

Tiere als Therapeuten

Wie sie
unsere
Lebensqualität
verbessern

Sie haben Fell, Federn, Schnauze oder Schnabel und sind fabelhafte Therapeuten. Tiere haben einen Schlüssel für die menschliche Seele und öffnen damit manch verschlossene Türe. Mit ihrem liebevollen Charakter bringen sie Freude in den Alltag, reduzieren psychische Belastungen wie Stress oder Einsamkeit und können bei Krankheiten kleine Wunder vollbringen.

Für die meisten Menschen sind Haustiere wie Medizin für die Seele. Die freudige Begrüßung, der Stups mit der feuchten Hundennase, das schnurrende Kätzchen, das um die Beine streicht, das weiche Fell des Kaninchens, das fröhliche Zwitschern des Vogels – all das löst Glücksgefühle aus und streichelt die Seele.

Ordnungstherapie: Ein Haustier will zu bestimmten Zeiten gefüttert und versorgt werden. Das strukturiert den Tag und gibt das Gefühl, gebraucht zu werden.



Und: Man wird gebraucht, denn Tiere wollen regelmäßig gefüttert und gepflegt werden. Der Hund will zweimal am Tag Gassi gehen, die Katzentoilette muss täglich gereinigt und der Futternapf des Kanarienvogels einmal pro Woche heiß ausgewaschen werden. Aber diese kleinen Pflichten



wirken sich günstig auf die Vitalität des Menschen aus, sie strukturieren den Tag und hindern den Besitzer daran, Trübsal zu blasen.

Das kann die 67-jährige Katharina Obermeier nur bestätigen. Nachdem sie in Rente gegangen war, und keine Beschäftigung mehr hatte, verstrich die Zeit lähmend langsam, ein Tag war wie der andere. „Ich wusste gar nicht, warum ich morgens aufstehen sollte. Ich hatte ja nichts zu tun!“ Dann schlug ihr eine Nachbarin vor, einen Hund aus dem Tierheim zu holen. Seitdem hat sich ihr Leben verändert. Zweimal am Tag macht sie mit dem Rüden Felix einen langen Spaziergang und hat dabei andere Menschen kennengelernt, die sie nun regelmäßig trifft. „Ich hätte nie gedacht, dass ein Hund mein Leben so bereichert und mir so viele neue Freundschaften beschert.“

Tiere sind soziale Eisbrecher

Von neuen sozialen Kontakten berichten fast alle Hundebesitzer: Nach einer repräsentativen Umfrage kamen knapp 80 Prozent der Befragten durch einen Hund schon einmal ins Gespräch mit einem Unbekannten, bei jedem Zehnten führte dies sogar zu einer festen Partnerschaft.

Es ist ein auffallendes Phänomen, dass Tierbesitzer viel mehr soziale Kontakte haben als tierlose Menschen. Am deutlichsten ist dies bei Hundebesitzern zu erkennen: Ein Hund wirkt wie ein

Kontaktknüpfer Nummer 1: „Mein Hund beginnt das Gespräch, nicht ich.“



sozialer Eisbrecher. Er schert sich nicht um konventionelle Gesprächseröffnungen, er sucht von sich aus und völlig unbefangenen Kontakt – er tut das, was man sich selbst nicht traut. „Mein Hund“, sagen viele Hundebesitzer, „beginnt das Gespräch, nicht ich.“

Aber auch Katzen, Kaninchen, Meerschweinchen oder Vögel sorgen für soziale Kontakte, weil Menschen gerne über Tiere sprechen. Häufig ist das Tier der erste Gesprächsstoff beim Ken-

nenlernen. In einer Befragung berichten 40 Prozent der Menschen mit Hund und 46 Prozent mit Katze von einem deutlichen Zuwachs an Sozialkontakten nach der Anschaffung des Tiers.

Tierische Hilfe in Krisen

Durch Einsamkeit, finanzielle Probleme oder Ärger in der Familie geraten viele Menschen an ihre psychischen Grenzen. Doch das geliebte Haustier fängt die Betroffenen auf, wirkt wie ein Anker und bewahrt sie davor, aufzugeben. Tierbesitzer brauchen in schwierigen Situationen seltener therapeutische Hilfe.

Auch der Verlust eines geliebten Menschen wird von Tierhaltern leichter verkraftet. Eine US-amerikanische Studie über Frauen, die kurz zuvor ihren Ehemann verloren hatten, zeigt, dass sich Witwen mit Haustier nach einiger Zeit gesünder, weniger depressiv und zufriedener fühlen als die Frauen ohne Tier. Sie sind besser imstande, mit dem Alleinsein fertig zu werden. Die andere Gruppe klagte über Kopfschmerzen, chronische Erkältungen, Verdauungsprobleme und Ängste. Ihr Medikamentenkonsum war viel höher, besonders bei Beruhigungsmitteln.



Depression adé: Haustiere wirken in schweren Zeiten wie ein Anker und halten ihre Besitzer davon ab, zu resignieren.

Wie ist dieser positive Effekt zu erklären? Tiere trösten. Vor allem Hunde und Katzen sind begabt, die Stimmung ihres Halters zu spüren. Sie bemühen sich sogar aktiv, deren schlechte Gemütsverfassung aufzuhellen. Katzen streichen ihren traurigen Besitzern öfter ums Bein, maunzen und miauen ausgiebiger und helfen dadurch, aus der

schlechten Stimmung herauszukommen. Hunde trösten noch offensichtlicher: Sie legen den Kopf auf den Schoß des Besitzers oder suchen verstärkt Körperkontakt.

Tiere verlängern das Leben

Wenn wir Tiere streicheln, werden Aggressionen abgebaut und Stress besser bewältigt. Der Blutdruck reguliert sich zunehmend, es treten weniger Krankheiten

auf, die Arztbesuche werden seltener, und es werden weniger Medikamente eingenommen. Eine Untersuchung der Universität Buffalo beweist, dass der regelmäßige Umgang mit Hund und Katze bei Stress sogar besser wirkt als blutdrucksenkende ACE-Hemmer. Bei der Studie bekam eine Gruppe von gestressten Börsianern ein Haustier, die andere nicht. Schon nach einem halben Jahr hatten die Tierhalter keine Stress-Spitzen mehr – im Gegensatz zur Kontrollgruppe, bei der der Blutdruck in Extremsituationen trotz

Medikamenten weiterhin in die Höhe schnellte. Fazit: Haustiere verringern das Herzinfarktrisiko und verlängern das Leben.

Aber auch, wenn Menschen bereits erkrankt sind, helfen Tiere bei der Regeneration. Die amerikanische Biologin Dr. Erika Friedmann (Brooklyn College) stellte fest, dass ein Jahr nach einem Herzinfarkt noch 94 Prozent der Tierhalter lebten, aber nur 72 Prozent der Patienten ohne Tier.

Tiergestützte Therapie

Wegen des rundum positiven Effekts auf den Menschen setzen immer mehr Ärzte auf die Heilkraft der Tiere. „Medikament“ Nummer eins ist der Hund, aber auch Katzen, Zierfische und andere Haustiere können therapeutisch wirkungsvoll sein. Sehr erfolgreich ist die tiergestützte Therapie nach einem Schlaganfall und bei altersbedingten Erkrankungen wie Demenz oder Alzheimer. Aber auch bei Depressionen, körperlichen Behinderungen oder spastischen Lähmungen ermöglichen Tiere kleine Sensationen.

Evelyn Buchholz-Dassen betreut mit ihren Therapiehunden die Patienten eines Pflegeheims. Wie sieht nun eine Tiertherapie in der Praxis aus? Die Therapeutin berichtet: „Eine 73-jährige Patientin konnte durch einen Schlaganfall ihren rechten Arm nicht mehr bewegen. Nach einigen Monaten schien sich der Arm zu erholen, das Gefühl war zurückgekehrt. Trotzdem hing er schlaff an ihrem Körper herunter.“ Die Therapeutin vermutete eine Blockade und setzte den Therapiehund Jarvis ein. Das Tier sollte nun dafür sorgen, dass die Patientin den Arm wieder hebt. Und so stupste ▶

Ein Beispiel für Tiertherapie in der Pflege

In der Dauerpflegestation Providenzia (m&i-Fachklinik Bad Pyrmont) werden Hunde als Besuchsdienste und als Therapiehunde eingesetzt. So bringt die Therapeutin ihre Hunde zur Unterhaltung mit, zum Spielen, Streicheln, Kuscheln und zur Förderung der Kommunikation. Die speziell ausgebildeten Therapiehunde werden aber auch mehrmals wöchentlich in der Ergotherapie eingesetzt. Dabei werden mit den Senioren Bewegungsabläufe geübt: Arme und Beine heben, mit den Fingern greifen, festhalten, loslassen. Bewohner, die sonst wegen der großen Mühe selten umhergehen, führen den Therapiehund freiwillig und mit Freude spazieren. „Nur Tiere sind zu solchen Motivationsleistungen fähig“, sagt die Therapeutin.

Foto: Forschungskreis Heimtiere in der Gesellschaft



Pferde eignen sich für die physiotherapeutische Behandlung von verschiedenen Erkrankungen. Die bekannteste Methode ist die Hippotherapie, die besonders bei Patienten mit spastischen Lähmungen, Multipler Sklerose, verschiedenen körperlichen Behinderungen oder nach Schlaganfällen eingesetzt wird. Die sanften rhythmischen Bewegungen des Tiers übertragen sich auf den Reiter, speziell auf Becken und Rumpf. So werden Muskeln trainiert, die der Patient sonst nicht benutzt. Schlaffe Muskeln spannen sich an, spastische, also zu stark gespannte, geben nach.



Hunde sind besonders für die Behandlung von psychischen Erkrankungen wie Depressionen oder Magersucht geeignet. Sehr erfolgreich ist die hundegestützte Therapie auch in den Bereichen, in denen keine oder nur minimale

Verbalkommunikation möglich ist (Sprachstörungen, Sprachbarrieren, Autismus). Hunde fordern den Menschen dazu auf, mit ihnen zu spielen, sie zu füttern und mit ihnen zu toben und sind dann vor Freude ganz aus dem Häuschen. Sie sind grundehrlich und können nicht betrügen. Dies bewirkt, dass zwischen Hund und Patient offener interagiert wird.

Lamas, die seit mehreren Jahren auch in Deutschland gehalten werden, sind sehr freundliche und neugierige Tiere. Im Gegensatz zum Hund nähern sie sich dem Menschen vorsichtig und langsam, drängen sich in keiner Weise auf. Sie eignen sich besonders für Menschen mit einem gestörten Körpergefühl, bei psychischen Erkrankungen, Suchtkranken, Traumatisierung oder Verhaltensauffälligkeit.



Delfine haben ein ausgeprägtes Sozialverhalten. In Gegenwart von behinderten Menschen verhalten sie sich extrem behutsam. Eine Delfintherapie ist besonders geeignet für Kinder mit mentalen und körperlichen

Behinderungen (z. B. Down-Syndrom, Autismus, geistige oder körperliche Behinderung). Es wird vermutet, dass die Ortungswellen der Tiere die menschlichen Gehirnwellen stimulieren.



Wenn Therapeutin Evelyn Buchholz-Dassen ihren Therapiehund ins Pflegeheim mitbringt, geht für viele die Sonne auf.

der Rüde die Hand an, drückte seine Schnauze darunter und forderte die Patientin auf, zu reagieren. Nur bei Erfolg bekam er ein Leckerli, wenn nicht, gab es kein Futter. Und siehe da – die Patientin tat dem Hund den Gefallen und hob den Arm. Die Reaktion des Hundes folgte sofort: aufgeregtes Schwanzwedeln, leuchtende Augen und freudiges Kauen seines hart erarbeiteten Leckerbissens.

Hunde in Seniorenheimen werden häufig in der Ergotherapie eingesetzt, auch Jarvis: Alle Patienten sitzen im Kreis, der Sheltirüde bringt einer alten Dame eine gelbe Quetschente. Sie streckt die Hand aus, greift mit den Fingern danach und hält fest – freiwillig, ohne Bitten und mit viel Freude. So hält es jeder Bewohner, wenn der Therapiehund mit aufforderndem Blick sein Spielzeug abgibt. Mehr Spaß beim Trainieren der Beweglichkeit und beim Anspannen von Muskeln bringt keine andere Methode.

Tiere rühren etwas im Menschen, sie öffnen Türen, haben einen Sensor für seine Befindlichkeiten. Bei altersbedingten Erkrankungen des Nervensystems bewirken sie manchmal kleine Wunder. Demenzkranke verlieren im fortgeschrittenen Stadium ihr Sprachvermögen, sie können die Worte nicht

mehr sprechen, reden in einer Fantasiensprache und verstummen irgendwann. „Ich hatte einen Demenz-Patienten, der schon seit drei Monaten nicht mehr gesprochen hat“, erzählt die Tiertherapeutin Buchholz-Dassen. Als er den Hund streicheln durfte, traten Tränen in seine Augen, dann sagte er: „Große Freude habe ich heute.“ ●

Myriam F. Goetz

Tierbesuchsdienste:

„Tiere helfen Menschen e. V.“ bietet Tierbesuchsdienste für Altersheime an. Der Verein arbeitet ausschließlich mit ehrenamtlichen Mitarbeitern und bietet seinen Service kostenlos an. Wer selbst ein Haustier hat, kann beim Besuchsdienst gerne mithelfen.

Tiere helfen Menschen e.V.,
c/o Graham Ford, Münchener
Str. 14, 97204 Höchberg,
Tel. 0931 4 04 21 20.

Adressen:

Hier wird Tiertherapie angeboten:

- m&i-Fachklinik Enzensberg (Dauerpflegestation), Höhenstraße 56, 87629 Hopfen am See / Füssen, Tel. 08362 12-0 €
- Itzel-Sanatorium (für Demenzkranke), Julius-Vorster-Str. 10, 53227 Bonn-Oberkassel, Tel. 0228 97 05-0
- KWA Stift Rottal (Wohnpflege), Max Köhler Straße 03, 94086 Bad Griesbach, Tel. 08532 87-0
- Medical Park AG (neurologische Frührehabilitation), Wallbergstr. 8, 83707 Bad Wiessee, Tel. 08022 70 50-0

Buchtipps:

- Heilende Hautiere, Dr. Marty Becker, riva Verlag, 22 € €€
- Tiere als therapeutische Begleiter. Dr. Carola Otterstedt, Kosmos Verlag, 19,90 €