

Schlaf, Hündchen, schlaf

Warum Ruhephasen genauso wichtig sind wie Beschäftigung

Die meisten Hunde lieben Spaziergänge. Manche joggen gerne mit ihren Besitzern, hetzen Bällchen hinterher oder strengen sich bei Futtersuchspielen an. Dass Hunde aber nicht nur Bewegung und Beschäftigung, sondern auch richtig viel Schlaf und Ruhe brauchen, wird meist viel zu selten thematisiert. Höchste Zeit, dass wir das ändern.



Ruhen, dösen, schlafen. Kaum jemand weiß, dass erwachsene Hunde genauso viel Ruhe brauchen wie Katzen: nämlich 17 bis 20 Stunden pro Tag. Welpen, ältere und kranke Hunden kommen sogar auf bis zu 22 Stunden. Doch während sich unsere Stubentiger – selbständig wie sie sind – zurückziehen, wenn sie Ruhe brauchen, tun Hunde das meist nicht. Im Gegensatz zu verwilderten Haushunden, die einen gesunden Ruhe-Rhythmus haben, passen sich unsere Vierbeiner dem Rhythmus ihrer Familie an und laufen damit Gefahr, in einen Übermüdungszustand zu geraten.

Wenn man sie aber lässt bzw. zur Entspannung ermuntert, ruhen auch unsere Hunde ganz selbstverständlich mehr als zwei Drittel des Tages. Dabei schlafen sie nicht immer tief und fest. Die meiste Zeit dösen sie, sind aber sofort hellwach, wenn etwas Interessantes passiert.

Schlafmangel und seine Folgen. Hunde erholen sich im Schlaf nicht nur – wie wir Menschen verarbeiten sie währenddessen auch die Geschehnisse des Tages. Doch was passiert, wenn Hunde zu wenig schlafen? In einer Untersuchung zum Ruhe-Bedürfnis von Hunden reagierten diese zunächst überdreht auf den Schlafentzug, dann unkonzentriert, später nervös und schnell reizbar. Sogar aggressives Verhalten und chronische Krankheiten können durch dauerhaften Schlafmangel entstehen.

Wie Hund zur Ruhe kommt. Wer jetzt denkt, dass sein Hund nicht von sich aus so viel schläft – dafür kann es mehrere Gründe geben: Zum einen liegt es an uns, die Aktivität des Hundes nicht übermäßig zu fördern – kein Hund muss den ganzen Tag bespaßt werden. Zum anderen sollten Sie sich an eine feste Regel halten: Wenn sich Ihr Hund auf seinen Ruheplatz zurückzieht, darf er weder angesprochen noch angefasst werden. Auch ständiges Vorbeilaufen ist kontraproduktiv – vor allem bei Hunden, die Familie oder Territorium überwachen und daher bei jeder Bewegung den Kopf heben.

Übrigens: Auch sehr einsatzbereiten Rassen wie dem Deutschen Schäferhund, Jack Russel Terrier oder Border Collie kann man Ruhe-Rituale beibringen. Am Anfang kann es hilfreich sein, wenn sich der Halter auch hin- bzw. auf Wunsch dazulegt. Ein gelegentliches Nickerchen ist gegen Ende des Jahres sowieso keine schlechte Idee, oder?

Apropos Ende des Jahres: Wir wünschen Ihnen und Ihren Vierbeinern jetzt schon ein besinnliches Fest und einen ruhigen Start ins neue Jahr!



Wenn Pepper sprechen könnte ...

Mensch, ist das bequem hier!

Hey Leute, eigentlich schlaf ich ja in einer eigenen Box. „Höhle“ sagt Frauchen dazu. Dabei war ich früher immer so leise, wenn ich mich mitten in der Nacht zu ihr ins Bett geschlichen habe. Also, ich kann nicht verstehen, warum sie schlechter schläft, nur weil ich mich ganz fest an sie kuschle ...

Manchmal schaff ich es dann aber doch ins Bett. Tagsüber, wenn Frauchen daheim arbeitet und ich Cookie, „unserer“ Katze, hinterherschleiche. Wenn Frauchen uns dann zusammen im Bett erwischt, macht sie erstmal ein Foto. Und ich kann etwa zehn Sekunden länger im Bett liegen. Denn obwohl ich so süß mit Cookie kuschle, trägt sie mich danach ins Körbchen. Und ich dachte, schlafende Hunde darf man nicht wecken! Zum Glück sind bald wieder Ferien, da sind wir mehr daheim und ich kann so richtig ausspannen. Wie oft ich es dann wohl ins Bett schaffen werde?

Liebe Leute, nutzt die freie Zeit, um ausgiebig mit euren Vierbeinern zu kuscheln. Ob im Bett, auf dem Sofa oder am Boden ist eigentlich egal. Denn nicht nur Ruhe entspannt eure Hunde, sondern auch Streicheleinheiten. Ich weiß, wovon ich spreche!

In diesem Sinne, bis nächstes Jahr! Kommt gut rüber, euer Pepper