

Tiere als Heiler und Helfer

„Ein Dienst aus Liebe“

Tiere sollte es auf Rezept geben, so positiv ist ihre Wirkung auf Körper und Seele. Dieser Effekt wird nun immer gezielter genutzt

Text: Deborah Weinbuch

Das unsere Lieblinge der Seele guttun, haben Tierfreunde schon immer geahnt. Die Wissenschaft bestätigt: Allein der Anblick eines süßen Fellknäuels reicht aus, um das Stresshormon Cortisol zu senken und die Ausschüttung des Wohlfühlhormons Oxytocin zu steigern. Diese Kombination beruhigt das Herz, senkt den Blutdruck und verbessert die Stimmung. Tierhalter sind offener und vertrauensvoller, Alltagsorgen wirken weniger belastend auf sie. Das zählt aufs Gesundheitskonto ein: Wer einen tierischen Freund zu Hause hat, geht bis zu 15 Prozent weniger zum Arzt als andere und leidet seltener unter Volkskrankheiten wie Diabetes, Übergewicht oder Herz-Kreislauf-Beschwerden. Laut Ergebnis der Mars-Heimtier-Studie haben Katzenhalter sogar ein 30 Prozent niedrigeres Herzinfarkt-Risiko als Menschen ohne Miese.

„Tiere unterstützen tief greifende Prozesse“

Den gesundheitsfördernden Effekt erahnten einige Krankenhausbetreiber bereits im 18. Jahrhundert. Um die Selbstheilungskräfte zu stärken, boten sie ihren Patienten Kontakt zu Tieren an. Heute tummeln sich im deutschsprachigen Raum in insgesamt 120 Kliniken Fische und Vögel, Katzen und Hunde, Ziegen und Pferde. Besonders in der Psychotherapie gelten Vierbeiner als wertvolle Co-Therapeuten (Adressen unter www.tiergestuetzte-therapie.de). Denn oft beschleunigen Tiere tief greifende Prozesse, wie die Psychotherapeutin Regina Lessenthin erklärt (oben rechts). Als unverzichtbare Hilfe erleben zudem Menschen mit Behinderungen ihre tierischen Assistenten im Alltag, wie Jasmin Stoiber erzählt (rechts).

Der Trend ist deutlich: Tiere werden im Gesundheitswesen immer wichtiger – und mit ihren offenen Herzen geben sie uns Menschen das Gefühl, diesen Dienst auch wirklich aus Liebe zu verrichten. ●

Freuen sich bei ihren Ausflügen über Treffen mit anderen Hunden und deren Besitzer: Jasmin Stoiber und ihr Golden-Retriever-Rüde Mars (rechts)



Jasmin Stoiber (26) und ihr Assistenzhund Mars (2, rechts) aus Berlin

„Dank Mars bin ich unabhängig“

„Seit einem Dreivierteljahr sind mein Golden Retriever Mars und ich ein festes Team. Durch ihn fühle ich mich viel freier. Bevor ich ihn über den Verein Hunde für Handicaps e.V. bekommen habe, musste ich andere oft um Hilfe bitten. Durch das Ehlers-Danlos-Syndrom (EDS), einen genetischen Defekt, sind meine Bänder und Sehnen zu lang. Das Hauptproblem sind die chronischen Schmerzen und das Ausrenken der Gelenke, deshalb fehlt es mir an Kraft. Mars hilft mir, die Wohnungstür zu öffnen, und zieht sie mit einem Strick am Knauf hinter mir zu. So muss ich mich

nicht noch mal um 180 Grad mit dem Rollstuhl im engen Flur drehen. Mit seiner speziellen Kenndecke, die ihn als Behindertenbegleithund ausweist, darf Mars mit in die Geschäfte. Leichte Einkäufe trägt er dann in seiner Packtasche nach Hause. Dort zieht er mir die Schuhe aus. Wenn mir etwas runterfällt, hebt er es auf. Dank Mars brauche ich weniger fremde Unterstützung. Was ich auch genieße: Wenn wir unterwegs andere Hundehalter treffen, sehen sie mich einfach nur als Hundebesitzerin. Dass ich im Rollstuhl sitze, spielt dann gar keine Rolle.“

FOTOS: HUNDE FÜR HANDICAPS (GIF)/KLAUS SCHROEDER, PRIVAT

Psychotherapeutin Regina Lessenthin (56) aus Benningen

„Durch den Kontakt mit Katzen können sich viele leichter öffnen“

„Ich habe elf Katzen, die bei mir durch die Etagen tigern. Sie gehören zum sogenannten tiergestützten Setting, das ich als besondere Unterstützung bei der Therapie anbiere. Das funktioniert auf verschiedenen Ebenen. Zunächst einmal können sich die meisten Klienten viel leichter entspannen, wenn sie die Tiere dösend auf der Fensterbank liegen sehen. Automatisch atmet der Mensch in dieser Atmosphäre auch ruhiger und tiefer. Dadurch wird die Psyche zugänglicher. Manchmal kommen Menschen mit Geschichten zu mir, die sie noch nie zuvor jemandem erzählt haben. Die Katzen wirken da wie ein Eisbrecher, indem sie eine vertrauensvolle Atmosphäre schaffen. Unbewusst fühlen die Klienten, dass ihnen hier bei mir keine Gefahr droht. Während sie sich dann mit den Katzen beschäftigen, können sie quasi nebenbei damit rausrücken, was ihnen auf der Seele lastet. Bei Kindern ist es besonders hilfreich, wenn sie mit den Katzen spielen. Dann vergessen sie, dass sie wegen eines Problems bei mir sind, das nimmt

ganz viel Druck und Stress. Auch ich selbst kann durch die Katzen nach einem harten Tag leichter abschalten. Das ist pure Psycho-Hygiene: Es hilft mir immer wieder, neue Kraft zu tanken.“



Insgesamt elf Katzen streifen durch Reginas Praxis

GUT ZU WISSEN

Nicht alle Assistenzhunde werden bezahlt

Einen Assistenzhund auszubilden ist aufwendig. Es dauert ein bis zwei Jahre und kostet zwischen 20 000 und 25 000 Euro. Das Tier lernt dabei eine Vielzahl von Kommandos – und auch, schwierige Befehle durchzuführen. Die Krankenkassen finanzieren allerdings nur Führhunde für Blinde. Menschen mit anderen Behinderungen müssen selbst in die Tasche greifen. Interessensverbände setzen sich für ein Ende dieser Ungleichbehandlung ein. Wer spenden will, kann das unter www.hundefuerhandicaps.de tun.

Hämorrhoiden?

Hametum® – Die pflanzliche Alternative!

Hametum®
Hämorrhoidensalbe

Pflanzliches Hämorrhoidenmittel mit Hamamelis

▶ Lindert Juckreiz ▶ Hemmt Entzündungen ▶ Stillt kleinere Blutungen

Hametum® Hämorrhoidensalbe 6,25 g / 100 g Salbe Wirkstoff: Hamamelisdestillat Anwendungsgebiete: Zur Besserung der Beschwerden in den Anfangsstadien von Hämorrhoidalleiden. Hinweis: Blut im Stuhl bzw. Blutungen aus dem Darm-/After-Bereich bedürfen grundsätzlich der Abklärung durch den Arzt. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. H2/01/08/13/04 Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe.

