

ERNÄHRUNG

NAHRUNGS- ERGÄNZUNGEN

Fit im Alter



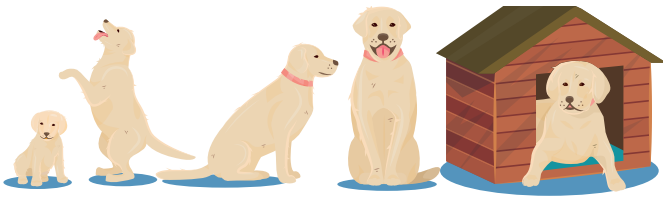
Man kann es leider nicht verhindern: Irgendwann werden unsere geliebten Tiere alt. Es fällt lange nicht auf, doch dann bemerkt man es – die Schnauze und das Fell werden grau, das Tier schläft viel mehr als früher, die Bewegungen werden langsamer. Augen und Ohren sind nicht mehr so gut, wie sie es mal waren.

Alte Tiere strahlen aber auch sehr oft eine innere Ruhe und Abgeklärtheit aus. Wir Menschen genießen die Senioren-Zeit unserer Tiere, denn die Beziehung zum Tier ist dann sehr innig und man versteht sich fast blind. Schließlich hat man schon so viel Zeit miteinander verbracht und ist über die Jahre zusammengewachsen.

Doch was passiert im Körper, wenn ein Tier alt wird? Grundsätzlich ist das Altern ein normaler biologischer Prozess, den man weder verhindern noch rückgängig machen kann. Warum auch? Alt werden gehört zum Leben.

Bevor man sich nun überlegt, wie man sein Tier am besten unterstützen kann, muss man sich Folgendes überlegen:

Was passiert im Körper, wenn das Tier alt wird?



Mit fortschreitendem Alter verlangsamt sich die Zellteilung im Körper und kommt irgendwann ganz zum Erliegen. Dadurch können die Zellen ihrer eigentlichen Funktion nicht mehr so gut nachkommen. Auch nimmt der Anteil der Körperflüssigkeit ab und Stoffwechselprodukte lagern sich in den Zellen ein. Zusätzlich zeigen alte Tiere oft ein vermindertes Durstgefühl und trinken weniger, wodurch die Gefahr der Dehydrierung steigt. Bei uns Menschen sieht man die Abnahme der Körperflüssigkeit gut an unserer Haut, da wir ja kein Fell haben. Man wirkt fast schon ein bisschen vertrocknet.

Auch im Bewegungsapparat bleibt der sinkende Flüssigkeitsanteil im Körper nicht ohne Folgen: Bänder und Bandscheiben werden mit der Zeit porös, die Gefahr von Bandscheibenvorfällen und Bänderrissen steigt. Die Gelenkkapseln schrumpfen, der Knorpel wird schlechter mit Flüssigkeit versorgt und dadurch immer poröser. Mit fortschreitendem Alter des Tieres geht die Elastizität des Knorpels verloren und die Beweglichkeit wird eingeschränkt. Es können vermehrt Arthrosen entstehen.

Im Alter wird auch die Muskulatur der Tiere weniger und schwächer. Das bedeutet nicht nur eine verminderte Leistungsfähigkeit, sondern auch eine höhere Belastung für Knochen und Gelenke. All diese Veränderungen des Bewegungsapparats werden durch Übergewicht und mangelnde Bewegung verstärkt. Im Verlauf des natürlichen Alterungsprozesses wird auch die Leistung des Herzens als stärkster Muskel des Körpers beeinträchtigt.

Das Immunsystem schwächtelt ebenso im Alter. Das Tier wird anfälliger für Infektionserkrankungen, die Regeneration nach Erkrankungen dauert deutlich länger. Der verlangsamte Stoffwechsel hat auch Auswirkungen auf das Wär-

Neu bei Königsfurt-Urania:
Ayurveda für Tiere
von Theresa Rosenberg



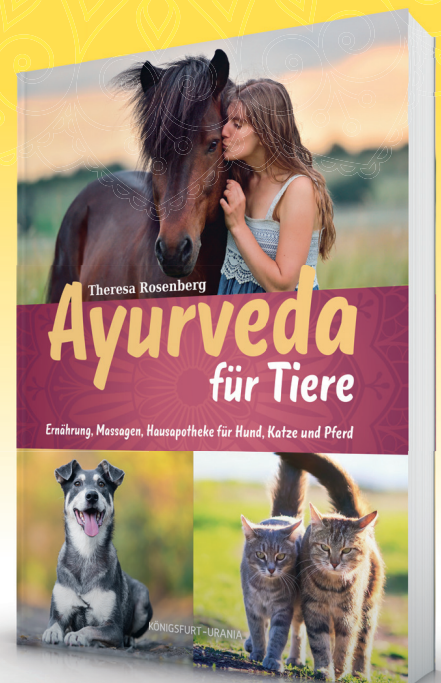
Die Lehre des Ayurveda hilft dir, dein Tier gesund und typgerecht zu füttern, zu trainieren und zu halten. Sie lindert und heilt viele Krankheiten von Pferd, Hund und Katze, auch ergänzend zur Veterinärmedizin. Theresa Rosenberg gibt in diesem Buch zahlreiche praktische ayurvedische Empfehlungen und Anwendungsbeispiele für Fütterung, Haltung, Tagesroutine und Massagen für dein Tier.

Theresa Rosenberg ist Ayurveda-Medizinerin (M.Sc.) und Heilpraktikerin mit eigener Praxis für Mensch und Tier. Sie ist Pferdewirtschaftlerin (B.Sc.), langjährige Pferde- und Reittrainerin sowie Ernährungsberaterin für Hund und Katze. Sie verfasste mehrere wissenschaftliche Arbeiten zur veterinären Ayurveda-Medizin und bietet in ihrer Praxis neben Behandlungen und Konsultationen zahlreiche Kurse und Workshops an. In der Europäischen Akademie für Ayurveda leitet sie den Bereich „Ayurveda für Tiere“.

Theresa Rosenberg: AYURVEDA FÜR TIERE
Ernährung, Massagen, Hausapotheke für Hund, Katze und Pferd
Gebunden, 17 x 24 cm, 192 Seiten / durchgängig farbig
ISBN 978-3-86826-191-2 / € (D) 24,95 / lieferbar ab November 2020

**KÖNIGSFURT
URANIA** 
www.koenigsfurt-urania.com

Foto: Olga Zeeb





DAS ALTERN IST EIN NORMALER BIOLOGISCHER PROZESS, DEN MAN WEDER VERHINDERN NOCH RÜCKGÄNGIG MACHEN KANN. ALT WERDEN GEHÖRT ZUM LEBEN.

© 193965577 – Adobe

mebedürfnis älterer Vierbeiner, denn sie frieren im Alter oft schneller.

Die Nerven lassen in ihrer Leitfähigkeit nach und die Leistungsfähigkeit des Gehirns wird schwächer. Das kann sich – wie bei uns Menschen – in Form von Wahrnehmungs- und Orientierungsstörungen äußern. Auch das Gedächtnis der Tiere lässt nach, und man bemerkt, dass es sich weniger gut in seiner gewohnten Umgebung zurechtfindet. Im Alter lassen in erster Linie die Seh- und die Hörfähigkeit nach, was Verhaltensveränderungen zur Folge haben kann. Manche Tiere werden in bestimmten Situationen schreckhafter, andere wiederum viel gelassener, weil sie den ganzen Umfang der Situation gar nicht so schnell mitbekommen. Das Tier braucht dann Zeit, um sich auf neue Situationen einzustellen. Das wird leider oft falsch als Sturheit interpretiert. Durch die kleinen Gebrechen und Veränderungen fordert ein altes Tier uns natürlich intensiver. Es braucht mehr Aufmerksamkeit, Pflege und kann auch nicht mehr überall so mithalten wie früher.

Das hört sich jetzt alles sehr dramatisch an, aber all diese Veränderungen sind natürlich und gehören zum Leben. Wir haben aber die Möglichkeit, diese Veränderungen zu beeinflussen und etwas hinauszuzögern. Der langjährige Gefährte hat es sich verdient, in diesen Jahren bestmöglich versorgt zu werden.

Was man tun kann, um das alternde Tier zu unterstützen

Da jedes Tier anders altert und eigene Probleme entwickelt, sollte man ab einem gewissen Alter einen jährlichen Gesundheitscheck beim Tierarzt machen. Dieser kontrolliert den allgemeinen Gesundheitszustand des Tieres, tastet Lymphknoten und Bauch ab, hört Herz und Lunge ab,

untersucht Augen, Ohren, Nase und Zähne. Zudem kann er Blut abnehmen um ein geriatrisches Blutbild zu machen. Ein regelmäßiger Gesundheitscheck kann helfen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Gelenk- oder Bandscheibenprobleme sowie Tumorerkrankungen frühzeitig zu erkennen und zu behandeln.

Regelmäßige Bewegung an der frischen Luft hält das Herz-Kreislaufsystem und die Lungenfunktion aufrecht und versorgt das Gehirn mit Sauerstoff. Diese tägliche Bewegung muss natürlich der körperlichen Verfassung des Seniors angepasst werden. Viel besser als Ballspielen und Joggen sind gemütliche Spaziergänge, bei denen der alte Hund das Tempo selbst bestimmen kann. Um die Sache spannender zu gestalten und das Tier geistig zu fordern, eignen sich Suchspiele.

Eine gesunde hochwertige Fütterung versorgt das alternde Tier mit allen wichtigen Vitaminen und Mineralstoffen.



Welche Nahrungsergänzungen tun tierischen Senioren gut?

UNTERSTÜTZUNG FÜR DIE GELENKE

Gelenkprobleme sind leider ein häufiges Problem bei alternden Hunden und Katzen. Um diesen gegenzusteuern, kann man mit folgenden Nahrungsergänzungen arbeiten:

- ▶ Grünlippmuschelpulver enthält neben Mineralstoffen, Spurenelementen, Omega-3-Fettsäuren und Antioxidantien einen hohen Anteil an Glykosaminoglykan. Dieses besitzt die Fähigkeit, Wasser im Knorpel von Gelenken und im Bindegewebe zu binden. Dadurch wird die Beweglichkeit von Gelenken und die stoßdämpfende Wirkung der Knorpel unterstützt.
- ▶ Kollagen ist ein natürliches Protein und ein organischer Bestandteil von Knochen, Knorpelgewebe, Bänder, Sehnen und Muskeln. Es ist für die Festigkeit und die Flexibilität besonders wichtig.
- ▶ Hagebutte ist reich an wichtigen Nähr- und Mineralstoffen z.B. Vitamin C. Dieses fördert die Durchblutung, wodurch schädliche Stoffe schneller aus dem Blutkreislauf gespült werden.
- ▶ Teufelskralle hilft bei Entzündungen, Schmerzen und unterstützt den gesamten Bewegungsapparat. Man sollte sie nur als Kur geben (nicht länger als acht Wochen) und die Dosis langsam erhöhen, um die Verträglichkeit zu testen.
- ▶ Omega-3-Fettsäuren, wie z.B. in hochwertigem Fischöl, unterstützen einen starken Knochenaufbau und eine gute Konstitution.
- ▶ Antioxidantien fangen freie Radikale im Körper und tragen dadurch zu einem natürlichen Gleichgewicht bei, welches das Wohlbefinden des alten Tieres fördert.

UNTERSTÜTZUNG FÜR DAS GEHIRN

Im Gehirn eines alternden Tieres finden Abbauprozesse statt, bei denen die Nervenzellen mit der Zeit absterben. Dies betrifft vor allem die Bereiche im Gehirn, die für Orientierung,

Lernen, Gedächtnis und Bewusstsein zuständig sind.

- ▶ Antioxidantien tragen zu einer Verminderung von Zellschäden bei. Hier sind vor allem Vitamin E, Selen und Zink zu nennen, die über die Fütterung oder Nahrungsergänzungen abgedeckt werden.
- ▶ Omega-3-Fettsäuren (Fischöl) in der Ernährung wirken sich günstig auf die Verringerung des Cholesterinspiegels aus. Dieser gilt als Risikofaktor für eine menschliche Alzheimererkrankung.
- ▶ Mittelkettige Fettsäuren (MCTs) finden sich z.B. in nativem Kokosöl. Sie wirken als alternative Energiequelle für das alternde Gehirn und können zum Erhalt der kognitiven Fähigkeiten des dementen Hundes beitragen.
- ▶ Ginkgo wird seit Jahren im Humanbereich als Mittel gegen Demenz eingesetzt und findet auch bei Hunden immer mehr Beachtung.
- ▶ Ginseng hebt die Stimmung, stellt die geistige sowie die körperliche Leistungsfähigkeit wieder her und fördert die Rekonvaleszenz.
- ▶ Acetyl-L-Carnitin kann, im Gegensatz zu L-Carnitin, die Blut-Hirn-Schranke überwinden. Dadurch belebt ALC den Stoffwechsel im Gehirn.

UNTERSTÜTZUNG FÜR DAS HERZ

Bestimmte Nahrungsbestandteile können das Herz entlasten und die Pumpleistung steigern:

- ▶ L-Carnitin kann zu einer Verbesserung der Herzmuskelfunktion beitragen. Es wird vom Herzen benötigt, um aus Fettsäuren Energie herzustellen.
- ▶ Taurin wirkt positiv auf die Herzfunktion, fördert die Kontraktionsfähigkeit des Herzens und damit die Pumpwirkung.



UNSER SYNBIOTIKUM IST EIN NATÜRLICHER BAUSTEIN FÜR DIE DARMGESUNDHEIT VITALER HAUSTIERE.

vitalfoten.de/tierarzt

- ▶ Die Vitamine A, C und E, Coenzym Q10, Glutathion, Flavonoide und Polyphenole haben in diesem Zusammenhang Bedeutung.
- ▶ Omega-3-Fettsäuren (EPA = Eicosapentensäure und DHA = Docosahexensäure) haben einen günstigen Einfluss in der Vorbeugung sowie auf bereits bestehende Herzerkrankungen. Demnach wird dadurch der Energiestoffwechsel des Herzmuskels verbessert. Herzfrequenz, Blutdruck und Immunsystem werden günstig beeinflusst.

UNTERSTÜTZUNG BEI INKONTINENZ

Meist tritt Inkontinenz bei Hunden altersbedingt oder infolge einer Kastration auf. Grund dafür ist, dass der Schließmuskel der Harnblase zu schlaff ist, um richtig zu funktionieren.

- ▶ Kürbiskerne und das darin enthaltene Öl beinhaltet eine hohe Konzentration an Phytosterolen, das in der Lage ist, den urologischen Stoffwechsel positiv zu beeinflussen. Kürbiskernöl unterstützt das Blasensystem in seiner Funktion, indem es die Blasenmuskulatur stärkt.
- ▶ Cranberrys unterbinden das Festsetzen von Bakterien an der Schleimhaut der Blasenwand und in den Harnwegen. Damit beugen sie einer Blasenentzündung, die zu verstärktem Harndrang führt, vor.

UNTERSTÜTZUNG FÜR DIE ZÄHNE

Ältere Tiere neigen zu stärkerer Zahnsteinbildung und damit zu Zahnfleischentzündungen. Hier muss man regelmäßig kontrollieren und sehr auf die Zahnhygiene achten. Man kann geeignete Kauartikel anbieten, kommt jedoch bei älteren Hunden nicht ums Zähneputzen herum. Daher sollte man dies bereits im jungen Alter trainieren. Bei Katzen ist die Zahngesundheit oft schon viel früher gefährdet, daher sollte man ihre Zähne regelmäßig beim Tierarzt kontrollieren lassen.



UNTERSTÜTZUNG FÜR DEN DARM

Der Darm wird bei alten Tieren oft träge, die Tiere neigen dann zu Verstopfung. Man muss daher die Verdauung unterstützen, damit alles gut in Schwung bleibt. Dies wirkt sich

zudem positiv auf das Immunsystem aus, denn der Darm beheimatet einen Großteil des Immunsystems.

- ▶ Ballaststoffe in der Fütterung nähren die gesunde Darmflora und unterstützen die Darmbewegung. Die löslichen Ballaststoffe, z.B. Inulin und Pektin, dienen den guten Darmbakterien als „Futter“.
- ▶ Fermentiertes Gemüse, Milchkefir und Naturjoghurt enthalten natürliche Milchsäurebakterien und unterstützen damit als Probiotikum die Darmflora.



Fazit

Ältere Tiere haben die wunderbare Fähigkeit, sich an den kleinen Dingen des Lebens zu erfreuen. Sie genießen gutes Futter, ihr eigenes warmes Plätzchen, viel Ruhe sowie die Aufmerksamkeit ihrer Zweibeiner. Ihr ruhigeres Naturell sorgt meist für ein sehr entspanntes Zusammenleben. Mit vorgestellten „Tools“ kann man das alternde Tier gut unterstützen und ihm die kleinen Wehwehchen im Alter erträglicher machen.

Dabei gilt: „Viel hilft nicht viel“. Im Gegenteil: Nahrungsergänzungen setzt man immer bewusst und gezielt bei bestimmten Gebrechen ein.

VANESSA RÖSSLER



ERNÄHRUNGSBERATERIN FÜR
HUND UND KATZE

TÄTIGKEITSSCHWERPUNKTE
BARFen und artgerechtes Kochen,
Phytotherapie für Hunde, Myko-
therapie, Darmgesundheit, Autorin mit
eigenem Blog

KONTAKT
vanessa.roessler@barf-beratung.at