



Spielen mit den Geschwistern – eine wichtige Lebensschule (Dalmatiner von Breakfast at Tiffany's)

Jo Ahrens Photo & Art

Bewegung für ein gesundes Wachstum

Was wir von der Entwicklung des Bewegungsapparates von Kindern schon lange wissen, wird durch aktuelle Forschung an Hunden bestätigt: Die vor mittlerweile 30 Jahren aufgekommene Empfehlung, ein wachsender Hund müsse geschont werden und dürfe keine Treppe laufen, ist falsch.

Marianne Furler, Verhaltenstierärztin STVV und Tierphysiotherapeutin SVTPT

Seit zwei Jahren läuft eine Studie zur Entwicklung des Gangwerkes (gangwerkentwicklung.uni-jena.de), die 2024 abgeschlossen sein wird und in der über 450 Welpen von der 8. Woche bis zum 18. Monat untersucht werden. Sie bestätigt klar, dass der wachsende Hund vielfältige Bewegung braucht. Diese Studienresultate werden im Juni 2024 von Professor Martin Fischer am internationalen Tierphysiotherapiekongress in Flums allen Interessierten vorgestellt.

Leider wird die nie durch eine wissenschaftliche Studie belegte Theorie, ein Welpen müsse restriktiv bewegt werden, noch immer durch viele Züchter und Hundetrainerinnen an Welpenbesitzer vermittelt. Begründet wird dies mit «weichen» Knochen, offenen Wachstumsfugen oder der möglichen Entwicklung von Hüftdysplasie. Aber gesunde Gelenke werden durch normale Bewegung nicht geschädigt und pathologische Gelenke durch Schonung nicht weniger patholo-

gisch. Welpen, die bei der Züchterin noch stundenlang mit ihren Geschwistern herumtoben, werden vom Moment der Übernahme an zu zerbrechlichen Wesen, die nur dosiert und womöglich vorzugsweise an der Leine bewegt werden sollen und auch mit Artgenossen nur kontrolliert und sanft spielen dürfen.

Von Kindern, die sich zu wenig bewegen, wissen wir, dass darunter nicht nur die Entwicklung des Bewegungsapparates



Auch gegen das Spiel mit erwachsenen Hunden ist nichts einzuwenden, wenn diese ihr Spiel dem Welpen anpassen.

Irene Bernhard, Brittnau

leidet, sondern auch eine mangelhafte Gehirnentwicklung die Folge sein kann. Denn Bewegung ist unerlässlich für die kognitive, soziale und emotionale Entwicklung bei allen Spezies. Der Bewegungsapparat besteht vereinfacht gesagt aus verschiedenen grossen und verschiedenen langen Muskeln und Sehnen, die am knöchernen Skelett ansetzen. Die einen Muskeln bewegen den Körper, andere stabilisieren ihn. Bewegung und Stabilisierung finden also statt, indem die entsprechenden Muskeln kontrahiert werden – Wirbelsäule, Knochen und Gelenke werden dabei passiv mitbewegt, nehmen Gewicht auf und stabilisieren den Körper ebenfalls passiv.

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 nur stattfindet, wenn diese Mineralisierung durch eine Belastung der Knochen angeregt wird. Die Gelenkflächen, die bei der Geburt nur mit einer dünnen Knorpelschicht überzogen und somit empfindlich sind, müssen belastet werden, damit die Knorpel-

schichten dicker und belastbarer werden. Genauso müssen die Wachstumsfugen belastet werden, damit sie sich nicht vorzeitig schliessen und das normale Wachstum in der Folge beeinträchtigt wird. Und vor allem muss Muskulatur aufgebaut werden, damit diese den Bewegungsapparat stabilisieren und die nötige Leistung erbringen kann.

Wenn man Welpen von aktiven und lauffreudigen Rassen wie Jagd-, Hüte- oder Schlittenhunden mit Welpen von eher trägen Rassen wie Bulldoggen oder Mastiffs im Wachstum vergleicht, zeigt es sich, dass die vermehrte Bewegung der aktiveren Welpen zu einem schnelleren Muskelaufbau führt und diese Welpen ihren Körper früher in der Bewegung stabil halten können als die trägeren Welpen, die länger einen «tollpatschigen» Gang zeigen. Bewegung im Wachstum ist nicht nur unerlässlich für eine gesunde Entwicklung des Bewegungsapparats, sondern auch für das Gehirn. Vor allem Spielen mit Artgenossen fördert Sozialkompetenz, Impuls- und Emotionskontrolle sowie Frustrationstoleranz und Risikokompetenz.

Spiele fördern viele Kompetenzen

Viele Hundehalterinnen ziehen es vor, dass ihre jungen Hunde sanft und nicht zu ausgelassen spielen. Dabei ist gerade wildes Spiel – und Spielen bedeutet immer, dass es allen Beteiligten Spass macht – besonders wertvoll für die Entwicklung. Der spielerische Kontrollverlust beim ausgelassenen Toben und Balgen fördert die Fähigkeit, auf plötzliche Ereignisse zu reagieren.

Beim wilden Spiel werden Reflexe trainiert, die im Hundeleben wichtig sind: die schnelle Reaktion auf plötzliche Richtungswechsel des Spielpartners, abrupte Rollenkehr (der Verfolger wird zum Verfolgten), Ausweichen oder Überspringen von plötzlich auftauchenden Hindernissen im vollen Galopp. Diese im Spiel erworbenen Fähigkeiten machen den Hund anpassungsfähiger für Situationen, die im späteren Leben unerwartet auftreten können.

Wildes Spiel unterstützt auch die emotionale Entwicklung. Der junge Hund lernt das Einhalten von Spielregeln und die Bedeutung von Fairness, erschrickt aber



Ein vielfältiges Angebot von Objekten animiert zum Entdecken und Sich-Bewegen. (Dalmatiner von Breakfast at Tiffany's)

Jo Ahrens Photo & Art

auch mal während des Spiels oder wird frustriert und lernt, mit diesen Emotionen umzugehen. Hunde, die häufig mit Artgenossen herumtoben dürfen, sind in der Regel weniger aggressiv und ausgeglichener im Umgang mit anderen Hunden. Wenn es allen Beteiligten Spass macht, darf es also auch gerne «wild» zugehen. Studien haben aufgezeigt, dass körperliche Aktivitäten, die Freude machen, die Konzentrations- und Aufnahmefähigkeit erhöhen. Ausserdem trägt spielerische Aktivität nach einer Trainingseinheit dazu bei, die Leistung eines Hundes beim Lernen von neuen Fähigkeiten zu verbessern. Dieser Effekt kann auch ein Jahr später noch nachgewiesen werden.

Stimulation durch Sinnes- und Bewegungsreize

Sobald der Welpen seine Umwelt sehen und hören kann, beginnt er diese zu erkunden, und sein Bewegungsradius nimmt kontinuierlich zu. Die Gehirnentwicklung wird durch die Reize aus der Umwelt, die Interaktionen mit der Mutter, den Geschwistern und den betreuenden Menschen, aber vor allem durch die Bewegung der Muskulatur stimuliert. Vielfältige Reize und Bewegungen sind in dieser Entwicklungsphase wichtig, um möglichst viele Nervenzellen und deren Verbindungen (Synapsen) zu aktivieren.



Der Nachfolgetrieb eines Welpen wird von der Mutter auf die neue Bezugsperson übertragen und hält in der Regel bis zum Alter von vier Monaten an.

Andrea Eicher

Bereits mit acht Wochen sind die Welpen einer mittelgrossen sportlichen Rasse rund sechs bis sieben Stunden pro Tag aktiv. Die über den ganzen Tag verteilten Spielphasen dauern im Durchschnitt 30 bis 40 Minuten, zweimal täglich aber auch eine Stunde oder mehr. Dazwischen wird jeweils eine bis zwei Stunden geschlafen. Die Nachtruhe beträgt rund acht Stunden. Die Welpen bestimmen dabei selbst, wie und wie viel sie sich bewegen und wann sie müde sind.



Freies Erleben der Umwelt, Trainieren aller Sinne.

Andrea Eicher

Nach der Übernahme des Welpen mit zehn bis zwölf Wochen sollte dies möglichst beibehalten werden. Der Welpen sollte weiterhin selbst bestimmen dürfen, wie lange er sich bewegt und schlafen, wenn er müde ist. Junge Hunde, die in ihrem Bewegungsbedürfnis nicht eingeschränkt werden, schlafen in der Regel, wenn mal gerade nichts auf dem Programm steht.

Freies Entdecken der Welt zusammen mit seinem Menschen

Das Bewegungsbedürfnis nicht einzuschränken, bedeutet auch, dass der Welp draussen viel und oft ohne Leine läuft. Denn angebunden sein ist einschränkend, somit unangenehm und löst oft Frustration beim jungen Hund aus. Ausserdem kann der Hund an der Leine nur im Schritt gehen oder traben, und diese Gangarten stimulieren die Entwicklung des Bewegungsapparats nicht genügend. Für eine gesunde körperliche und emotionale Entwicklung benötigt der Welp von Anfang an und täglich Freilauf, was aufgrund des angeborenen Nachfolgetriebs des Welpen problemlos möglich ist. Dieser in der Natur überlebenswichtige Nachfolgetrieb zeigt der Welp bis zu einem Alter von etwa vier Monaten, und diese Phase sollte genutzt werden, um bereits spielerisch den Rückruf zu üben. Leinenführigkeit lernt der Hund zu jedem späteren Zeitpunkt im Leben, daher sollte die Welpenzeit besser für den Aufbau einer sicheren Bindung und von gegenseitigem Vertrauen genutzt werden. Freie und vielfältige Bewegung regt ausserdem die Weiterentwicklung der zuständigen Hirnareale für Wahrnehmung, Raumerfahrung, Körperbewusstsein, Koordinationsvermögen und Gleichgewichtssinn an. Auch werden komplexe Bewegungsabläufe nur durch wiederholtes Üben erlernt.

Gross werden braucht Kraft

Wichtig ist vor allem, dass der junge Hund Muskulatur aufbaut, um möglichst schnell kräftig genug zu sein, um seinen Bewe-



Grossrassige Welpen sind manchmal eher träge und sollten motiviert werden, sich genügend zu bewegen.

Marianne Furler

gungsapparat in den verschiedenen Gangarten zu stabilisieren. Bei bewegungsfreudigen Welpen findet dies durch deren selbstgewählte Aktivitäten in der Regel ohne weiteres Zutun statt, bei trägeren Welpen kann es aber eine Herausforderung sein, die richtige Motivation zu finden, damit sie sich genügend bewegen. Vor allem bei grossrassigen oder schweren Welpen ist der Muskelaufbau besonders wichtig, weil sie beim Wachstum sehr schnell an Körpergewicht zulegen, beziehungsweise schon früh viel Gewicht bewegen müssen.

Empfehlung

Im Wachstum müssen die knöchernen Strukturen belastet und Muskulatur auf-

gebaut werden. Ein Welp sollte sich daher selbstbestimmt und möglichst frei bewegen können, bis er müde ist und viel Gelegenheit haben, mit Artgenossen zu spielen. Wie weit und wie lange man mit dem Welpen spazieren geht und wann er eine Pause braucht, hängt vom Welpen ab und wird von ihm bestimmt. Überbehütung und dauerndes Führen an der Leine behindern eine normale körperliche und mentale Entwicklung und führen zusätzlich zu Frustration, was die Beziehung zu seinem Menschen beeinträchtigt.

Und natürlich ist freie und vielfältige Bewegung lebenslang nötig, damit auch der alternde Hund seine Muskelkraft und kognitiven Fähigkeiten möglichst lange aufrechterhalten kann.

Quellen:

Handout Koch & Fischer: «Vorstellung Projekt Gangwerkentwicklung vom Welpen bis zum ausgewachsenen Hund», Regensdorf Mai 2023
 «Hunde in Bewegung», Martin S. Fischer und Karin E. Lilje, 2011
 «How Play Makes for a More Adaptable Brain», Sergio M. Pellis, Vivien C. Pellis, Brett T. Himmler, 2014
 «Adaptation of canine femoral head articular cartilage to long distance running exercise in young beagles», Lammi M, Hakkinen TP, Parkkinen JJ, et al, 1993.
 «Dog-Human Play, but Not Resting Post-Learning Improve Re-Training Performance

up to One Year after Initial Task Acquisition in Labrador Retriever Dogs: A Follow-On Study», Nadia Affenzeller, Animals 2020
 «Moderate running exercise augments glycosaminoglycans and thickness of articular cartilage in the knee joint of young beagle dogs», Kiviranta I, Tammi M, Jurvelin J, et al, 1988
 «Auswirkungen von Sport und Bewegung auf die Entwicklung von Kindergartenkindern», Andreas Frey, Christoph Mengelkamp, 2007
 «Bewegung formt das Hirn – Lernrelevante Erkenntnisse der Gehirnforschung», Laura Walk, 2011



Weitere Informationen und Therapeutenverzeichnis unter www.svtpt.ch