



SCHWEIZERISCHE TIERÄRZTLICHE
VEREINIGUNG FÜR VERHALTENSMEDIZIN
ASSOCIATION VÉTÉRINAIRE SUISSE
POUR LA MÉDECINE COMPORTEMENTALE



SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR TIERPHYSIOTHERAPIE®
FÉDÉRATION SUISSE DE PHYSIOTHÉRAPIE POUR ANIMAUX
FEDERAZIONE SVIZZERA DELLA FISIOTERAPIA PER ANIMALI
FEDERAZIUN SVIZRA DELLA FISIOTERAPIA PER BES-CHAS

Wieviel Bewegung brauchen wachsende Hunde?

Ausgangslage – Dr. Daniel Koch, Spezialist Kleintierchirurgie, Diplomate ECVS

Viele Hundezüchter propagieren für die Aufzucht von Welpen und Junghunde einen restriktiven *Bewegungsplan*. Dies mit der Absicht, das Risiko für hereditär mitverursachte Gelenkerkrankungen wie zum Beispiel Ellbogen (ED)-, Hüftdysplasie (HD) oder Osteochondrose zu minimieren. Es findet sich allerdings keine wissenschaftliche Publikation, welche den Zusammenhang von limitierter Bewegung im ersten Lebensjahr und dem Auftreten von skelettalen Problem nachweist.

Faktenlage zur Pathogenese von Wachstumserkrankungen

Die Vererblichkeit bei HD und ED liegt bei 18-60% (*Beuing et al., 2000; Ubbink et al., 2000; Malm et al., 2008; Engler, 2009; Hartmann, 2011*), diejenige von Patellaluxation um die 30% (*Wangdee et al., 2014*). Davon abzugrenzen ist die Prädisposition diverser Hunderassen, welche für HD, ED und Patellaluxation nachgewiesen wurde (*Vidoni et al., 2005; OFFA, 2010; Griffon, 2012; Michelsen, 2013*). Übergewicht wurde als generell negativer Faktor für diverse Skelettprobleme über das gesamte Hundeleben identifiziert (*Edney und Smith, 1986; Lund et al., 2006; Nitsch und Kölle, 2021*). Die Futterinhaltsstoffe sind bei der Verfütterung von kommerzieller Nahrung hinsichtlich Skelettgesundheit bedenkenlos, dies gilt im speziellen auch für Calcium und Proteine (*Nap, 1993; Nap und Hazewinkel, 1994*).

Es bleibt der Einfluss des Masses an Bewegung auf den Körper. Dazu haben finnische Autoren bei Versuchen an jungen Beagles eine Studiensammlung erstellt (*Kiviranta et al., 1988; Kiviranta et al., 1992; Arokoski et al., 1994; Jortikka et al., 1997*). Je nach Versuchsanordnung wurde entweder ein Bein über Wochen immobilisiert und dann bewegt oder die Hunde wurden auf einem Laufband über 2, 4 oder 20 km laufen gelassen. Die Qualität des Gelenkknorpels wurde histologisch untersucht. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die höchsten Glykosaminglykangehalte, die härtesten Gelenkoberflächen und damit die beste Knorpelzusammensetzung bei moderater Laufleistung um 4 km pro Tag erreicht wurde, die schlechtesten Werte bei Nichtaktivität entstanden und sogar extrem lange Laufbandzeiten zu überraschend wenig Knorpelabbau und kaum Arthrose führten.

Aus der Humanpädiatrie (*Heimkes, 2016*) ist zudem bekannt, dass sportliche Untätigkeit bei Knaben zu unterentwickelten Apophysen und als Folge daraus zu muskulärer Fehlrichtung im benachbarten Gelenk führt. Dies führte in der Folge zu Hüftgelenkdysplasie.

Was schliessen wir aus diesen Fakten? – Dr. Marianne Furler, Verhaltenstierärztin

Dichte Knochen und starke Muskeln sind gefragt

Damit das Skelett das Gewicht des wachsenden Körpers tragen kann, muss es nach der Geburt mineralisiert werden, was durch Belastung der Knochen angeregt wird. Genauso müssen die Wachstumsfugen durch Druck und Zug belastet werden, damit sich die Gelenke in Form und Funktion korrekt entwickeln. Zunehmende Muskelkraft ist nötig, um das Gewicht von der Sohle auf die Zehen zu verlagern, was für eine stabile und schnelle Fortbewegung eines Hundes Voraussetzung ist.

Vielfältige und abwechslungsreiche Bewegung ist nötig für die Hirnentwicklung

Körperliche Aktivität veranlasst die Muskulatur hormonähnliche Botenstoffe (Myokine) auszuschütten, welche unter anderem die Neubildung und Vernetzung von Nervenzellen anregen - speziell im Hippocampus, dem Zentrum für Gedächtnis und Lernen. Die verschiedenen Hirnareale für Wahrnehmung, Raumerfahrung, Körperbewusstsein, Koordinationsvermögen und Gleichgewichtssinn werden bei Bewegung ebenfalls angeregt und weiter entwickelt.

Komplexe Bewegungsabläufe werden nur durch wiederholtes Üben erlernt und dazu gehört auch Treppen hoch- und runter laufen.

Spiele fördert motorische Fähigkeiten, kognitive Entwicklung und emotionale Belastbarkeit!

Ausgelassenes und regelmässiges Spielen mit geeigneten Artgenossen ist für die Entwicklung besonders wichtig, weil nicht nur der Bewegungsapparat vielfältig gefordert wird, sondern auch notwendige Kompetenzen wie Impuls- und Emotionskontrolle, Sozialkompetenz sowie Frustrationstoleranz und Risikokompetenz erworben und geübt werden. Beim Spielen erlebt der junge Hund einen Kontrollverlust und den Umgang mit unvorhersehbaren Situationen in einem positiven Kontext, was den Hund anpassungsfähiger für Situationen macht, die im späteren Leben unerwartet auftreten können. Es müssen Regeln und Fairness eingehalten werden, es kommt auch mal zu Erschrecken oder Frustration. Diese leichtgradigen Stressoren helfen dem Hund später besser mit Stress und angstausslösenden Situationen umzugehen.

Die einen Junghunde spielen lieber sanft und ruhig, anderen kann es nicht wild genug sein. In jedem Fall sollten gleichgesinnte Spielpartner gesucht werden. Vor allem bei sehr sozialen Rassetypen oder Individuen gehört häufiger freier Kontakt mit Hunden zu einem grossen Bedürfnis und dessen Befriedigung ist vor allem während der Junghundephase (Adoleszenz) sehr wichtig. Ein Kontaktmangel kann einerseits zu starker Frustration und andererseits zu Defiziten im Sozialverhalten führen.

Freies Entdecken der Welt zusammen mit seinen Menschen

Das Bewegungsbedürfnis nicht einzuschränken, bedeutet auch, dass der Welpen draussen möglichst oft ohne Leine läuft, was aufgrund des angeborenen Nachfolgetriebs in den ersten vier Lebensmonaten des Welpen in der Regel problemlos möglich ist und es erlaubt, bereits spielerisch den Rückruf zu üben. Denn an einer Leine angebunden zu sein, ist einschränkend und damit oft frustrierend. Ausserdem kann der Hund angeleint nur im Schritt oder Trab gehen, was die Entwicklung des Bewegungsapparats nicht genügend stimuliert. Leinenführigkeit lernt der Hund auch später im Leben - daher sollte die Welpenzeit besser für den Aufbau einer sicheren Bindung und von gegenseitigem Vertrauen genutzt werden. Dies ist die Basis, um dem jungen Hund auch in belastenden Lebenssituationen Sicherheit zu vermitteln.

Ausserdem bietet sich Bewegung an, um den Welpen kleine Mutproben bestehen zu lassen wie auf einem wackligen Baumstamm zu laufen oder eine offene Treppe zu besteigen. Und er sollte auch lernen, dass er kleine Probleme durch eigene Entscheidungen und Handlungen lösen kann. Dies fördert nicht nur das Körper- sondern auch das Selbstbewusstsein.

Zum gesunden Wachstum gehört auch viel Schlaf

Im Alter von acht Wochen sind die Welpen bis zu sechs Stunden pro Tag aktiv und diese Aktivitätsphasen dauern jeweils bereits 30-60 Minuten oder mehr. Nach den vielfältigen Aktivitäten schläft der Welpen immer wieder mehrere Stunden und diese Schlafphasen sind im Gegensatz zum erwachsenen Familienhund, der hauptsächlich nachts schläft, über 24 Stunden verteilt. Welpen schlafen ungefähr 18 Stunden und mit zunehmendem Alter werden die Schlaf- zugunsten der Aktivitätsphasen verkürzt.

Während dem Schlafen werden Hormone und Wachstumsfaktoren ausgeschüttet, die für das normale Wachstum des Skeletts unerlässlich sind. Damit der Welpen aber tief und entspannt schlafen kann, braucht er nebst Befriedigung seiner Bedürfnisse vor allem auch Geborgenheit und Sicherheit.

Gross werden braucht Muskelkraft

Bei grossrassigen oder schweren Welpen ist der Muskelaufbau besonders wichtig, weil sie sehr schnell an Körpergewicht zulegen und schon früh viel Gewicht bewegen müssen. Dabei soll Übergewicht genauso wie Untergewicht vermieden werden. Gut ausgebildete Muskulatur ist die Voraussetzung, dass sich der Welpen möglichst schnell in den verschiedenen Gangarten stabilisieren kann. Bei bewegungsfreudigen Welpen findet dies durch deren selbstgewählte Aktivitäten in der Regel ohne weiteres Zutun statt, bei trägeren Welpen ist es manchmal herausfordernd, sie zu ausreichender Bewegung zu motivieren.

Empfehlung – viel freie Bewegung und eine sichere Bindung

Restriktive Empfehlungen für die Bewegung und Minutenangaben für die Dauer der Spaziergänge haben keine wissenschaftliche Basis und sind überholt. Bei einem gesunden Welpen gibt es wie bei allen anderen Spezies kein Zuviel an selbst gewählter Bewegung und er darf, was er kann. Daher soll sein Bewegungsbedürfnis nicht eingeschränkt werden und er sollte viel mit geeigneten Artgenossen spielen und auch eigene Entscheidungen treffen dürfen. Ebenfalls unerlässlich für die gesunde Entwicklung ist eine vertrauensvolle und sichere Bindung zu seinen Menschen, damit der Welpen zu einem möglichst ausgeglichenen, gut sozialisierten und resilienten adulten Hund heranwachsen kann.