problem: Die meisten Hundebesitzer bringen vor allem ihren jungen Hunden viele Tricks und Kommandos bei, vergessen aber, dass auch ältere Hunde die Herausforderung lieben. Sie stärkt ihr Selbstvertrauen, die Bindung zum Besitzer und sorgt für Zufriedenheit. Und das macht Ihren Hund wieder richtig fit!

0 bis 59 Punkte ROTER BEREICH: FIT IST ER NICHT

Ihrem Hund geht es nicht wirklich gut. Bei starken Haut- und Fellproblemen sollten Sie Expertenrat einholen. Hier sind Tierärzte zu empfehlen, die auf Ernährung spezialisiert sind. Sie erkennen sie an der Zusatzbezeichnung „Fachtierarzt für Tierernährung und Diätetik“ oder „Ernährung Kleintiere“. Diese Profis in Sachen Futter können Sie umfassend bei der Kaufentscheidung für das richtige Diätfutter oder beim Selbstzubereiten von Hundenahrung beraten. Wichtig: Leidet Ihr Schützling unter Fettleibigkeit, darf er nicht zu schnell abnehmen. Als Faustregel werden ein bis zwei Prozent des Körpergewichts pro Woche angegeben. Bei einem zehn Kilogramm schweren Hund entspricht das ungefähr 400 bis maximal 600 Gramm pro Monat, die von den Rippen schwinden dürfen.

Parallel zur Diät sollten mollige Hunde langsam wieder mehr bewegt werden. Achten Sie dabei auf eine sehr sanfte Steigerung der Aktivität, damit die Gelenke durch das Übergewicht nicht zu stark belastet werden. Auch Ängste oder Aggressionen können manchmal durch Stoffwechselstörungen, zum Beispiel durch eine Dysfunktion der Schilddrüse, auftreten und durch Nährstoffmangel eventuell noch verschlimmert werden. Neben dem Tierarzt sollte bei auffälligen Störungen des Verhaltens besonders ein gut ausgebildeter und erfahrener Trainer zurate gezogen werden: Manchmal sind es nur ein paar Verhaltensänderungen im Alltag, die dem Hund Ängste nehmen, ihm eine beruhigende Orientierung bieten. Dadurch wird Energie frei für neue, positive Erfahrungen, die beflügeln und dem Hund wieder mehr belebende Fitness schenken.

BODY-CHECK FÜRS GANZE JAHR

Um die Fitness Ihres Hundes auch langfristig überprüfen zu können, heben Sie sich den DOGS-Fitnessstest gut auf und machen ihn einmal pro Monat. Für die genaue Jahresbilanz übertragen Sie die Werte Ihres Hundes einfach in das Diagramm

DIE PERSÖNLICHE FITNESSKURVE 2012 FÜR

