

Wieviel Schlaf braucht mein Hund?

Mein Hund – eine Schlafmütze?

Wenn ich mir meinen Hund so anschau, verschläft er fast den ganzen Tag, mein Hund schläft viel. Eine kleine Rüge meinerseits ignoriert er mit einem tiefen Seufzer und kuschelt sich wohligh in sein Hundebett. So manches Mal denke ich, dass er bei weitem schlauer als jeder Mensch ist, der mit seinem ständigen Schaffen einem Burnout schnell sehr nahe kommt. Mein Hund hat ein ausgeprägtes Ruhebedürfnis, na und? Es ist aber interessant zu wissen, welches Schlafbedürfnis Hunde überhaupt haben, oder?



Wieviel Schlaf braucht ein Hund?

Oft ist es Hundehaltern nicht bewusst, wie viel Schlaf ihr vierbeiniger Freund wirklich braucht. Sie denken nur, mein Hund schläft viel und sind sich dieser Aussage gar nicht voll bewusst, denn Hunde sind nun einmal wahre Schlafmützen. Was bei Katzen als selbstverständlich angesehen wird, trifft auch auf viele Hunde zu, ein Hund schläft viel und döst ansonsten sehr gerne vor sich hin. Egal, ob Dogge, Bernhardiner oder kleiner Jack Russel, ja selbst dieses kleine Energiebündel schätzt seine ruhigen

Mußestunden, um anschließend wieder nach Herzenslust zu spielen und zu toben.

Hilfe, mein Hund schläft viel!

...das ist kein Grund zur Sorge, denn nur so bleiben Hunde dauerhaft vital und gesund. Wer seinen Hund liebt, gönnt ihm seine Auszeiten, denn diese sind so individuell wie der jeweilige Hund. Genau wie Katzen benötigen Hunde entsprechende Ruhezeiten, um sich zu regenerieren. Wer das als Hundehalter akzeptiert, macht schon einmal nichts falsch.

Aber wieviel Schlaf braucht ein Hund nun explizit?

So manchen wird die Antwort erstaunen, denn ein erwachsener Hund braucht zwischen 17 bis 20 Stunden Ruhe täglich. Vielen Hundehaltern war es bis dato nicht bekannt, dass ihr geliebter Vierbeiner so viel Schlaf benötigt. Schauen sie kritisch auf ihren eigenen Hund, so wird ihnen bewusst, dass dieser längst nicht so viel ruht, wie es ihm zuträglich wäre. Aber keine Angst, es gibt überhaupt keinen Grund zur Sorge, jeder Hund gönnt sich ab und an ein kurzes erholsames Nickerchen auf der Couch und wartet nur auf den Moment, wo es mit der Action wieder losgeht. Seine Energiespeicher werden auch wieder aufgeladen, wenn er anscheinend teilnahmslos in der Sonne döst oder eine gemütliche Streicheleinheit einfordert. Deshalb kann auch davon ausgegangen werden, dass sich ein schlafender Hund meistens in der leichten Schlafphase befindet. In Tiefschlafphasen verfällt er fünf bis acht Stunden des Tages.

Wieviel Schlaf braucht ein Welpen?

Kleine Welpen können getrost als die Super-Schlafmützen unter den Vierbeinern bezeichnet werden. Egal, was sie auch für schiefe Blicke ernten, sie stören sich wenig daran, denn sie benötigen

www.martinruetter.com/badhomburg

noch eine Mütze mehr Schlaf. Das ist auch gut so, denn schließlich wollen sie alle einmal ein cooler erwachsener Hund werden. Welpen benötigen in der Regel ca. 22 Stunden Schlaf täglich, wobei hier nicht nur der Tiefschlaf gemeint ist, sondern auch so manches erholsame, kleine Nickerchen.

Der angepasste Vierbeiner!

Hunde sind wahre Anpassungskünstler, ihre Familie ist ihnen heilig, und sie tun alles, um sich deren Rhythmus gut anzupassen. Da Katzen es besser verstehen, sich diskret zurückzuziehen, laufen Hunde Gefahr, sich permanent zu überfordern. Hier ein Spielchen, da eine kleine Remperei, ein Hundeleben kann so spannend sein, oder? Aber auch Hunden droht ein klassisches Burnout, wenn sie sich nicht genügend Ruhe gönnen. Nun wissen sie natürlich nicht um ihren Übermüdigungszustand, deshalb ist es am Hundehalter, den Bewegungsdrang ihres Hundes zu zügeln und Ruhephasen zu unterstützen



und zu fördern. Schaut sich ein Hund nun suchend nach seinem Schlafplatz um oder bevorzugt er dösend die Liege im schattigen Garten, dann ist die Zeit gekommen, ihm seine Ruhe zu gönnen. Wenn es nicht erforderlich ist, sollte ihn jetzt nichts und niemand stören, geschweige denn wecken, denn so erholt sich das Tier am besten.

Ruhe bitte, hier wird ein „Hundetraum“ wahr!

Viele Hundehalter schauen verdutzt, wenn sich ihr Hund auf seinem Kissen unruhig hin und her bewegt. Dazu kommt noch, dass die Pfoten unentwegt zucken und der Hund wahrscheinlich gerade dabei ist, eine große Sommerwiese zu inspizieren. Dass es dabei nicht ganz ohne Rivalen zugeht, davon kündigt in manchen Fällen auch ein Bellen im Schlaf. Wer jetzt als Hundehalter schon den nächsten Termin beim Tierarzt plant, dem sei Entwarnung gegeben, denn sein Hund zeigt ein völlig normales Verhalten. Die regen Schlafphasen künden eher davon, dass sich der Hund mit seiner Umwelt auseinandersetzt und aktiv seinen Alltag verarbeitet. Aber, auch ein Hund ist vor Alpträumen nicht ganz sicher, die ihm im Schlaf zusetzen und erheblich quälen können.

Als Hundehalter kann man diesem Geschehen nur schwer zusehen, deshalb der Rat, den geliebten Vierbeiner auf die ganz sanfte Weise zu wecken, damit der sprichwörtliche Alptraum ein glückliches Ende hat...

Lasst mich doch endlich in Ruhe!

Wer dann und wann Hunde beim Herumtollen beobachtet, wird bemerken, dass sich auch extrem unabhängige Rassen, hier seien Kangal und Laika genannt, nicht den Schlaf nehmen, den sie vielleicht bräuchten. Die Sache sieht anders aus, wenn sie gelernt haben sollten, sich vehement durchzusetzen oder nicht mit Menschen zusammenleben. Am Beispiel verwilderter spanischer und italienischer Haushunde wird deutlich, dass diese sich einen gesunden Ruhe-Rhythmus gönnen. In diesem Kontext ist es interessant zu wissen, dass ein Erkennen des Ruhebedürfnisses angeboren ist. Was allerdings nicht angeboren ist, ist das Beharren auf die Ruhe.

Diese Entwicklung zeigt geschichtliche Züge, denn Haushunde wurden letztendlich gezüchtet, um willig und einsatzbereit, ihren Hundehaltern zur Verfügung zu stehen. Seinen Widerhall findet dieser Aspekt in den Rassen Deutscher Schäferhund, Border-Collie, Golden Retriever, aber auch in einem

www.martinruetter.com/badhomburg

Jack Russel Terrier, denn diese Hunde stehen für den „Mitmachereffekt“. Selten wird man von diesen Rassen ein „Ich habe keine Lust!“ hören. Nun treffen in diesem Zusammenhang zwei sehr unterschiedliche Gesichtspunkte aufeinander. Einerseits hat der Mensch diese „Ständig bereit-Eigenschaft“ gefördert und sich mit ihr explizit einen Gefallen getan, aber andererseits auch nicht. Wenn der Hundehalter seinen vierbeinigen Freund fragen würde, würde dieser übrigens diesen Gesichtspunkt verneinen.

Schlaf & Ruhe, ein lebenswichtiges Procedere!

Die Frage: Wieviel Schlaf braucht ein Hund? muss immer von einer ganz individuellen Seite betrachtet werden. Abhängig davon, wie Mensch, aber auch Tier ihren Tag verbringen, so gestaltet sich auch der Schlaf, denn alle Geschehnisse des Tages wollen körperlich und geistig verarbeitet sein. Ein sehr anstrengender Tag zieht dann entweder einen tiefen oder aber einen sehr unruhigen Schlaf nach sich. Wissenschaftliche Erkenntnisse, die das menschliche Ruhebedürfnis und seine Unterschreitung untersuchten, wurden sowohl an Mäusen, an Hunden als auch last but not least an Menschen untersucht. Alle drei Gruppen zeigten eine identische Entwicklung. Es gibt aber auch Kynologen, die nicht auf den Mensch-Hund-Vergleich setzen, denn sie fürchten dessen Vermenschlichung. Daraus folgt, dass sie sich mit der Ableitung Hund-Mensch zufrieden zeigten, aber die Ableitung Mensch-Hund ihren Unwillen erregte?

Ergebnisse, die aufhorchen lassen!

Wissenschaftliche Untersuchungen brachten erstaunliche Ergebnisse zu Tage. Das erste Stadium Schlafentzug zeigte ein überdrehtes Verhalten. Im zweiten Stadium waren die Hunde fahrig, grobmotorisch und unkonzentriert. Das dritte Stadium wiederum zeigte viel Nervosität und eine schnelle Reizbarkeit, während sie im vierten Stadium kränklich und aggressiv wurden. Das fünfte Stadium brachte ihnen nunmehr eine schwere oder chronische Erkrankung. Die Auswertung von mehreren Trainingsjahren brachte erstaunliche Ergebnisse. Die Retriever-Rassen verharren nicht sehr lange im aggressiven Stadium. Häufig werden sie besonders schnell chronisch krank. So kommt es oft vor, dass sie an Hautkrankheiten leiden. Schlafmangel schwächt das Immunsystem, keine Frage, aber Terrier-Rassen zum Beispiel, und das ist auffällig, sind länger aggressiv. Sie erreichen das Stadium einer schweren Erkrankung erst sehr spät.

Aggression ist keine Form schlechten Benehmens!

Eines zeigen diese Beispiele sehr deutlich, eine Aggression hat nichts mit schlechtem Benehmen zu tun. Stattdessen fungiert sie als ein sehr deutliches Signal, dass der Hund einer Überforderung ausgesetzt ist. Spätestens in diesem Stadium sollte ein verantwortungsbewusster Hundehalter eingreifen, um irreparable körperliche Schäden zu vermeiden. Es ist deshalb kein Wunder, dass etliche Krankheiten mit einer Überforderung im Kontext stehen. Negativer Stress schwächt den Körper ganzheitlich. So ist es auch beim Menschen erwiesen, dass Allergien, Krebs, aber auch Organversagen und neurale Störungen durch eine Überforderung mit- oder sogar ursächlich verursacht werden.

Das Fazit!

Wieviel Schlaf braucht ein Hund? – diese Frage steht immer noch im Raum. Dabei ist zwischen ihr und der Frage: Wieviel Schlaf braucht ein Welpen? deutlich zu unterscheiden. Erwachsene Hunde haben es demnach sehr gern, 17 bis 20 Stunden entweder in einen Tiefschlaf zu verfallen oder ganz easy vor sich hinzudösen. Welpen, aber auch kranke und die Senioren unter den Hunden bevorzugen 20 bis 22 Stunden Schlaf. In diesem Fall tun sie es übrigens den Katzen nach, bei denen auch das gemeinsame Chillen vor dem Fernseher zu den bevorzugten Mußbestunden zählt. Es ist wichtig und überlegenswert, im heimischen Ambiente eines Hundes ein sogenanntes „Ritual der Ruhe“ einzuführen. Viele Hunde überschreiten ständig ihr körperliches und geistiges Potenzial, so dass sie es ungewöhnlich finden, nicht in Action zu sein. Ein kleines Nickerchen ist also nicht zu verachten, auch wenn sich „ihr Mensch“ dem anfangs sogar fügen muss. Dieser sollte also kein schlechtes Gewissen haben, wenn der Hund kuscheln möchte und die Ohren sprichwörtlich über die Augen geklappt werden. Die alte Weisheit, dass schlafende Hunde nicht geweckt werden sollen, hat auch heute noch ihr Potenzial, oder?



© MR DOGS Bad Homburg Alle Rechte vorbehalten. Weitergabe, Nachdruck oder Reproduktion (auch auszugsweise) in irgendeiner Form (Druck, Fotokopie oder anderes Verfahren sowie social media, Internet, facebook, o.ä.) sowie die Einspeicherung, Verarbeitung, Vervielfältigung und Verbreitung mit Hilfe elektronischer Systeme jeglicher Art, gesamt oder auszugsweise, ist ohne ausdrückliche schriftliche Genehmigung untersagt. Alle Übersetzungsrechte vorbehalten.

www.martinruetter.com/badhomburg

Martin Rütter DOGS Bad Homburg

Büro: Wintersteinblick 5 ■ 61250 Usingen

TG/Halle: Zum Kirchborn 14 ■ 61267 Neu-Anspach Westerfeld

mobil: 0 176 – 21 88 53 65 ■ E-Mail: chris.maron@martinruetter.com

