



Hund und Gesundheit

## Ein Hund ist gute Medizin

**Internationale Studien brachten Verblüffendes ans Licht: Hundebesitzer sind gesünder und haben im Krankheitsfall die besseren Heilungschancen.**

Hunde und andere Heimtiere können Medikamente überflüssig machen und vor Erkrankungen schützen. Zu diesem Ergebnis kam eine groß angelegte Studie von Prof. Dr. Reinhold Bergler, Direktor des Psychologischen Instituts der Uni Bonn. Sie basiert auf Aussagen von Ärzten, Experten der Gesundheitsämter und der Kassen.

### **Vorbeugung von Krankheiten**

Eine deutliche Mehrheit der Befragten lobte dabei die Bewegung mit dem Hund an der frischen Luft (68 %), und für 67 % hilft ein Heimtier gegen den Krankheitserreger Einsamkeit. Daß Heimtiere ein wirksames Mittel zur Vorbeugung von Krankheiten sind, steht im Fazit der Studie: "Die präventive Wirkung von Heimtieren beruht darauf, daß nicht ein bestimmtes Organ angesprochen wird, sondern der ganzheitliche Lebensstil und damit die Gesundheit eines Menschen." Der Löwenanteil der Ärzte (85 %) vertraut inzwischen dem Heimtier als Co-Therapeuten, und immer mehr Ärzte "verschreiben" ihren Patienten daher einen Hund.

### **Mittel gegen Streß**

Gegen Anspannung und Gereiztheit weiß Dr. Alan Beck von der Universität Pennsylvania (USA) ein gutes Mittel: "Spielen Sie ein paar Minuten mit Ihrem Hund. Er ist das natürlichste Mittel gegen Streß." Mit ihrem Vierbeiner nämlich gehen Frauchen und Herrchen, wenn sie genervt sind, sehr viel behutsamer um als mit einem Menschen: sie sprechen sanfter, ihr Gesichtsausdruck ist entspannter und ihre Berührungen zärtlicher - so eine Langzeitstudie der Nationalen Gesundheitsinstitute der USA.

### **Lebendige Blutdrucksenker**

Menschen, die Kontakt mit Heimtieren haben, senken dabei ihren Blutdruck und die Herzfrequenz. Dies haben Wissenschaftler in San Francisco und Philadelphia in zahlreichen Tests bewiesen. Eine australische Studie mit mehr als 6.000 Teilnehmern zeigte zudem, daß bei Hundebesitzern nicht nur die Blutdruck-, sondern auch die Blutfettwerte erheblich niedriger waren - verringertes Risiko für Herz- Kreislaufkrankungen. Im übrigen profitieren auch Hund oder Katze von den Streicheleinheiten: der Tierarzt und Verhaltensforscher Dr. Michael Fox stellte fest, daß sich beim Streicheln der Tiere auch ihr Pulsschlag verlangsamt und der Körper entspannt.



## Hunde gegen Herzinfarkt

Ein Hund braucht Bewegung - sein Mensch also auch. Beim schnellen Spaziergang mit dem Hund an der Leine erweitern sich die Kapillargefäße, das Blut kann besser fließen. So ist der Mensch einem erheblich geringeren Infarkttrisiko ausgesetzt. Finnische Forscher haben dies in einer empirischen Studie nachgewiesen.

Ein Hund kann nicht nur vorbeugen, sondern auch das Leben nach einem Herzinfarkt verlängern. Die New Yorker Biologieprofessorin Erika Friedmann beobachtete und befragte alle Patienten, die in fast zwei Jahren mit Angina pectoris oder Myokardinfarkt in eine amerikanische Uniklinik eingeliefert wurden. Ein Jahr später wurde nachgefragt. Das verblüffende Ergebnis: Von den Patienten ohne Heimtier war fast die Hälfte gestorben, im Gegensatz zu nur 6% der Patienten, die sich ein Heimtier hielten.

## Der Hund am Krankenbett

Angesichts solcher Fakten ist es nicht verwunderlich, daß der Zoologieprofessor Dietrich von Holst auf einem Kongreß in Hamburg bereits den "Hund auf Krankenschein" empfohlen hat. Noch einen Schritt weiter geht Professor Wolfgang Piotrowski, der frühere Direktor der neurochirurgischen Klinik von Mannheim: er möchte in Deutschland Hunde am Krankenbett zulassen. In seiner fast 30jährigen ärztlichen Tätigkeit hat er oft erlebt, daß ein Patient das Foto seines Hundes auf dem Nachttisch stehen hatte. „Die sorgenvolle Frage Wer kümmert sich um den Hund, wenn ich im Krankenhaus bin?“ beunruhigt die Patienten oft mehr als alles andere."

Die Anwesenheit des Hundes im Krankenzimmer nimmt ihren Frauchen und Herrchen das Gefühl, überflüssig oder nutzlos zu sein und übt einen positiven, lebensbejahenden Einfluß aus. Professor Piotrowski würde die Vierbeiner auch gerne in Krebsnachsorgekliniken, Kurheimen und Nervenkliniken sehen, allerdings nicht in Akutkrankenhäusern.

Im Ausland ist so etwas längst Wirklichkeit. Gerade bei Langzeitpatienten steigert ein Hund im Krankenzimmer den Lebenswillen, so der amerikanische Psychiater Michael McCulloch und der australische Verhaltensforscher Jim Eve. In den USA ist es auch üblich, sein Heimtier mit ins Altersheim zu nehmen. Dazu der amerikanische Mediziner Dr. Alan Beck: "Die Lebenserwartung älterer Menschen, die ein Heimtier betreuen, steigt um 10 bis 15 Prozent."

## Schutz für Körper und Seele

Wer täglich mit dem Hund spazierengeht, reduziert nicht nur sein Übergewicht: die tägliche körperliche Bewegung durch den Hund und die emotionale Beziehung zu dem Tier geben dem Menschen offenbar körperliche und seelische Schutzfaktoren. Über den raschen Kontakt zu anderen Hundehaltern werden zudem viele neue Freundschaften zwischen Heimtierbesitzern geschlossen. Mindestens jeder zweite Arzt hat schon einmal einen Hund als Medizin verordnet, und die meisten haben damit bei ihren Patienten "gute bis sehr gute Erfolge" erzielt: ein Hund fürs Leben.