

# Haustiere fördern die Lebensfreude und Gesundheit

**Gerade ältere Menschen profitieren von der Zuwendung eines Tieres – Auch manche Pflegeheime nehmen Vierbeiner auf**

**Auch im Alter gibt es viele gute Gründe, sich für ein Haustier zu entscheiden. Egal, ob Hund, Katze oder Wellensittich – das Gefühl, geliebt und gebraucht zu werden, hält fit und trägt dazu bei, gesund zu bleiben. Das bestätigt auch Anne Gelhardt vom Berufsverband „Tiergestützte Therapie, Pädagogik und Fördermaßnahmen“.**

Anne Gelhardt ist wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Universität Köln und macht dort den Hundebesuchsdienst „4 Pfoten für Sie“ für gehörlose Menschen zugänglich. Auch ihre Mutter hat sich im Alter einen Hund angeschafft – und ist sichtlich aufgeblüht. „Tiere können beruhigend wirken“, sagt Gelhardt. „Der Körperkontakt und das Streicheln tun gut und wirken sich positiv auf die Gesundheit aus.“ Stresshormone werden abgebaut, die Konzentration des wohltuenden „Kuschelhormons“ Oxytocin steigt an.



Wenn zwischenmenschliche Kontakte weniger werden, kann ein Haustier vor Einsamkeit und Depressionen schützen. Senioren, die sich um ein Tier kümmern, leben ein aktiveres Leben und haben das Gefühl, etwas bewirken zu können. Wer zudem regelmäßig mit dem Hund unterwegs ist, kommt leichter mit anderen ins Gespräch. „Wenn die Menschen älter werden, sind Tiere ein Mittler zur Außenwelt“, weiß Gelhardt.

Ein eigenes Haustier kommt nicht für jeden in Frage. „Man sollte zuerst prüfen, ob man körperlich, seelisch, geistig und finanziell in der Lage ist, ein Tier artgerecht zu halten“, rät Gelhardt. Ein Hund beispielsweise braucht Erziehung, regelmäßige Spaziergänge und Menschen im Umfeld, die sich notfalls um ihn kümmern, etwa wenn der Besitzer ins Krankenhaus muss. „Die finanzielle Situation spielt bei der Anschaffung durchaus eine Rolle, denn Futter, Hundesteuer, Versicherung, aber auch Tierarzt oder Hundesitter kosten Geld“, so die Expertin. Auch das Alter des Vierbeiners sollte miteinbezogen werden: Ein junger Hund will viel spielen und zerrt stärker an der Leine als ein älteres Tier.

## Vorsorge treffen



Viele Senioren schaffen sich kein Haustier mehr an aus Angst, sie könnten schwer erkranken oder sterben. Doch wer Vorsorge treffe, müsse keine Bedenken haben, dass er seinen vierbeinigen Liebling alleine zurücklässt, erklärt Gelhardt. „Dazu gehören Netzwerke, die jeder Tierhalter haben sollte, und eine Vollmacht, die regelt, was mit dem Tier geschehen soll, wenn man sich selbst nicht mehr darum kümmern kann.“ Mit vielen Tierheimen kann die Vereinbarung getroffen werden, dass das Tier in solchen Fällen zurückgenommen wird. „Erkundigen Sie sich, ob diese Möglichkeit besteht“, so Gelhardt.

Wer in ein Pflegeheim umzieht, muss nicht zwangsläufig auf seinen vertrauten Hausgenossen verzichten. Es gibt Einrichtungen, die durchaus bereit sind, das Tier aufzunehmen. „Legen Sie sich gute Argumente zurecht und fragen Sie nach“, empfiehlt Gelhardt. „Die Bedeutung eines Haustiers ist immens hoch für das Wohlbefinden des Pflegebedürftigen. Ich würde viel dafür tun, dass ich es

behalten kann.“

Auch für Senioren, die kein eigenes Haustier halten können, gibt es Möglichkeiten, mit Tieren in Kontakt zu kommen: zum einen durch ehrenamtliche Besuchsdienste, die sowohl nach Hause kommen als auch ins Altenheim, zum anderen durch speziell geschulte Pädagogen, Psychologen oder Physiotherapeuten, die professionell Tiere einsetzen. Das Wohlbefinden des Tieres muss immer im Mittelpunkt stehen, betont Gelhardt: „Für einen Hund ist dies anstrengende Arbeit. Lieber ruhige und intensive Kontakte zu ein bis zwei Menschen, als einmal von allen Bewohnern gestreichelt zu werden.“

Gelhardt besucht mit ihrer Hündin eine gehörlose Dame mit Demenz und hat positive Erfahrungen gemacht. Gerade demenzkranke Menschen profitierten enorm von der Zuwendung durch die Tiere. „Für das Tier wird ganz viel gemacht“, sagt Gelhardt. „Auch wenn sie sonst zu nichts Lust haben, für den Hund wird selbstverständlich Wasser geholt.“ **Annette Liebmann**

## RUND UMS TIER

Informationen zu **tiergestützten Angeboten** sind auf der Web-seite des Berufsverbands „Tiergestützte Therapie, Pädagogik und Fördermaßnahmen“ unter [www.tiergestuetzte.org](http://www.tiergestuetzte.org) zu finden. Der Verein „Tiere helfen Menschen“, Telefon (09 31) 27 21 21, Webseite [www.thmev.de](http://www.thmev.de), gibt einen Überblick über **Pflegeeinrichtungen, die Haustiere aufnehmen**, und bietet **Tierbesuchsdienste** an.