

# Jungbrunnen Heimtier

Deutschland altert. Sinkende Geburtenraten und steigende Lebenserwartung prägen das Gesicht unserer Gesellschaft. Im Jahr 2050 wird jeder Dritte über 65 Jahre alt sein. Trotz dieser angeblichen Hiobsbotschaft ergibt sich dadurch aber auch eine interessante Perspektive. Denn der demografische Wandel bietet andererseits angeahnte Wachstumsschancen. Die Generation im besten Alter ist heutzutage agil und fit wie nie zuvor. Die Haustierhaltung spielt dabei eine immer größere Rolle.

Text: Dr. Christine Kary

**D**as Berufsleben hat man hinter sich, die Kinder sind längst aus dem Haus, man hat wieder Zeit für sich – vielleicht sogar mehr als einem lieb ist. Was liegt also näher, als sich ein Heimtier anzuschaffen? In Deutschland stellen bereits heute die über Sechzigjährigen die größte Gruppe der Heimtierhalter. Und das wird wohl auch so bleiben: Laut Umfrageergebnissen wollen rund 90 Prozent jener Menschen, die bereits einen Hund oder eine Katze haben, auch in Zukunft nicht auf einen vierbeinigen Hausgenossen verzichten. Und das ist gut so – gerade für ältere Menschen können Heimtiere buchstäblich zum Lebenselixier werden. Das beginnt damit, dass ein Tier seinen Besitzer auf



Bereits 1992 belegte eine australische Studie, dass Tierbesitzer gesünder leben

Trab hält: Der vierbeinige Liebling will gefüttert, gepflegt, beschäftigt werden und verschafft seinem Halter damit zumindest ein Minimum an täglicher Bewegung, und das fördert bekanntlich Gesundheit und Wohlbefinden.

## Elixier für Leib und Seele

Bereits im Jahr 1992 wurde eine austra-

lische Studie veröffentlicht, die belegt, dass Tierbesitzer weniger stark von gesundheitlichen Risikofaktoren – wie erhöhten Blutfettwerten oder hohem Blutdruck – betroffen sind und seltener an Herz-Kreislauf-Erkrankungen leiden als Gleichaltrige, die kein Heimtier haben. Die Hauptursachen dafür sehen die Studienautoren im „Zwang“ zu kör-

perlicher Betätigung, aber auch in den Auswirkungen der Tierhaltung aufs Gemüt. Tierhalter brauchen im Schnitt weniger Medikamente, klagen seltener über Schmerzen und sind weniger oft erkältet. Letzteres gilt besonders für Hundebesitzer – mehrmals täglich und bei jedem Wetter „Gassi gehen“ zu müssen, stärkt die Abwehrkräfte. Aber auch andere Heimtiere haben einen ähnlichen Effekt, weil sie für seelisches Gleichgewicht sorgen, was wiederum das Immunsystem unterstützt.

Auch dass der Tagesablauf wieder halbwegs geregelt ist – wenn auch nicht mehr ganz so streng wie in Zeiten des Berufslebens – wirkt sich günstig aus. Man hat wieder tägliche Verpflichtungen, wird gebraucht und übernimmt Verantwortung.

### Therapeuten gegen Einsamkeit

Und es tut gut, dass immer jemand da ist, mit dem man reden kann. Fast jeder Tierhalter spricht mit seinem bellenden, schnurrenden oder gefiederten Hausgenossen, und gerade für alleinstehende ältere Menschen ist das Tier oft der einzige Partner, mit dem sie Sorgen und Freude teilen können. Das verscheucht das Gefühl der Einsamkeit und hebt die Laune – welcher Tierfreund kann



Für ältere Menschen ist das Tier oft der einzige Partner, mit dem sie Sorgen und Freude teilen können

können auch Vögel, Schildkröten oder Fische geradezu therapeutisch auf Menschen wirken, die unter starken Stimmungsschwankungen oder Depressionen leiden.

### Vierbeiner im Alter unverzichtbar

Natürlich gibt es auch Argumente, die gegen die Anschaffung eines Tieres sprechen oder die zumindest bei der Auswahl zu berücksichtigen sind. Reicht z. B. das Haushaltsbudget für Futterkosten und Tierarzt? Fühlt man sich gesundheitlich fit genug, das Tier verlässlich zu versorgen, und wer kann

in Notfällen einspringen? Sich quasi „vorbeugend“ nach verlässlichen Helfern umzusehen, macht somit für jeden Tierhalter Sinn. Angehörige, Freunde und nette Nachbarn kommen da ebenso infrage wie professionelle Tiersitter.

Aber selbst wenn man kein eigenes Tier halten kann, muss man nicht auf den wohlthuenden Kontakt zu Vierbeinern verzichten. Vielleicht freut sich jemand aus der Nachbarschaft, wenn man mit dessen Hund hin und wieder Gassi-Runden dreht. Auch lässt sich mit Tierheimen ein Besuchs-Arrangement treffen.

Alles in allem zeigt sich immer wieder, wie wichtig Haustiere gerade für ältere Menschen sind. Dieser Aspekt hat sich inzwischen sogar in immer mehr Seniorenheimen und Pflegeeinrichtungen herumgesprochen – Tierhaltung ist auch dort längst kein Tabuthema mehr. ■

schon lange mürrisch bleiben, wenn er in ein schräg gehaltenes Hundegesicht mit interessiert dreinblickenden Augen und aufmerksam aufgestellten Ohren blickt? Überhaupt verhelfen Heimtiere ihren Haltern zu mehr Ruhe und Ausgeglichenheit, und das gilt nicht nur für Hunde und Katzen. Erwiesenermaßen

Heimtiere wie Hunde und Katzen verhelfen ihren Haltern zu mehr Ruhe und Ausgeglichenheit

