

TOTAL GESTRESST

So beruhigen Sie die Nerven Ihres Hundes auf natürliche Art

Stress ist einer der Hauptkrankmacher unserer Zeit. Schlafstörungen, Migräneanfälle, Magenbeschwerden, Angstzustände, Herzinfarkte und viele andere gesundheitliche Macken gehen auf sein Konto ... – Manchen Menschen kostet Stress schließlich sogar das Leben.

Offensichtlich sind aber nicht nur menschliche Wesen vom nervlichen Superhype betroffen: Auch unsere Haustiere leiden unter Stresssymptomen und zwar nicht zu knapp. Tierarztbesuche, ein anstrengendes Ausstellungswochenende, sportliche Anforderungen, nichtartgerechte Haltungsbedingungen, Lärm, Hektik und viele andere Faktoren vermögen einen Hund unter massiven Stress zu setzen. Gesundheitliche Schädigungen sind dabei nicht auszuschließen, vor allem dann nicht, wenn die Belastung zum Dauerzustand wird. Treten die ersten Stresssymptome auf, greifen viele Hundehalter gleich zum Medikamenten-Schränkchen und bekämpfen Störungen, ohne dabei die eigentliche Ursache zu beheben. Das ist natürlich keine Dauerlösung und bringt meistens ohnehin nicht den gewünschten Erfolg. Wir wollen Ihnen Wege aufzeigen, Stressstörungen Ihres Hundes rechtzeitig zu erkennen und auch einige naturheilkundliche Therapien vorstellen, die helfen können, das nervliche Gleichgewicht Ihres Vierbeiners wieder herzustellen.

HYPERAKTIV

Ihr Hund ist immer auf 180? Er kann keine fünf Minuten lang still sitzen und verbreitet Daueraction? Dann ist er vermutlich überreizt oder unterfordert; beides bedeutet Stress und kann zu unerwünschten Verhaltensweisen führen. Hyperaktivität lässt sich vor allem bei Hunderassen beobachten, die von Natur aus eine extreme Leistungsbereitschaft mitbringen. Border Collies, Australian Shepherds, Kelpies und andere Hütehunde „drehen schnell am Rad“, wenn man sie nicht rassespezifisch beschäftigt oder ihnen zumindest eine Alternative bietet, bei der die bewegungsfreudigen Hunde ihrer Energie freien Lauf lassen können. Bietet sich überhaupt kein Ventil für Intelligenz und Arbeitsfreude, kann es zu krankhaftem Verhalten kommen. Manchmal werden sogar kleine Kinder, Katzen oder andere Familienmitglieder gehütet und das ist nicht lustig, denn das traurige Spielchen des unterforderten Hundes geht nicht selten mit einem gewissen Aggressionspotential einher.



Gähnen ist häufig ein Stress-Symptom des Hundes.

ANREIZE BIETEN

Bevor wir in die naturheilkundliche Schatzkiste schauen und prüfen, was es dort für Mittelchen gegen hyperaktives Verhalten gibt, muss erst einmal der allerwichtigste Punkt geklärt werden: Sie müssen dafür sorgen, dass Ihr Hund gemäß seiner angeborenen Bedürfnisse beschäftigt wird. Vielleicht findet er Spaß am Agility-Sport, geht im Dog Dancing auf oder würde gerne mit Artgenossen beim Coursing glänzen. Unter Umständen sind aber auch eine jagdliche Ausbildung, Hütearbeit, Schlittenhundesport, Dummy-Arbeit oder Wassertraining die idealen Wunderwaffen gegen Unterforderung und dadurch bedingte Hyperaktivität. Es gibt so viele Möglichkeiten: Sie müssen nur für sich und Ihren Hund die beste finden.

REIKI

Reiki ist eine der ältesten Heilmethoden überhaupt. Das Prinzip dieser beliebten Therapie besteht im Auflegen der Hand auf bestimmte Körperteile. Wir haben es hierbei weniger mit esoterischen Kräften als mit Wirkungen von Körperwärme und physischer Nähe zu tun und das kann auch bei gestressten Hunden hilfreich sein. Da es anfangs ohnehin schwierig sein wird, Ihren hyperaktiven Hund zur Ruhe zu bringen, sollten Sie einmal täglich eine Reiki-Sitzung einplanen. Das Ganze nimmt auch nur einige Minuten in Anspruch und ist folglich leicht in den Tagesablauf einzuplanen. Suchen Sie sich gemeinsam mit Ihrem Vierbeiner ein gemütliches Plätzchen, legen Sie ruhige Musik auf und sorgen Sie dafür, dass keine Telefone klingeln oder andere Stressfaktoren nerven. Achten Sie darauf, ruhig und gleichmäßig zu atmen, denn wenn Sie dies nicht tun, kann sich der Hund nicht so gut entspannen. Nun legen Sie Ihre Hände auf eine Körperstelle, an der Ihr Vierbeiner gerne berührt wird. Üben Sie keinen Druck aus, sondern lassen Sie Ihre Hände einfach für drei bis sechs Minuten an diesem Punkt ruhen und vergessen Sie dabei das Atmen nicht. Anfangs wird sich Ihr Hund vielleicht der Situation entziehen und herumtoben wollen, wenn er aber erst einmal

gemerkt hat, wie wohltuend das Handauflegen ist, wird er sich Reiki völlig hingeben. Wenn Bedarf besteht, können Sie auch mehrere Reiki-Sitzungen täglich machen – hierbei besteht keine Gefahr der Überdosierung.

WICHTIG!

Reiki kann an bestimmten Körperstellen oder auch am ganzen Körper praktiziert werden. Sie sollten das genaue Vorgehen vom Verhalten Ihres Hundes abhängig machen. Wenn Sie den ganzen Körper miteinbeziehen, müssen Sie allerdings berücksichtigen, dass Reiki stets in einer bestimmten Reihenfolge ausgeführt wird. Sie beginnen am Kopf, gehen dann zum Hals und schließlich zu den Schultern über. Danach folgen Ober- und Unterarme, Vorderpfoten, Brust und Bauch. Die Behandlung endet mit dem Becken, der Brust- und der Lendenwirbelsäule, der Schwanzwurzel, den Ober- und Unterschenkeln sowie den Hinterpfoten.

IMPATIENS

Auch die Homöopathie kennt eine Arznei, die bei hyperaktiven Hunden gute Erfolge erzielt: Impatiens (*Impatiens glandulifera*), das Drüsentragende Springkraut), scheint prädestiniert für diesen Einsatz. Permanente Ruhelosigkeit, häufiges Wechseln des Liegeplatzes und ein kaum zu bändigendes Auftreten sind typisch für den negativen Impatiens-Zustand. Manchmal reagiert der Vierbeiner sogar mit Ungeduld oder Aggression. Die totale Verausgabung führt zu schneller Ermüdung. Angeblich besteht bei überzüchteten Hunden eine Rassedisposition für den negativen Impatiens-Zustand. Die „Zeit-Blüte“ kann helfen, wenn der Hund Abwarten lernen und endlich aufhören soll, seinen Organismus Dauerstress auszusetzen. Auf diese Weise wird seine Leistungsbereitschaft wieder konstanter und die schnelle Ermüdung weicht einer stabilen Ausgeglichenheit. Überdrehtheit und Stress gehören bald der Vergangenheit an.

sitz
platz
fuss

DAS BOOKAZIN FÜR ANSPRUCHSVOLLE HUNDEFREUNDE

www.sitzplatzfuss.com





Hunde

 sind vielfältig, faszinierend und individuell, genau wie die Themen in SitzplatzFuss. Wir berichten sachlich und wissenschaftlich versiert und vergessen dabei nicht, was Hunde für ihre Menschen auf emotionaler Ebene bedeuten.



Für die Eltern ist ein Kind ein Grund zur Freude. Hunde fühlen sich von den kleinen Konkurrenten mitunter stark gestresst.

IN DER TIERARZTPRAXIS

Der Besuch beim Tierarzt gleicht für viele Hunde einem Horrortrip. Der Mann im weißen Kittel kann noch so freundlich und einfühlsam sein: Spätestens im Wartezimmer liegen die Nerven blank. Da wird die Rute eingeklemmt, mitleiderregend gewinselt oder sogar ein Pfützchen der Verzweiflung hinterlassen. Jetzt ist Stress pur angesagt und da können auch Frauchens tröstende Worte nicht wirklich helfen. Die kanadische Tierexpertin Linda Tellington-Jones, die vielen auch aufgrund ihrer erfolgreichen Arbeit mit Pferden bekannt ist, schwört in solchen Situationen darauf, den so genannten TTouch anzuwenden. Hierbei handelt es sich um verschiedene streichende und kreisende Bewegungen, die geradezu unglaubliche Auswirkungen auf Hunde haben können.

HAARGLEITEN

Das Haargleiten ist eine von Lindas Geheimwaffen gegen Angst und Anspannungszustände. Man kann es – ebenso wie die anderen TTouches – problemlos in der Tierarztpraxis anwenden. „Das Haargleiten ist ein guter Weg, um eine Verbindung zu Ihrem Hund aufzubauen. Es wirkt entspannend auf Sie und den Hund. Das Haargleiten ist eine angenehme und gute Erfahrung und somit hilfreich für Hunde“, versichert Linda Tellington-Jones. Haargleiten wird am Kopf, an den Schultern und am Rücken des Hundes eingesetzt. Dabei zieht man ganz kleine Haarbüschel sanft zwischen Daumen und Zeigefinger hindurch oder benutzt die Zwischenräume der Finger, wenn man die flache Hand einsetzt. Das hat den Vorteil, dass Sie auf diese Weise an besonders vielen Haaren entlang gleiten.

SO FUNKTIONIERT ES

Suchen Sie sich mit Ihrem Hund einen möglichst ruhigen Platz im Wartezimmer. Wenn es irgendwie möglich ist, ersparen Sie ihm panisch kläffende Artgenossen, fauchende Katzen oder andere nervenaufreibende Faktoren. Zumindest müssen die nicht gerade in direkter Nachbarschaft sitzen. Setzen Sie sich und lassen Sie Ihren Hund auf dem Boden zwischen Ihren

Beinen sitzen; einen kleinen Hund können Sie natürlich auch auf den Schoß nehmen. Jetzt fahren Sie mit Ihrer Hand in das Fell, nehmen die Haare zwischen Ihre Finger und gleiten langsam in einem Winkel von circa 90 Grad zu den Haarwurzeln an den Haaren entlang. Versuchen Sie, Ihre Hände möglichst dicht an den Haarwurzeln anzusetzen und folgen Sie stets der Fellrichtung. Haargleiten sollte ruhig und langsam ausgeführt werden – schließlich wollen Sie Ihren Hund beruhigen und nicht anregen.

AUF DER AUSSTELLUNG

Es ist wieder einmal proppenvoll. Überall drängen sich Menschen und Hunde; die Luft ist stickig – eine typische Hundeausstellung eben. Manchen Hunden scheint der Trubel überhaupt nichts auszumachen, andere wirken verstört und angegründet. Man kann es ihnen nicht verübeln: Vermutlich würden sie lieber an der frischen Luft über eine Hundewiese toben als sich auf dem Jahrmarkt der Eitelkeiten zu präsentieren. Sensible Exemplare reagieren bisweilen geradezu allergisch auf den Ausstellungsstress. Sie spüren bereits Tage zuvor, dass wieder eines dieser anstrengenden Wochenenden ins Haus steht und ändern ihr Verhalten. Sie wirken angespannt und missmutig; manche erbrechen sich oder bekommen Durchfall. Diese Problematik setzt sich nicht selten auf der Fahrt zur Ausstellung fort und gipfelt in einer lustlosen, überreizten oder einfach nur schlechten Präsentation, die sicherlich nicht den ersehnten Pokal nach Hause bringt. Frust macht sich breit – sowohl beim Zwei- als auch beim Vierbeiner.

WENIGER EHRGEIZ

Bevor wir Ihnen einige Tipps verraten wie Ihr Hund den Ausstellungsstress besser verkraftet, gestatten Sie uns eine offene Frage: Sind Sie zu ehrgeizig? Nervöse Überreaktionen des Hundes können nämlich auch ein direktes Resultat von Überforderung sein. Wer seinen „Pfiff“ von Ausstellung zu Ausstellung schleift und seine Enttäuschung über miese Bewertungen offen zur Schau trägt, muss sich nicht wundern, wenn sein Vierbeiner die Lust an dem ganzen Spektakel verliert. Sicherlich ist es schön, als stolzer Sieger einer Rassebewertung nach Hause zu fahren und für Züchter ist das oben-

drein ein wirtschaftlich wichtiges Aushängeschild, aber das Wohlbefinden des Hundes sollte auch im Ausstellungszirkus oberste Priorität haben.

WHITE CHESTNUT

Treten Anspannungszustände bereits einige Tage vor der Ausstellung auf, können Sie Ihrem Hund mit der homöopathischen Arznei White Chestnut zu mehr Ruhe und Ausgeglichenheit verhelfen. Die Rosskastanie (*Aesculus hippocastanum*), die vielen auch als Weiße Kastanie bekannt sein dürfte, wirkt gegen Unausgeglichenheit, Unruhe und mentale Anspannung. Anspannungen äußern sich auf vielfältige Weise. Vielleicht reagiert der Hund plötzlich übersensibel auf Tadel und Strafen oder ist schneller beleidigt als sonst. Manche Vierbeiner sitzen auch einfach nur da und halten ihre Zunge permanent in Bewegung, indem sie ihre Nase oder die Vorderpfoten hektisch belecken.

ELM

Die homöopathische Arznei Elm (*Ulmus procera*) vermag Hunden zu helfen, die sich eigentlich gerne auf Ausstellungen präsentieren, aber aus irgendeinem Grund plötzlich erschöpft und niedergeschlagen wirken. Auch bei Anzeichen von Überforderung bei ansonsten leistungsbereiten Tieren kann den Einsatz von Elm sinnvoll sein. Erschöpfung und Depression sind typisch für den blockierten Elm-Zustand. Der Hund wirkt lustlos und lässt sich nur schwer motivieren. Er scheint sich überfordert zu fühlen und ist nicht dazu in der Lage, die gewohnte Leistung zu erbringen. Nun ist es vor allem wichtig, dem Hund zu vermitteln, dass keine überzogenen Leistungen an ihn gestellt werden. Zusätzlich erhält er Elm

und wird sicherlich bald wieder seinen gewohnten Arbeitseifer zeigen.

STRESSFAKTOR SÄUGLING

Familiennachwuchs ist eigentlich ein Grund zur Freude, für den lieben Vierbeiner kann sich der neue Lebensabschnitt aber auch als nicht enden wollende Stresssituation entpuppen, weil die liebe Eifersucht ins Spiel kommt: Manche Hunde neigen verstärkt zu Eifersucht, sobald der schreiende Familiennachwuchs im Kinderbettchen liegt. Früher stand der Vierbeiner im Mittelpunkt des Interesses, nun dreht sich alles um das Kind. Verwandte, Freunde und Bekannte stürmen das Revier, natürlich nur, um den entzückenden Nachwuchs zu bestaunen. Wer interessiert sich in solchen Momenten denn für einen Hund, der mit verstimmtem Gesicht in der Ecke sitzt? Da eifersüchtige Hunde zu einer echten Plage werden können (Unsauberkeit und Unberechenbarkeit sind nicht selten zu beobachten), sollte man als Hundehalter alles Erdenkliche gegen die Eifersucht seines Hundes tun. Der Vierbeiner darf nicht das Gefühl haben, hinter dem Kind zurückzustehen. Man sollte ihn, wann immer es geht, miteinbeziehen und ihm deutlich zeigen, dass er noch immer einen wichtigen Stellenwert innerhalb der Familie hat.

EIFERSUCHT NATURHEILKUNDLICH MILDERN

Die Naturheilkunde kennt einige Kniffe, die Sie im Kampf gegen Eifersucht und Minderwertigkeitsgefühle unterstützen können. So gilt die homöopathische Arznei Holly (*Ilex aquifolium*), auch Stechpalme genannt, als angebracht, wenn der liebe Vierbeiner vor Eifersucht überschäumt. Ein negativer Holly-Zustand ist durch übersteigerte Gefühlsausbrüche gekennzeichnet, die sich nicht nur gegen den Auslöser der Eifersucht, in



NEW
neon-orange
IDC® POWERHARNESS

JULIUS K-9®
THE ORIGINAL

TOMS HUNDEHÜTTE
K9 Deutschland
Teichstraße 29
13407 Berlin

K9-Tierbedarf GbR
Dohrfelderstr. 43-47
47877 Willich-Anrath
info@k9-tierbedarf.de
juliusk9-store.de

K9® trademark family of Julius-K9



Sanftes Haargleiten beruhigt Hunde auf ganz natürliche Weise.



Bei Hunden mit Befederung lässt sich Haargleiten auch an den Beinen ausführen.

diesem Fall den Säugling, richten, sondern auch andere Familienmitglieder und fremde Artgenossen betreffen können. Mangelnde Zuneigungsbekundungen vermögen Aggressionen auszulösen und das muss unter allen Umständen verhindert werden. Wer möchte schon, dass Menschen gebissen oder ahnungslose Vierbeiner in Raufereien verwickelt werden?

Achten Sie auf folgende Warnsignale:

der Hund knurrt Menschen an, die Ihnen die Hand geben

- er sieht unzufrieden aus, wenn Sie sich mit Ihrem Kind beschäftigen
- der Vierbeiner versucht, sich in den Mittelpunkt zu spielen
- er verweigert plötzlich die Nahrung
- es kommt zu unsauberem Verhalten

Sollte Ihr Hund eines oder mehrere dieser Symptome zeigen, könnte er sich tatsächlich in einem negativen Holly-Zustand befinden. Eine Behandlung mit der entsprechenden homöopathischen Arznei hilft dem Vierbeiner, sein Gleichgewicht wiederzufinden und neue Situationen innerhalb seines Umfelds leichter zu akzeptieren.

WIE KATZ' UND MAUS

Womit wir bei einem weiteren brisanten und stressgeladenen Thema angekommen wären: der unberechenbaren Beziehung zwischen Hund und Katze: Rein traditionell sind „Bello“ und „Minka“ nicht gerade die engsten Freunde und das sorgt bei Aufeinandertreffen für jede Menge Stress. Beide Tiere verfügen nun einmal über grundverschiedene Verhaltensmuster und das bringt die ein oder andere Schwierigkeit mit sich. Als Beispiel sei nur das freundliche Wedeln des Hundes erwähnt, das von hundeunerfahrenen Miezchen als freche Provokation interpretiert und eventuell mit einem kühnen Angriff geahndet wird. Diese Probleme stellen sich übrigens nicht, wenn Stubentiger und Hund eine gemeinsame Kinderstube hatten. Als unbedarfter Welpe und niedliches Kätzchen lernen beide auf spielerische Weise einander zu verstehen und zu respektieren. Solche Bedingungen bieten die optimalsten Voraussetzungen für ein jahrelanges, harmonisches Zusammenleben. Natürlich besteht auch die Möglichkeit, die beiden beliebtesten Haustiere der Deutschen zu einem späteren Zeitpunkt zusammenzubringen, dann ist allerdings erzieherisches Talent gefragt: „Bello“ und „Minka“ müssen in jedem Fall die Möglichkeit haben, in aller Ruhe miteinander Kontakt aufzunehmen. Dies geschieht am besten ohne Druck und Stress, da so etwas das erste Meeting empfindlich stören kann. Wichtig ist auch, dass keines der beiden Tiere in eine Ecke gedrängt wird und sich durch diese unausweichliche Situation in Lebensgefahr wähnt.

WER IST DIE NUMMER 1?

Auch die Eifersucht spielt beim Zusammenraufen von Katze und Hund eine nicht unerhebliche Rolle und kann – wie bereits oben erwähnt – homöopathisch abgebaut werden. Wenn sich von einem Tag auf den anderen plötzlich alles um das neue Haustier dreht, kann sich der alteingesessene Hausgenosse schnell zurückgesetzt fühlen. Dadurch entsteht Eifersucht - sowohl bei Samtpfoten als auch bei den Verwandten der Wölfe. Der alte Hausgenosse reagiert dann vielleicht erst recht ablehnend, versteht den Neuankömmling als direkte Konkurrenz und versucht, ihn mit hinterlistigen Finten zu vertreiben. Gerade in der ersten Zeit sollte man sich äußerst sorgfältig um die Bedürfnisse des alten Haustieres kümmern. Es darf keinesfalls zu kurz kommen und es muss spüren, dass es nach wie vor die Nummer Eins im Revier ist.

WER WAR EIGENTLICH ZUERST DA?

Die Erfahrung lehrt, dass es prinzipiell einfacher ist, einen Hund in den Haushalt einer erwachsenen Katze zu integrieren als den alteingesessenen Stubentiger mit einer neuen ausgewachsenen Miez zu überraschen. Kommt ein Hundewelp ins Haus, sollte allerdings peinlichst darauf

geachtet werden, dass ihn der bereits im Haushalt lebende Stubentiger nicht heillos unterdrückt. Geschieht dies doch, kann es passieren, dass „Bello“ introvertiert und ängstlich wird oder er mutiert zum wütenden Katzenhasser, der sich kaum noch im Zaum halten lässt, sobald ein dreister Mäusefänger in Sicht kommt. Anders verhält es sich, wenn ein Hund das erste Tier im Haushalt war. Sein Verhalten gegenüber dem neuen, auf Samtpfoten daherkommenden Haustier hängt stark von seiner bisherigen Erziehung ab. Ein kompetent erzogener Hund wird den neuen, schnurrenden Hausgenossen bedingungslos als Eigentum seines Besitzers akzeptieren und binnen kürzester Zeit zum privaten Haushalt zählen. Das bedeutet allerdings nicht, dass er auch gegenüber fremden Kuschtigern Wohlwollen demonstriert. Es kann sogar geschehen, dass er unbekannte Samtpfoten mit wachsendem Ehrgeiz aus dem heimischen Garten fernhält, während „Minka“ sogar mit ins Hundekörbchen darf.

WOLKEN LEOPARD TTOUCHES

Auch die kanadische Hundekennerin Linda Tellington-Jones hat viel Erfahrung mit der Zusammenführung von Hunden und Katzen. Sie weiß genau, wie sie das Verhalten der Tiere positiv beeinflussen kann. „Wolken Leopard TTouches werden von Hunden als wohltuend empfunden und fördern das Vertrauen zwischen Tier und Mensch“, so Linda. Deshalb helfen diese TTouches auch, sich an eine neue Lebenssituation zu gewöhnen. Der Wolken Leopard TTouch ist ein Basis-TTouch, aus dem sich viele andere kreisende TTouches ableiten. Man arbeitet mit leicht gekrümmten Fingern und setzt, abhängig von der jeweiligen Körperstelle, mehr oder weniger Druck ein.


ES IST GANZ EINFACH

Um den Wolken Leopard TTouch auszuführen, legt man eine leicht gewölbte Hand auf das Fell des Hundes und bewegt die Haut mit nahe beieinander liegenden Fingern in einem $1\frac{1}{4}$ Kreis herum. Der Daumen sollte mit auf dem Fell aufliegen und eine lockere Verbindung zu den anderen Fingern halten. Das Handgelenk bleibt dabei so gerade wie möglich, damit es keine Verspannungen im Arm- und Schulterbereich gibt. Der Kreis beginnt auf einer imaginären Uhr um sechs Uhr und endet nach $1\frac{1}{4}$ Umdrehungen bei neun Uhr. Linda benötigt meistens zwei Sekunden, um den Kreis zu beschreiben. Danach lässt man die Finger ein Stückchen weiter gleiten und beschreibt einen neuen Kreis. Sie können auch versuchen, Katze und Hund gemeinsam mit TTouches zu verwöhnen. So wird keiner eifersüchtig auf den anderen.


VIELFÄLTIG ANWENDBAR

Die hier vorgestellten Methoden lassen sich auf alle erdenklichen Stresssituationen anwenden. So können Sie Ihren Hund, der sich bei längeren Autofahrten unwohl fühlt, ebenso beruhigen wie ein verletztes oder krankes Tier. Wann immer Ihr Hund Stress empfindet – sei es bei einem Gewitter mit Blitz und Donner, einem raketenreichen Sylvesterabend oder kurz vor der Geburt: Naturheilkundliche Behandlungsmethoden wie Reiki, Akupressur, TTouches oder die Homöopathie können jederzeit hilfreich sein. Probieren Sie es doch einfach einmal aus. Der nächste Stress kommt bestimmt!

Text & Fotos: Gabriele Metz



Auch die TEAM Arbeit nach Linda Tellington-Jones hilft, gestresste Hunde auszugleichen.



TTouches und TEAM Arbeit lassen sich auch gut miteinander kombinieren.