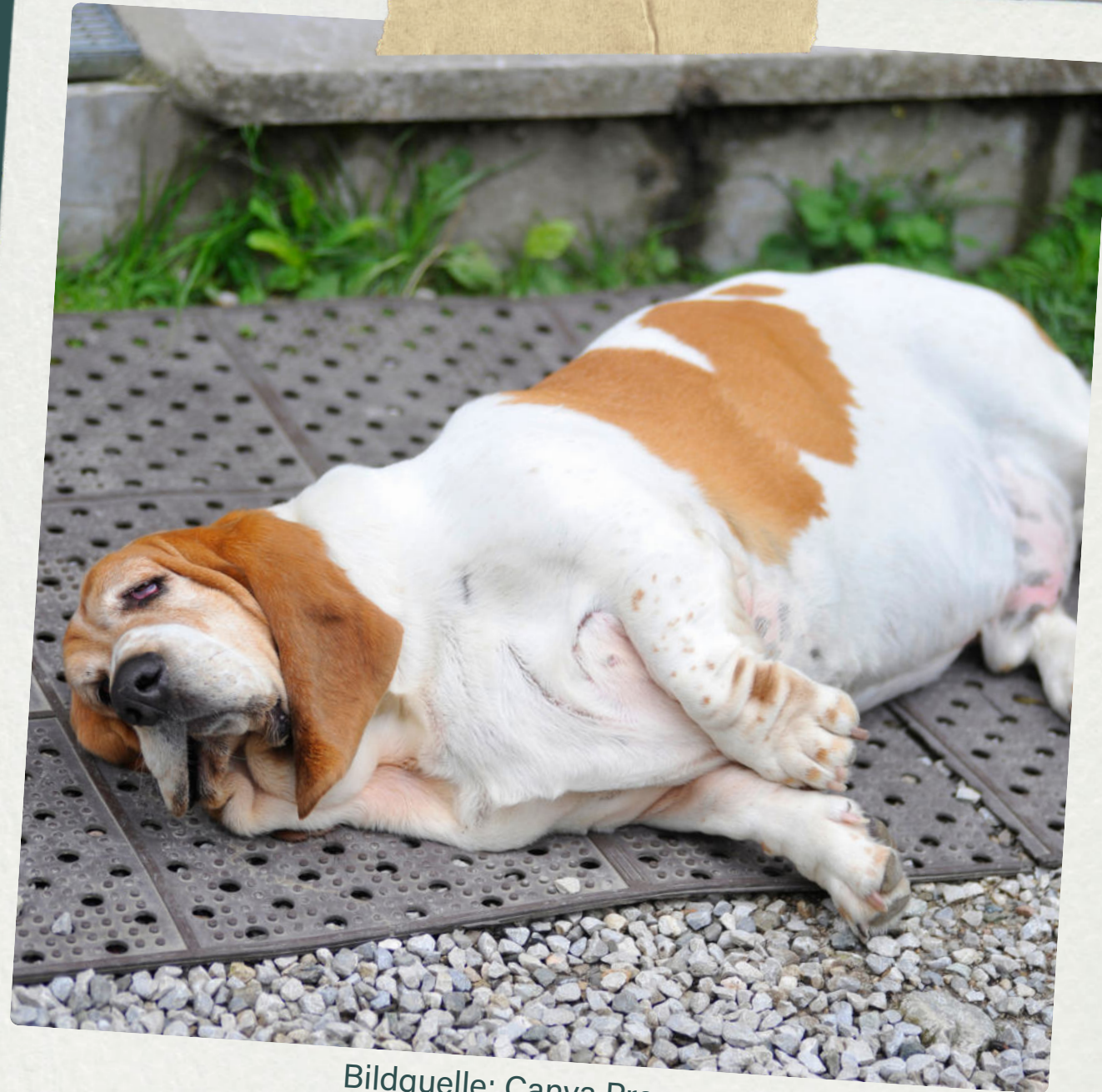




Bildquelle: Canva Pro

Fit statt Fett

Gesundes Abnehmen für mehr
Wohlbefinden und Balance

Kooperation der Naturheilschule Prester und Nicole Wurster | Hunde-Balance-Modell

Kurze Vorstellung

- Seit 2011 Tierheilpraktikerin und Ernährungsberaterin für Tiere mit eigener Praxis
- Seit 2016 Praxis im Haupterwerb
- Seit 2020 Dozentin an der Naturheilschule Prester
 - Ernährungsberatung für Hunde & Katzen
 - Fütterung bei Erkrankungen
 - Darmaufbau bei Hunden & Katzen



Übergewicht beim Hund

- Ist dieser Hund wirklich zufrieden und gesund?
- Ist ein dicker Hund automatisch gut mit Nährstoffen versorgt?
- Warum werden Hunde immer dicker?

Je nach Studie gelten etwa 40–60 % der Haushunde als übergewichtig oder adipös. Das Ausmaß variiert je nach Land und untersuchter Population, der Trend ist jedoch eindeutig steigend. Übergewicht ist einer der größten Risikofaktoren für Folgeerkrankungen.



Bildquelle: KI generiert

Folgen von Übergewicht

Studie der Cambridge University:

- knapp 2 Jahre kürzere Lebenserwartung gegenüber schlanken Wurfgeschwistern
- frühzeitige Probleme im Bewegungsapparat (z.B. Arthrose, Kreuzbandprobleme)
- Zunehmende Insulinresistenz bereits bei einem Körperfettanteil über 25 %
- Negative Auswirkungen auf das Darmmikrobiom

Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Fördert Entzündungen (silent inflammations)

Erhöhtes Krebsrisiko (z.B. Mammatumore, Mastzelltumore,...)



Bildquelle: KI generiert

Was ist denn Übergewicht?

Übergewichtig

10 % - 15 % über dem Idealgewicht
BCS 6 - 7

Fettleibig

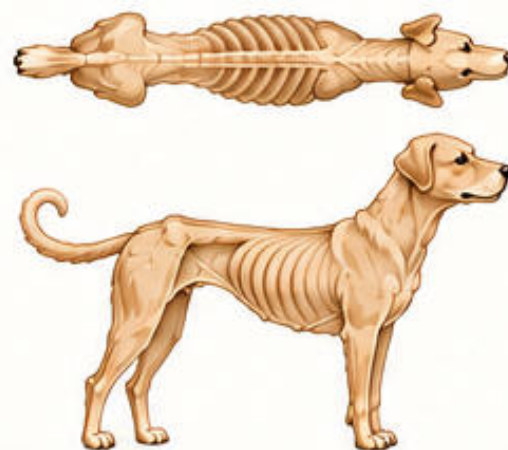
ab 20 % über dem Idealgewicht
BCS 8 - 9



Bildquelle: Canva Pro

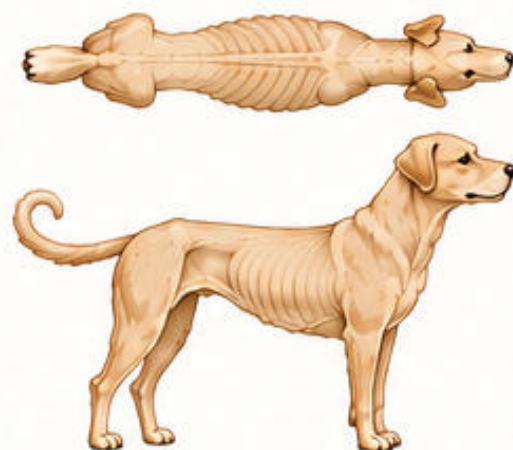


1 STARK UNTERGEWICHTIG



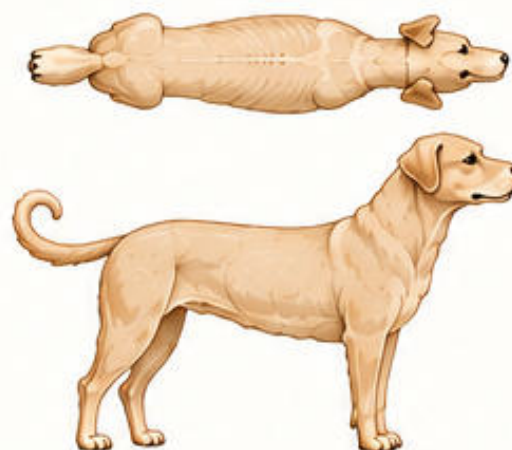
- A** Rippen, Lendenwirbel, Beckenknochen und alle Knochenvorsprünge sind deutlich sichtbar. Kein körperliches Fett erkennbar. Offensichtlicher Verlust an Muskelmasse.
- B** Rippen, Lendenwirbel und Beckenknochen sind leicht zu erkennen. Keine tastbare Fettschicht. Deutliche Taille und Bauchlinie stark eingezogen.
- C** Rippen leicht tastbar und können sichtbar sein. Deutliche Taille von oben erkennbar. Bauchlinie stark eingezogen.

2 LEICHT UNTERGEWICHTIG



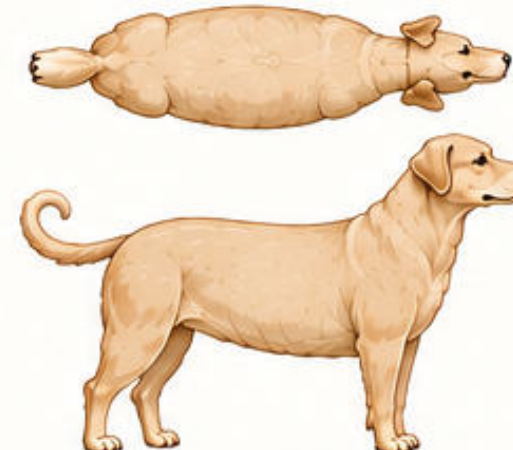
- A** Rippen, Lendenwirbel und Beckenknochen sind leicht sichtbar. Sehr geringe Fettabdeckung. Geringer Verlust an Muskelmasse.
- B** Rippen leicht tastbar und können sichtbar sein. Deutliche Taille von oben erkennbar. Bauchlinie deutlich eingezogen.
- C** Rippen leicht tastbar mit minimaler Fettschicht. Taille gut sichtbar. Bauchlinie leicht eingezogen.

3 NORMAL (OPTIMAL)



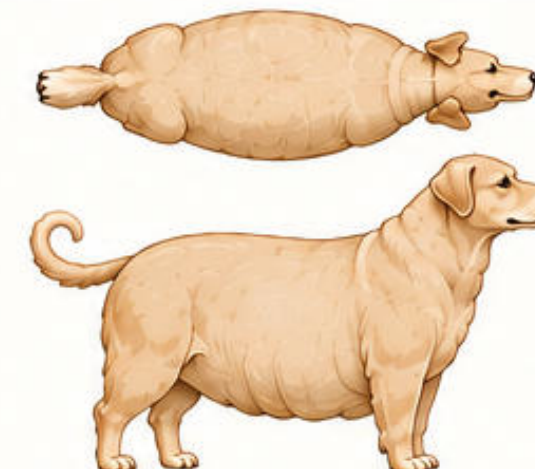
- A** Rippen leicht tastbar mit dünner Fettschicht. Taille von oben gut erkennbar. Bauchlinie deutlich erkennbar.
- B** Rippen leicht tastbar mit dünner Fettschicht. Taille gut erkennbar. Bauchlinie von der Seite deutlich erkennbar.
- C** Rippen leicht tastbar. Taille gut sichtbar. Bauchlinie leicht aufgezo-gen.

4 LEICHT ÜBERGEWICHTIG



- A** Rippen schwer tastbar mit mäßiger Fettschicht. Taille von oben noch erkennbar. Bauchlinie leicht sichtbar.
- B** Rippen schwer tastbar mit mäßiger Fettschicht. Taille erkennbar, aber nicht deutlich. Bauchlinie leicht aufgezo-gen.
- C** Rippen nur mit starkem Druck tastbar. Taille von oben kaum erkennbar. Bauchlinie nicht deutlich erkennbar.

5 STARK ÜBERGEWICHTIG



- A** Rippen nicht tastbar unter dicker Fettschicht. Taille von oben nicht erkennbar. Keine Bauchlinie erkennbar.
- B** Rippen nicht tastbar unter dicker Fettschicht. Keine Taille erkennbar. Bauchlinie nicht erkennbar.
- C** Massive Fettdepots am Rumpf, Nacken, Rücken und Schwanzansatz. Taille und Bauchlinie nicht erkennbar. Fettdepots auch an Hals und Gliedmaßen.



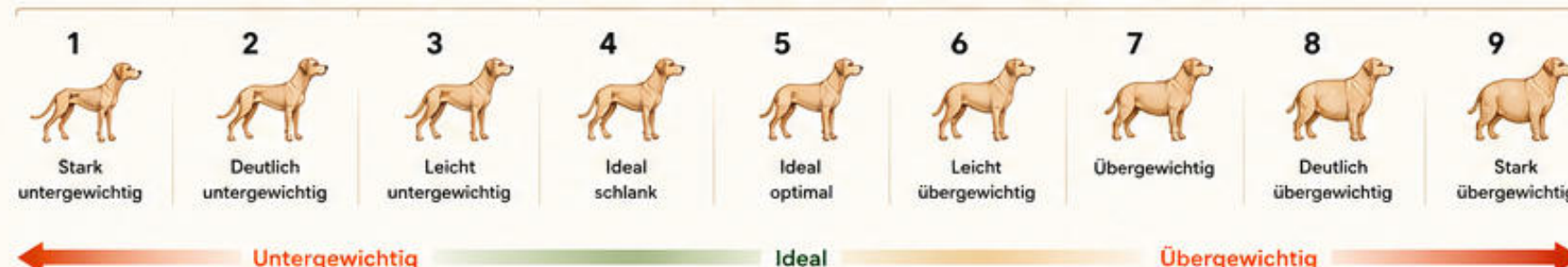
WICHTIGER HINWEIS

Beurteile deinen Hund immer in Ruhe und möglichst bei natürlichem Licht. Die Beurteilung erfolgt sowohl durch Ansehen als auch durch Tasten der Rippen, Taille und Bauchlinie.

Im Zweifel konsultiere deine Tierarztpraxis oder eine qualifizierte Ernährungsberatung.



DIE 9 ABSTUFUNGEN NACH DEM INTERNATIONALEN BCS (WSAVA)



Hinweis: Diese 9er-Skala ist die internationale Standard-Skala (WSAVA). In diesem Bogen verwenden wir eine vereinfachte 5er-Struktur für die praktische Anwendung.

DEIN HUND IM ÜBERBLICK

Aktueller BCS (1–5): _____

Ziel-BCS: _____

Aktuelles Gewicht: _____ kg

Zielgewicht: _____ kg

Datum: _____

Notizen: _____

BCS vs. Waage

In der Praxis ist BCS besser, da das Idealgewicht individuell ist

- Spannen im Rassestandard z.B. Labradorhündin 25 - 32 kg
- Mischlinge können schwer klassifiziert werden
- Muskeln wiegen mehr als Fett

→ BCS hilft zur Festlegung des Ernährungszustandes.

→ Waage hilft beim Gewichtsverlauf und der Erfolgskontrolle



Gründe für Übergewicht

- Falsche Futtermenge
 - Zu hohe Energiezufuhr
 - Zu viele Leckerli & Kauartikel
 - Falsches Futter z.B. Welpenfutter für Senior
 - Zu wenig Ballast-/Faserstoffe
- organische Ursachen ebenfalls ausschließen!
- Medikamente
 - Schilddrüse, Morbus Cushing, Tumore,...



Maßnahmen bei Übergewicht

1

Ausführliche Anamnese

Komplette Anamnese inkl. aller Rahmenbedingungen wie Bewegung, Sport, Haltung, etc. und Bestimmung des BCS und des Startgewichts.

2

Futternagebuch führen

Auflistung aller Futtermittel, Leckerli und Co. mit Gewichtsangaben über 1-2 Wochen. Wichtig, um sichtbar zu machen, was alles in den Hund hinein wandert.

3

Rationsanpassung

Auf Basis der aktuellen Fütterung ggf. auch Futterumstellung.

- Futtermenge anpassen
- Leckerli einrechnen
- Energiezufuhr anpassen
- Gewicht kontrollieren

Langsame Gewichtsreduktion

Richtwert ist 1 % pro Woche, max. 2,5%



Rationsanpassung

- Idealgewicht festlegen und Futtermenge langsam anpassen
- Berechnungen erfolgen auf Basis des Idealgewichts wg. Nährstoffbedarf
- Nicht einfach die Hälfte füttern (FDH), da sonst ggf. Nährstoffmängel entstehen
- Langsame Reduktion, da Körper sonst in den Hungerstreik geht
- Keine Diät sondern eine Anpassung der Ernährung ggf. Umstellung



Stellschrauben

1. Die Futtermenge

Auf Basis des KG

Richtwert: 2 - 4 % vom KG

z.B. 3 % vom 25 kg

$25.000 \text{ g} \times 0,03 = 750 \text{ g}$

$95-130 \text{ kcal} \times \text{KG}^{0,75}$

Bei Übergewicht

2% vom aktuellen Gewicht bei BCS 8-9

2-3% vom Idealgewicht (Sollgewicht) bei BCS 6-7

Alternativ:

$100 \text{ kcal} \times \text{KG}^{0,75} \times 0,75$

--> Damit bekommt der Hund nur 75% seines Energiebedarfs

Hinweis:

Ich empfehle dringend, eine Ernährungsberatung mit bedarfsdeckendem Rationsplan in Anspruch zu nehmen!



2. Leckerli & Co. einrechnen

Oft ist es nicht das Futter selbst sondern das, was alles drum herum gefüttert wird:

- Leckerli
- Kauartikel
- Tischreste,...

1. Leckerchen und Kauartikel in die Tagesration einrechnen
2. Futter nicht als Beschäftigung
3. Kauartikel nur 1-2 x pro Woche
4. Gesunde Kauartikel wie Kauwurzel
5. Denkspiele z.B. Karotte in einem Karton, der erst geöffnet werden muss



3. Futterumstellung

Bei Trockenfutter und Bereitschaft des Besitzers:

Umstellung auf ein hochwertiges Nassfutter oder eine Eigenration (roh oder gekocht)

- Hochwertiges und leichtverdauliches Protein
- Hochwertige Fette und Omega-3-Fettsäuren
 - Fett als Energielieferant statt Kohlenhydraten
- Gewichtsreduktion meist schon durch die Umstellung auf eine andere Futterart
- Ergänzung von Ballaststoffen (darmfreundlich/sättigend)



4. Mehr Bewegung

Braucht der Hund mehr Bewegung?

- Wie oft und wie lange geht der Hund spazieren?
- Wäre Hundesport denkbar?
- Bewegung dem Gesundheitszustand anpassen
- Trainingsplan ggf. mit Unterstützung eines Hundetrainers oder Physiotherapeuten

*Immer in der
Anamnese abfragen!*



Der Ablauf einer Gewichtsreduktion



Stress Stresshormone

- Körper schüttet vermehrt Stresshormone (z. B. Cortisol) aus → Cortisol kann den Appetit anregen
- Veränderungen im Mikrobiom und der Verdauung können sich indirekt auf Gewicht und Stoffwechsel auswirken
- Futter wird häufig als Trost oder zur Belohnung eingesetzt

→ Hund daher immer ganzheitlich betrachten!



Braucht es ein bestimmtes Diätfuttermittel?

Nein!

- Klassisches Diätfutter ist kalorienreduziert
 - 1 g Fett liefert ca. 8,5 kcal (Geschmacksträger)
 - Oft keine hohe Akzeptanz beim Hund
- Kalorienreduziert bedeutet nicht auch gesund
- Behandelt oft nur das Symptom, nicht die Ursache



Bildquelle: Canva Pro

Fazit

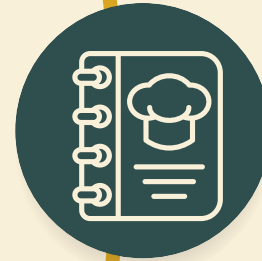
**Fit statt fett -
Gesundes Abnehmen
für mehr
Wohlbefinden und
Balance**



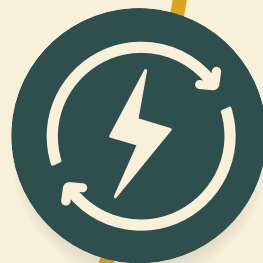
01 Futtermenge & Zusammensetzung
überprüfen



02 Hochwertig & leichtverdaulich



03 Ballaststoffreich füttern



04 Energiezufuhr der Aktivität anpassen



05 kein spezielles Diätfutter



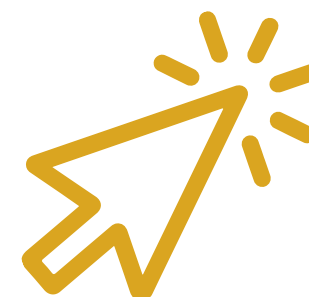
Thank
you

Noch weitere Fragen?

Naturheilschule Prester

info@thp-prester.de
+49 15906033681

<https://thp-prester.de/>



Nicole Wurster

info@hunde-balance-modell.de
+49 16090654305

<https://hunde-balance-modell.de/probe>

Thank
you