

SILVESTERANGST

ANGST BEIM HUND

Angst gehört bei Lebewesen zur Grundausstattung an Gefühlen dazu. Angst hat den Sinn, unseren Organismus bei Bedarf in Allarmbereitschaft zu versetzen. Das schützt uns vor Gefahren.

Völlige Angstfreiheit ist nicht erwünscht, da uns die nötige Aufmerksamkeit fehlen würde, in Gefahrensituationen schnell genug zu reagieren.

Die Fluchtreaktion bei einem starken Schreckreiz, setzt reflexartig ein. Das heißt, dass die Flucht- oder Kampfreaktion direkt über die Nervenbahnen in die Muskeln übertragen wird und nicht wie normalerweise erst einen Umweg über unser Gehirn macht, welches das den Reiz als wichtig oder unwichtig einstuft. Würde dieser Umweg über unser Gehirn stattfinden, würden wir bei gefährlichen Situationen, welche unsere sofortige Handlung erfordern, nicht überleben, denn wir wären zu langsam. Das Flüchten bei einem Knall in der Nähe ist also eine reflexgesteuerte Flucht vom Auslöser weg und wird unbewusst ausgelöst.

Wie stark die Reaktion abläuft, kann je nach Hund, unterschiedlich stark sein. Von einer leichten Verunsicherung, über extreme Angst bis hin zur Panik. Entsprechend einfach oder schwierig wird sich der Therapieweg gestalten.

Unser Verhalten beeinflusst den Hund auch:

Durch unsere Reaktion auf alles, was im Außen geschieht, verstärken wir entweder die Angst oder wir sind ein Fels in der Brandung für ihn. Je gelassener wir auf unsere Umwelt reagieren, desto mehr wächst das Vertrauen unseres Hundes in uns und unseren Fähigkeiten.

Sei an Silvester also der Fels in der Brandung für deinen Hund und konzentriere dich auf ihn, auf euch beide. Das heißt nicht, dass du ihn bemitleiden sollst und auch nicht, dass du ihn einfach ignorieren sollst, damit du ihm zeigst, wie unwichtig das Geräusch da draußen ist und dein Hund keine Angst zu haben braucht, wie es von einigen empfohlen wird. Sondern entwickle Strategien, die deinem Hund zeigen, wie er aus seiner Angststarre wieder rauskommt. Eine Hilfe könnten bereits die Anwesenheit anderer bekannter und **angstfreier** Hundekumpels sein, die ihre Ruhe und Gelassenheit auf deinen Hund übertragen.

Körperliche Probleme:

Hunde mit körperlichem Unwohlsein sind häufig anfälliger für Angstreize. Darunter fallen zum Beispiel jene mit Wirbelsäulen- und Gelenkschäden, Magen-Darm-Problemen, Herz-, Schilddrüsen- und massiven Hauterkrankungen.

Auswirkung von Angst:

Besonders bei Angst und anderen Erregungszuständen laufen Prozesse im Körper ab, bei denen der Hund nicht mehr fähig ist, klare und sinnvolle Entscheidungen zu treffen, bzw. deine Worte vollends aufzunehmen und darauf zu reagieren. Der Sympathikus wird aktiviert und leitet eine Reihe von körperlichen Veränderungen ein, die den Hund auf Flucht oder Kampf vorbereiten.

Die Energiebereitstellung ist jetzt hoch und die Reaktionsgeschwindigkeit steigt an. Die Aufmerksamkeit des Hundes steigt, die Pupillen weiten sich, Seh- und Hörvermögen werden empfindlicher, das Herz schlägt schneller, der Blutdruck steigt, die Muskeln des Hundes spannen sich stark an, die Atmung wird flacher und schneller.

Normalerweise kann sich der Hund von kurzen Stresssituationen schnell wieder erholen. Halten diese aber länger an oder folgen mehrere solche angstausslösende Situationen in kurzer Zeit aufeinander, kann der Körper nicht mehr zu seinem normalen Gleichgewicht zurückfinden und die Angschwelle ist herabgesetzt.

Körperliche Angstreaktionen werden sichtbar:

Angespanntes Hecheln mit weit nach hinten gezogenen Mundwinkeln, speicheln, eingezogene Rute, geduckte Körperhaltung, runder Rücken, Körperschwerpunkt nach hinten verlagert, Gähnen, Zittern, Schweißpfoten, Erbrechen, Durchfall, unruhiges Umherlaufen, Apathie... Auch Beschwichtigungssignale (sie fungieren als friedensstiftend, konfliktlösend und besänftigend sich selbst gegenüber und auch anderen gegenüber) können ein Indiz dafür sein, dass sich dein Hund beginnt unwohl zu fühlen:

z. B. Kopf abwenden, vermehrtes Blinzeln, züngeln / sich über die Nase lecken, erstarren, langsames Bewegen, Hinsetzen, Hinlegen, Gähnen.

Tellington TTouch

Körper und Geist sind eine Einheit. Man kann das eine vom anderen nicht trennen. Entspannt sich der Körper, so entspannt sich langsam auch der Geist und umgekehrt. Deshalb kann man dem Hund auch mittels TTouch zu mehr Entspannung helfen. Denn die TTouches wirken auf die Zellen der Haut und Unterhaut ein, leiten Sinnesreize wie Druck, allgemeine Berührungen, Vibrationen an das Gehirn weiter. Der Blutdruck, Herzschlag und die Atemfrequenz werden – messhaft - ins Gleichgewicht gebracht, Stress wird somit reduziert und der Körper kann sich entspannen.

Starte die ersten TTouch-Sitzungen in einem entspannten Moment. Es kann sein, dass dein Hund die Berührungen am Anfang nicht annehmen kann und aufspringt. Dann warte und versuche es ein bisschen später nochmal. Hab Geduld mit ihm. Früher oder später wird er sich für die Berührungen entscheiden. Für die Sitzungen solltest du einen entspannten Rahmen schaffen. Am besten beginnst du damit nur, wenn auch du selbst entspannt sein kannst und alles um dich herum loslassen kannst. So überträgst du deine innere Ruhe auch deinem Hund.

- Muschel-TTouch
- Liegender Leopard
- Der Wolken-Leopard
- Ohren TTouch
- Noahs Marsch

Auch hilfreich können die **Tellington-Körperbänder** oder das **Thundershirt** sein. Die Körperbänder können sich auf die Muskelentspannung, Änderung der Atemfrequenz, Veränderung der Körperhaltung, Blutdruck (sinkend) und die ruhiger werdenden Herzschläge auswirken.

Vorbereitung, Training und Management rund um Silvester

Kombiniere am besten, die für euch idealsten Maßnahmen. So kannst du effektiver gegen die Angst vorgehen. Es gehört eine Portion Arbeit von deiner Seite und viel Mut und Enthusiasmus von Seiten deines Hundes dazu, um der Geräuschangst entgegenzuwirken.

Gegenkonditionierung / Desensibilisierung

Bei Angsthunden sind die beiden Top-Maßnahmen die **Gegenkonditionierung** und die **systematische Desensibilisierung**.

Bei der Gegenkonditionierung wird ein angstausslösender Reiz mit etwas positivem gekoppelt, wodurch der ursprünglich angstausslösende Reiz kleiner und positiver wird. Dadurch werden die Gefühle zu dem Reiz verändert.

Bei der systematischen Desensibilisierung wird der angstausslösende Reiz in minimalster Form präsentiert, sodass der Hund immer noch entspannt bleibt und dann langsam, langsam in seiner Intensität erhöht. Das Tempo entscheidet der Hund, denn er muss bei dieser Steigerung immer entspannt bleiben können.

Am beste, kombiniert man bei Angsthunden in der Regel beide Maßnahmen.

Bei der Geräuschangst ist dieses Training jedoch nicht optimal umsetzbar, da man den Reiz und seine Stärke nicht kontrollieren kann. Zudem spielen bei Knallfröschen und Feuerwerken auch der Luftdruck, Geruch und die entstehenden Vibrationen eine große Rolle.

Konditionierte Entspannung

Durch ein Wortsignal kann man mehr Entspannung hervorrufen. Das Signal ist kombinierbar mit einem Geruch oder mit Entspannungsmusik.

Auf das Wortsignal, wie z.B. EEEsy, Paaauuuseee oder Ruuuuig, muss immer etwas folgen, das der Hund dann tun kann (Alternativverhalten). Durchbrichst du seinen Erregungszustand und sagst ihm danach nicht, was er tun soll, fällt er schnell wieder in seine Erregung zurück. Das Wortsignal baut man immer dann ein, wenn der Hund gerade sowieso ruhig und entspannt auf seiner Decke liegt oder ihr gerade beim Kuscheln seid. Das Signal braucht bei regelmäßiger Anwendung gut einige Wochen, bis es konditioniert ist.

Die Sicherheitszone

Zeigt dein Hund auch sonst Ängste und sucht dann bestimmte Plätze bevorzugt auf, dann weißt du, wo die Sicherheitszone am besten eingerichtet werden sollte. Das kann das Bett sein, der Divan, unter der Eckbank oder die Hundebox... Die Box muss allerdings positiv verknüpft sein und darf nicht verschlossen werden. Benützt man keine Box, der Hund sucht sich aber was höhlenartiges zum Verkriechen, kann man auch alternativ einen Tisch nehmen und ihn an allen 3 Seiten mit Decken zuhängen.

Der Würstchenregen

Für Hunde die unruhig umherwandern und lieber in Bewegung bleiben, kann man Würstchen regnen lassen. So kann er sie suchen oder er darf sie jagen, wenn du sie ihm wirfst. Oder du versteckst sie in einer alten Toiletten- oder Küchenrolle zusammen mit Papiertüchern, so kann er alles richtig zerfetzen und sich daran austoben. Es kann auch Ochsenziemer oder Pansen mitversteckt werden, dann hat der Hund auch ein wenig länger etwas zu kauen. Kauen wirkt sich auf den Hund nämlich beruhigend aus. Voraussetzung dafür ist es natürlich, dass der Hund Futter noch annimmt, denn viele sind so verängstigt

und angespannt, dass sie nichts mehr annehmen. Schließlich isst ja keiner mehr, wenn er glaubt, dass er in Lebensgefahr schwebt...

Zu Hause bleiben

Bleibt bei eurem Hund zu Hause, denn da fühlt er sich am wohlsten und macht euch zusammen einen schönen Abend. Rouleau und Vorhänge verschließen und Musik in noch angenehmer Lautstärke machen. Bevorzugt werden Klassische Musik, oder leichte Popmusik. Beruhigend wirken langsam klassische Musik mit wenigen unterschiedlichen Tönen und Entspannungsmusik eigens für den Hund. Findet sich viel auch auf YouTube. Achtet dabei darauf, dass keine Werbungen eingespielt werden. Habt ihr Fernseher oder Radio laufen, dann passt auf, dass zu Mitternacht nicht auch das Feuerwerk übertragen wird.

Gassi gehen

Sichere deinen Hund doppelt ab und halte ihn fest. Ich empfehle je nach Hund auch schon Tage vorher und Tage nachher nur mit 2 Meterleine zu gehen, denn je länger die Leine, desto mehr Zugkraft wirkt auf euch ein. Ein Hund in Panik kann eine enorme Kraft entwickeln. Macht nur kurze Runden und fahrt ins Grüne. Wenn ihr euren Hund in den Garten lassen möchtet, um sein Geschäft zu verrichten, geht mit ihm raus und lasst die Tür hinter euch offen, damit er evtl. in die Wohnung flüchten kann. Besteht die Gefahr, dass er über die Abzäunung springt, oder habt ihr euren Hund noch nicht lange und wisst nicht, wie er reagieren wird, dann sichert ihn mit **Brustgeschirr und Leine** und geht so mit ihm in den Garten. Bei Spaziergängen ist ein voll aufgeladener **GPS-Tracker** empfehlenswert.

Soziale Unterstützung

Es stimmt nicht, dass du die Angst deines Hundes verstärkst, wenn du dich ihm zuwendest, ihm beruhigende Worte sagst, ihn streichelst oder ablenkst. Du kannst die Emotion Angst nicht verstärken, indem du etwas Positives hinzufügst. Wichtig sind hierbei nur deine eigenen Emotionen. Strahle **Präsenz, Sicherheit, Nähe** und **Ruhe** aus und bemitleide deinen Hund nicht!!! Denn das spürt er und kann es als Berechtigung seiner Angst verstehen. Es ist wichtig, dein Hund alles was du tust, auch als angenehm empfindet. Berücksichtige dabei die Beschwichtigungssignale, die er aussendet.

Medikamente, Futterergänzung und unterstützende Präparate

Es wird keine Verantwortung für medizinische Inhalte übernommen. Informiert euch ausführlich bei eurem Vertrauens-Tierarzt über Gebrauch und Wirkung und bezieht den Gesundheitszustand eures Hundes ein.

Benzodiazepine

...sind verschreibungspflichtig und sollten nur über einen kurzen Zeitraum gegeben werden. Sie wirken stark angstlösend. Sollte noch in einem entspannten Zustand gegeben werden,

also am 27.12., da die Wirkung sonst leicht ins Gegenteil umschlagen und zu einem heftigen Erregungszustand führen kann.

Sileo

...wird am Silvestertag in mehreren Einheiten genommen.

Hunde mit Herz- Kreislaufproblemen, Nieren- sowie Leberinsuffizienz sollten das Medikament nicht einnehmen.

Adaptil

Enthält Pheromone der säugenden Hündin und hat eine beruhigende Wirkung auf Welpen erwachsene Hunde. Kann als **Halsband**, **Spray** und **Verdampfer** erworben werden.

Tabletten:

Bestehen aus GABA, L-Tryptophan, L-Theanin und B-Vitaminen, die für eine schnelle Hilfe sorgen.

GABA ist ein Botenstoff und sorgt dafür, dass die Angstreize langsamer oder gar nicht weitertransportiert werden. Es wirkt beruhigend und entspannend.

L-Tryptophan ist die Vorstufe des Glückshormons Serotonin, welches entspannend, antidepressiv, schlaffördernd, schmerzhemmend und motivationsfördernd wirkt.

L-Theanin ist eine Aminosäure und wirkt beruhigend und entspannend.

Almapharm astoral Sedarom direkt

Die Wirkstoffe sind ähnlich denen der Adaptil-Tabletten. Zusätzlich enthalten sind aromatische Konzentrate aus Melisse und Baldrian.

Zyklene

...sind ein Ergänzungsfuttermittel und enthalten α -Caseozepin (Teile eines Milchproteins) und haben eine angstlösende Wirkung. Die Wirkung tritt bei Hunden nach 7 bis 14 Tagen ein.

Rescue Tropfen / Bachblüten / Notfalltropfen

Sie sind in der Apotheke erhältlich. Sie bestehen aus 5 Bachblüten und dienen als leichte Unterstützung.

Mentale Aromatherapie beim Hund

Ätherische Öle vermischt mit Trägerölen können als Massage ins Fell eingearbeitet werden, oder tropfenweise in einen Diffusor gegeben werden. Melissenhydrolat kann der Hund vermischt mit Wasser auch trinken. Lasst euch dafür gut beraten. Die Gerüche und dessen Akzeptanz beim Hund werden vorher getestet und die Dosierung je nach Alter und Gewicht des Hundes eingestellt. Sie sind eine wertvolle Unterstützung in allen Problembereichen.

ACHTUNG !!!!

Verzichte auf den Wirkstoff **Acepromazin**.

Handelsnamen hierfür sind:

- Calmivet
- Prequillan
- Sedalin
- Vetranquil