

## DER MENSCH:

Zahlen,  
Daten,  
Fakten

Mag. Katharina  
Lhotsky



# Gesund mit Hund

Von Heinz Rühmann stammt der Satz „Man kann auch ohne Hund leben, aber es lohnt sich nicht.“ Dass sich diese Haustiere tatsächlich positiv auf die Gesundheit ihrer Halter auswirken, beweisen zahlreiche internationale Studien. So leiden Hundebesitzer deutlich weniger unter Stress als andere Menschen. Das konnten Wissenschaftler der State University of New York in Buffalo nachweisen, indem sie stressgeplagte Börsenmakler untersuchten. Eine 2011 im „Journal of Physical Activity and Health“ veröffentlichte Studie zeigte, dass Herrchen und Frauchen, die regelmäßig mit ihren Vierbeinern an die frische Luft gehen, mehr Bewegung machen und daher deutlich fitter sind.

Zudem sind Hunde soziale Vermittler, weil sie Kontakte zu anderen Menschen beschleunigen und auch dabei helfen können, Krankheiten generell besser zu verarbeiten. Die Tiere haben außer-

dem einen sehr guten Geruchssinn. So vermögen manche Wautzis gesundes und krebserkranktes Gewebe am Geruch unterscheiden: Etwa bei Lungen-, Brust- oder Prostatakrebs. Schäferhund Frankie etwa konnte laut seriöser Quelle bei 34 Patienten Schilddrüsenkrebs noch vor der Diagnose mit 88-prozentiger Treffsicherheit aus Urinproben erschnüffeln. Andere eigens geschulte Vierbeiner erkennen am Atem oder Schweiß ihres an Diabetes erkrankten Besitzers, ob eine Unterzuckerung droht und schlagen Alarm.

Eine 2011 veröffentlichte Studie zeigte, dass Kinder im Alter von vier Jahren seltener an Ekzemen und Neurodermitis litten, wenn sie in den ersten 12 Lebensmonaten mit einem Hund in Berührung kamen. Gerade das 1. Lebensjahr ist für die Ausbildung des Immunsystems entscheidend.

Die felligen Freunde beeinflussen das Spektrum der

Bakterien aus der Umgebung. Zu diesem Ergebnis kamen 2012 Mediziner der Universitätsklinik Kuopio in Finnland bei einer Studie mit 397 Neugeborenen. Deren Eltern führten ein Jahr lang Protokoll über das Befinden ihrer Babys. Diejenigen, die mit einem Hund unter einem Dach lebten, litten seltener an Ohrenentzündungen, Husten oder Schnupfen und mussten weniger Antibiotika nehmen als Kinder, die keinen Kontakt mit den Tieren hatten.

Insbesondere das Spielen mit einem Hund verändert schon nach 15 Minuten nachweislich die Botenstoffe im Gehirn. Der Körper schüttet vermehrt die Glückshormone Dopamin und Serotonin aus, das Stresshormon Cortisol wird reduziert. Der Mensch fühlt sich entspannter und zufriedlicher.

Kinder- & Familienmarketing  
[www.passtd.at](http://www.passtd.at)