

Sie sind hier: [Tierwelt](#) > [Tipps](#) > [Hunde](#)

BALSAM FÜR DIE SEELE

Bei Krankheit heilt der Hund mit

Haustiere, Hunde | Montag, 4. April 2016, Carmen Epp

Immer mehr Studien beweisen: Ein Hund ist nicht nur Balsam für die Seele, sondern auch für den Körper. Eine dänische Neurologin zeigt auf, wie Hunde unsere Gesundheit fördern und gar bei Krankheiten helfen können.



Eigentlich wollte sie gar keinen Hund haben, zu sehr war Milena Penkowa mit ihrer Arbeit als Forscherin und Ärztin beschäftigt. Durch Snubbi, den Welpen ihrer Mutter, kam die Dänin dann aber doch noch auf den Hund. Im Laufe der Zeit stellte Snubbi das Weltbild der Medizinerin nachhaltig auf den Kopf. War die Behandlung von Krankheiten für Penkowa bis dahin eine reine Sache von Ärzten, kam sie durch Snubbi und Erkenntnisse aus der Forschung zu einer neuen Überzeugung: Wir Menschen werden zwar vom Arzt behandelt, der Hund aber kann uns heilen. Diese Erkenntnisse hat Penkowa in ihrem Buch «Hund auf Rezept – Warum Hunde gesund für uns sind» zusammengefasst. Darin gibt sie einen Überblick über die wesentlichsten medizinwissenschaftlichen Forschungsergebnisse, die dokumentieren, wie, wo und wann ein Hund unsere Gesundheit verbessern kann.

Hunde sind Balsam für die Seele, das würde wohl jeder Hundehalter bestätigen. Der Hund begnügt sich aber nicht damit, uns bedingungslose Liebe zu schenken, er wirkt auch physiologisch, biochemisch und zellbiologisch auf uns Menschen ein, wie Penkowa festhält. Ein Hund verändert unsere Hirnaktivitäten, aktiviert spezialisierte Nervenzellen und lässt uns eine Reihe an Botenstoffen und Hormonen ausscheiden. Wie zahlreiche Forschungsergebnisse zeigen, kann ein Hund den Puls und den Blutdruck eines Menschen senken – in Stresssituationen sogar stärker als blutdrucksenkende Medikamente. Ausserdem weisen Hundehalter einen niedrigeren Gehalt an Fett und Cholesterin im Blut auf, sagt Penkowa. Die Gesundheitsvorteile werden auch in Vergleichsstudien mit Nicht-Hundehaltern deutlich. Die belegen unter anderem, dass Hundebesitzer deutlich weniger zum Arzt müssen als Personen, die keinen Hund halten.

Allein die Anwesenheit wirkt Wunder

Die weitverbreitete Meinung, der positive Effekt eines Hundes würde daran liegen, dass ein Hund zusätzliche Bewegung mit sich bringt, greift jedoch zu kurz, wie Penkowa erklärt. «Das

Spazierengehen und der damit verbundene Bewegungseffekt können die Gesundheitsvorteile durch einen Hund nicht erklären.» Schliesslich seien die Vorteile, die ein Hund auf die Gesundheit hat, auch bei Hundebesitzern zu beobachten, die nie selbst mit ihrem Hund Gassi gehen, genauso wie bei Nicht-Hundehaltern, wenn sie mit fremden Therapie- oder Besuchshunden zusammen sind. So wirkt sich bereits die Anwesenheit eines Hundes positiv auf unsere Gesundheit aus. «Die Konsequenz des leicht zugänglichen Heilungseffekts ist, dass wir eigentlich nur mit dem Hund des Nachbarn oder dem eines Fremden schmuse müssen, um Gesundheitsvorteile zu erreichen», schreibt Penkowa.

Hunde halten Menschen nicht nur gesund, sie fördern auch den Genesungsprozess, wie Penkowa aufzeigt. Da sie bei uns Menschen Endorphine ausschütten lassen, die im Gehirn eine schmerzstillende Wirkung haben, wirken Hunde als eigentliches Schmerzmittel. Untersuchungen in einem Kinderspital in den USA haben gezeigt, dass sich Schmerzen von Kindern im Beisein eines Hundes mehr als halbieren können. Eine Studie mit chronischen Schmerzpatienten hat zudem ergeben, dass die Anwesenheit eines Hundes im Wartezimmer die Schmerzen der Wartenden stärker linderte als ein typisches Schmerzmittel.

Demenzkranke machen Fortschritte

Auch auf Epileptiker kann sich ein Hund positiv auswirken. Das beschränke sich nicht darauf, dass der Hund die Patienten während eines Anfalls beruhigt, wie Penkowa festhält. Neun von zehn Epileptikern in einer Studie haben angegeben, dass sie, seit sie einen Hund halten, durchschnittlich 43 Prozent weniger Anfälle hatten. Und auch bei unheilbar kranken Personen können Hunde wahre Wunder vollbringen, wie Penkowa darlegt. So haben Studien ergeben, dass Alzheimer- oder Demenzkranke in Anwesenheit eines Hundes grosse Fortschritte machen und ihr Gedächtnis verbessern. Nachdem ein Hund während drei Monaten Alzheimer- und Demenzpatienten besucht hatte, wiesen diese eine Gedächtnisverbesserung von 8 Prozent auf, wohingegen sich das Gedächtnis der Personen in der Kontrollgruppe ohne Hund in der Zwischenzeit um 7 Prozent verschlechterte.

Viele der gesundheitsfördernden Effekte eines Hundes, die Penkowa in ihrem Buch beschreibt, hat sie selber auch mit Snubbi erlebt. In besonderer Erinnerung blieb ihr, wie der Hund Demenzkranke dazu brachte, wieder zu reden, obwohl sie jahrelang kein Wort gesprochen hatten. «Ich habe nie erlebt, dass ein solcher Erfolg durch einen Arzt, geschweige denn durch ein Medikament erreicht worden wäre», schreibt Penkowa dazu. Nach der Lektüre ihres Buches wird klar: Der Hund ist nicht nur der beste Freund des Menschen, sondern auch der Gesundheit.

Kommentar schreiben

Galerien Alle Galerien