

# „Healthy Habits“: Fütterungsregeln für ein gesundes Körpergewicht

Claudia Rade

Um ein gesundes Körpergewicht bei Hunden und Katzen zu erreichen und zu halten, kommt es nicht nur auf das „Was?“ – das geeignete Futter zur Gewichtsreduktion –, sondern vor allem auch auf das „Wie?“ – gesunde Ernährungsgewohnheiten für den vierbeinigen Liebling – an. Wir zeigen, wie es geht!



► **Abb. 1** Ausgeprägtes Bettelverhalten macht es dem Tierhalter schwer, bei der Diät seines Tieres konsequent zu bleiben. © Royal Canin

## Es zählt: Lebensqualität!

Das Körpergewicht seines Hundes oder seiner Katze unter Kontrolle zu halten, ist für den Tierhalter nicht immer einfach. Die Bedeutung eines gesunden Körpergewichts ist den „Tiereltern“ in der Regel klar: Normalgewichtige Tiere sind lebhafter und beweglicher. Sie haben ein geringeres Risiko, an den Folgen von Übergewicht zu erkranken,

z.B. in Form von Osteoarthritis, Diabetes mellitus und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Doch wie schafft man es, das Tier in guter Körperkondition zu halten? Viele Tierhalter resignieren vor dieser Aufgabe, nicht selten auf der Basis eigener, schlechter Erfahrungen mit Diäten.

## Ernährungsberatung einmal anders

Als TFA in der Tierarztpraxis haben Sie sicher auch schon die Erfahrung gemacht, wie schwer es ist, ein erfolgreiches Gewichtsmanagementprogramm für Hunde und Katzen zu etablieren. Obwohl fast jeder zweite Hund und jede zweite Katze übergewichtig ist, zeigen die wenigsten Tierhalter spontan ein Problembewusstsein und die Bereitschaft, daran etwas zu ändern. 50% der Tierhalter mit übergewichtigen Patienten brechen die Diät ab. Ein noch höherer Prozentsatz der Tiere (ca. 60%) nimmt nach erfolgreicher Gewichtsreduktion schnell wieder zu. Wie lässt sich dieser Teufelskreis durchbrechen? Versuchen Sie es doch einmal anders!

## 7 gute Regeln

Reden Sie nicht über Rohfaser, Fettgehalt und Verringerung der Tagesfuttermenge, sondern über 7 einfache Verhaltensregeln, die sogenannten „Healthy habits“ – sie sind der erste Schritt zu einem erfolgreichen Gewichtsmanagement:

1. **Das Problem erkennen:** Es ist wichtig, dass der Halter eines übergewichtigen Tieres das aktuelle und das Normalgewicht seines Tieres genau kennt und begreift, dass es dazwischen einen Unterschied gibt.
2. **Achtung Betteln!** Viele Hunde und Katzen wissen genau, wie sie ihren Menschen „um den Finger wickeln“ können und haben gelernt, ihn dazu zu bringen, ihnen Futter zu geben (► **Abb. 1**). Wenn der Tierhalter versteht, dass Betteln nicht mit Hunger nach Nahrung,



sondern nach Kontakt gleichzusetzen ist, kann er seine Art, auf die „Bettelattacken“ zu reagieren, verändern.

3. **Beratung zur Fütterung in der Tierarztpraxis:** Tierärztliche Diätahrungen zur Gewichtsreduktion sind eine bessere Wahl als „FDH“ mit dem alten Futter. Sie stellen auch bei reduzierter Futtermenge die bedarfsgerechte Versorgung mit allen lebensnotwendigen Nährstoffen sicher. Im Idealfall sättigen sie besser als ein Standardfutter und helfen, gezielt Fett, aber nicht Muskulatur abzubauen (wie z.B. SATIETY WEIGHT MANAGEMENT von ROYAL CANIN). Auch die Mischung von Feucht- und Trockennahrung kann zu einer „Energieverdünnung“ der Ration beitragen.
4. **Die richtige Mahlzeitengröße:** Die Empfehlung der korrekten Tages-Futtermenge bzw. des richtigen Mischungsverhältnisses von Feucht- und Trockennahrung (genaue Angaben in Gramm, am besten schriftlich) runden eine fachgerechte Fütterungsempfehlung ab.
5. **Füttern mit Wohlfühl-Faktor:** Die Fütterungsroutine sollte die natürlichen Instinkte und Vorlieben von Hunden und Katzen respektieren. Regelmäßige Mahlzeiten und Hygiene bei der Zuteilung und Reinigung der Näpfe und Schüsseln sind der Mindeststandard. Katzen sollte die Möglichkeit gegeben werden, ihre natürlichen Jagdinstinkte auszuleben, indem das Futter auf „spannende“ Art und Weise in unterschiedlichen Futterspielzeugen angeboten wird. In der Wohnung sollten Futter- und Wassernapf räumlich getrennt und in ausreichender Entfernung von der Katzentoilette aufgestellt werden. Für Hunde eignet sich ein Trainingsplan für draußen, der auch den Halter mit einbezieht. Je nach Verfassung von 2- und 4-Beinern kann der Plan Wandern, Radfahren, Jogging und Bewegungsspiele beinhalten. Im Sommer stellt Schwimmen eine gelenkschonende Alternative dar. Hund und Halter können an Lebensfreude gewinnen, indem sie ihre Fitness gemeinsam verbessern. Outdoor Aktivitäten und di-

verse Formen von Hundesport können sowohl das Bedürfnis des Hundes nach Kontakt zu Artgenossen als auch das Ausleben seines natürlichen Aktivitätsspektrums (von Jagen bis Fährtsuchen) befriedigen.

6. **Körperkondition im Blick behalten:** Tierhalter sollten ermuntert werden, ihr Tier regelmäßig zu wiegen und das Gewicht zu dokumentieren. Humanmedizinische Studien belegen, dass Menschen, die sich regelmäßig auf die Waage stellen, weniger gefährdet sind zuzunehmen. Unter Anleitung können auch Tierhalter das Body Condition Scoring schnell erlernen. Es bietet ihnen eine sehr gute Möglichkeit, den Ernährungszustand ihres Tieres im wahrsten Sinne des Wortes zu „be-greifen“: Sie können ihn ganz einfach beim Streicheln kontrollieren und Veränderungen ab 5–10% selbst feststellen.
7. **Gewichtsreduktion tierärztlich begleiten:** Da eine gesunde Gewichtsabnahme nur 1–2% pro Woche beträgt, dauern Reduktionsdiäten bei Hunden und Katzen vielfach eher Monate als Wochen. Um motiviert mitzumachen, braucht der Tierhalter die fachliche Beratung und Ermunterung durch das Praxisteam. Der regelmäßige Austausch mit der TFA oder dem Tierarzt ist ein wertvoller Beitrag zur Aufrechterhaltung der sogenannten Compliance des Tierhalters: Darunter versteht man die Bereitschaft, aktiv am Therapieerfolg mitzuwirken und den tierärztlichen Empfehlungen zu folgen.

## Fazit

Übergewicht erhöht bei Hunden und Katzen das Risiko für typische Folgeerkrankungen wie Diabetes mellitus und Osteoarthritis. Hat ein Tier zu viel Gewicht auf den Rippen, kann die Etablierung gesunder Fütterungs- und Haltungsbedingungen der Schlüssel zur erfolgreichen Rückkehr zum Normalgewicht ohne Jojo-Effekt sein. Der Lohn für die Mühe ist eine Verbesserung der Allgemeingesundheit und der Lebensqualität – nicht unbedingt nur beim Vierbeiner. Gewichtsmanagement hört nicht bei der Empfehlung einer Diätahrung und der täglichen Futtermenge auf: Eine individuelle, fachlich fundierte Beratung in der Tierarztpraxis, welche Verhaltensänderungen bei Tier und Halter den Weg zum Normalgewicht am besten ebnet, hat maßgeblichen Einfluss auf den nachhaltigen Diäterfolg bei Hunden und Katzen.

## Korrespondenzadresse

**Dr. Claudia Rade**  
 Fachtierärztin für Tierernährung  
 Royal Canin Tiernahrung GmbH  
 Habsburgerring 2, 50674 Köln

## Bibliografie

DOI <https://doi.org/10.1055/a-0922-7988>  
 Team konkret 2019; 15: 12–13  
 © Georg Thieme Verlag KG Stuttgart · New York  
 ISSN 1869-3202