

sitz platz fuss

Das Bookazin
für anspruchsvolle
Hundefreunde

RAGILITY®
VIELSEITIG UND DYNAMISCH

KRAFTTRAINING
ZUR GESUNDERHALTUNG

HYPERAKTIVITÄT
ADHS, ERREGUNG UND ENTSPANNUNG



Deutschland + Österreich € 14,40 | Schweiz CHF 18,90

2026 | April | Mai | Juni
ISBN 978-3-99183-006-1 **63**

sitz platz fuss

Das Bookazin
für anspruchsvolle
Hundefreunde

RAGILITY®
VIELSEITIG UND DYNAMISCH

KRAFTTRAINING
ZUR GESUNDERHALTUNG

HYPERAKTIVITÄT
ADHS, ERREGUNG UND ENTSPANNUNG



**EINFACH
AUSGEZEICHNET!**
DENN: AUF DIE ZUTATEN KOMMT ES AN



hundkatzenmaus
DAS HAUSTIERMAGAZIN

**TOP
HAUSTIERMARKEN**
TROCKENFUTTER FÜR HUNDE

BELCANDO

Umfrage unter Haustierbesitzern
www.vox.de/haustiermarken-2025
Quelle: Statista Gültig bis 08.2026



REZEPTUR OHNE GETREIDE
MIT EXTRA FRISCHEM RIND
GARANTIERT AUS BESTEN ZUTATEN
MIT WERTVOLLEM AMARANTH



Jetzt entdecken auf:
BELCANDO.DE

MADE IN GERMANY

editorial

LIEBE LESERINNEN UND LESER,



Foto: Fot/C. Franck

kennt ihr Hunde, die gefühlt ständig „unter Strom“ stehen? Kaum zur Ruhe kommen, immer in Bewegung sind und auf jede Kleinigkeit reagieren? Oft fallen dann Begriffe wie Hyperaktivität oder ADHS – und oft schwingen Unsicherheit, Überforderung oder sogar Schuldgefühle beim Menschen mit. Doch was steckt wirklich dahinter? Mit dem Schwerpunktthema dieser Ausgabe wollen wir genauer hinschauen: Welche wissenschaftlichen Erkenntnisse gibt es rund um ADHS-ähnliche Verhaltensweisen bei Hunden? Wie können wir betroffenen Hunden helfen, zu mehr Gelassenheit und Entspannung zu finden? Was brauchen sie, um in ihrem Leben zufrieden zu sein? Und wie lässt sich Erregung im Hundealltag steuern, wenn wir sie nicht als Feind, sondern als normale Grundlage für Motivation und Interaktion verstehen?

Darüber hinaus bietet dieses Heft Einblicke ins Clickertraining von Wildtieren, stellt mit Ragility® eine noch vielfach unbekannte Hundesport-Kombination vor und informiert ausführlich über sinnvolle Gesundheitsvorsorgemaßnahmen für Hunde.

Ich wünsche euch viel Spaß
beim Lesen dieser Ausgabe!

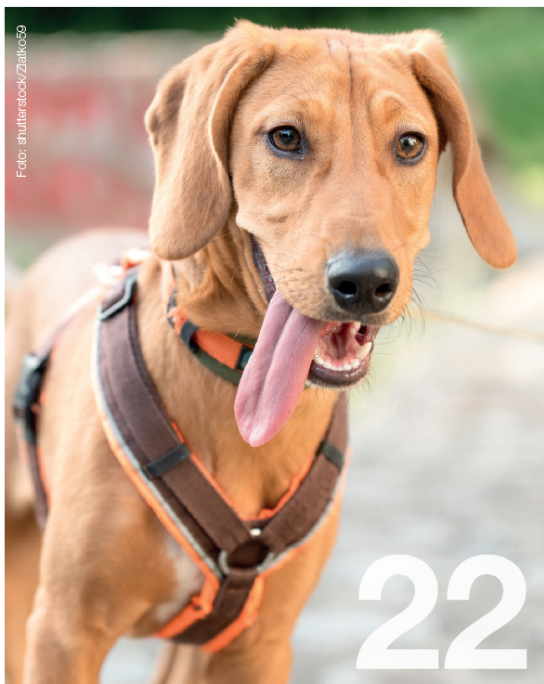
Madeleine Franck

Madeleine Franck

INHALT



Dr. Lina Oberliesen gibt einen Überblick, wie der Stand der Wissenschaft bezüglich ADHS bei Hunden aussieht, und klärt auf, welche Unterschiede und Gemeinsamkeiten es zu menschlichem ADHS gibt.



Dr. Stephan Gronostay erklärt, was hinter dem Etikett „hyperaktiv“ steckt und wie sich Alltag und Spaziergänge so verändern lassen, dass Hund und Mensch zu mehr Kooperation und Gelassenheit finden.

DAGMARS KOLUMNE

04 Frühlingsedition
(DAGMAR SPILLNER)

HYPERAKTIVITÄT & ADHS

06 ADHS bei Hunden?
(DR. LINA OBERLIESSEN)

14 Hunde mit Superkräften
(ROLF C. FRANCK)

22 Spaziergänge befriedigend gestalten
(DR. STEPHAN GRONOSTAY)

30 Erregung im Hundealltag
(CINTA HAMACHER)

38 Entspannungstechniken im Hundetraining
(NATALIE BRAUNE)

TRAINING & VERHALTEN

44 Selbstregulation – der Schlüssel für mehr Resilienz bei unseren Hunden
(SUSANNE BRETSCHNEIDER)

50 Clickertraining mit (fast) wilden Tieren
(NICOLE RÖDER)

56 Ragility®: Die kreative Verbindung von Rally Obedience und Agility
(MICHAELA NEIGLICK)



Nicole Röder berichtet von ihrem Ausflug ins Wildtiergehege und warum sie doch am liebsten Hunde clickert.



Rally Obedience plus Agility ergibt Ragility® – im Artikel von Michaela Neiglick erfahrt ihr, warum diese Hundesport-Kombi überzeugt.



Manuela Zaitz erklärt, wie Zähneputzen ohne Stress gelingt, und gibt die Bauanleitung für dieses tolle Tool gleich noch dazu!

ZUBEHÖR & TRENDS

- 62 Kameras: Der objektive Blick auf den Hundealltag**
(MANUELA ZAITZ)

HUND & MENSCH

- 66 Verwilderte Hunde: Dingos, Sängler und Pariahs**
(DR. UTZ ANHALT)

FUTTER & GESUNDHEIT

- 72 Gesundheitsvorsorge beim Hund**
(CHRISTINE LÜHRS & JANINA ANDERSCH)
- 82 Krafttraining mit Hund**
(LISA MARGRAF)
- 88 Zähneputzen ohne Stress**
(MANUELA ZAITZ)

HUND & MEDIEN

- 94 Buchtipps**
(NICOLE RÖDER)



© Heidi Dornig - Spinnweben, Gärten, Meer & Eschborn

DAGMARS KOLUMNE

Nach einem kalten und schneereichen Winter freuen wir uns alle, wenn es langsam Frühling wird und es jeden Tag länger hell ist. In unserem Haus bedeutet das auch, dass die Hintertür in den Garten, sofern das Wetter es erlaubt, offensteht. Hund und Kater wechseln von drinnen nach draußen und umgekehrt. Gerade so, wie es ihnen gefällt. Meiner Beobachtung nach halten sie sich meistens dort auf, wo wir sind, und dennoch trägt es enorm zu ihrer Zufriedenheit bei, sich einen Sonnenplatz zu suchen oder ein bisschen zu grasen.

Als Ersthundehalterin Mitte der 90er-Jahre habe ich viele verschiedene Meinungen zum Gras gehört. Sie haben sich immer ausschließlich auf Hunde bezogen, obwohl auch meine Katzen gegrast haben.

Wenn kein Gras da war, habe ich oft Katzengras gesät, damit immer frisches Grün zur Verfügung gestanden hat. Meiner damaligen Hündin Lena sollte ich, nach Rat meiner Nachbarn, das Gras möglichst schnell verbieten. Hunde würden davon erbrechen und das könne ja niemand wollen. Warum die Katzen trotzdem grasen

dürfen, hat mir niemand beantwortet. Später habe ich dann gelernt, dass Hunde besonders im Frühjahr frisches Grün gerne fressen und sogar benötigen. Nur wenn die Halme zu lang sind, lösen sie Brechreiz aus oder stellen ein Problem dar, wenn sie den Körper auf anderem Weg wieder verlassen. Jeder Hundehalter kennt Hunde, die minutenlang pressen und versuchen, lange Halme wieder loszuwerden. Meine ersten beiden Hunde haben mich in diesem Fall immer hilfeschend angesehen (meine Interpretation!) und ich habe mit einem beherzten Griff zum

Frühlings- edition

Taschentuch oder zu großen Blättern das Problem durch Ziehen gelöst. Erst der Hinweis einer erfahrenen Hundehalterin, dass durch Ziehen auch Verletzungen im Darm entstehen können – denn Schachtelgrashalme sind durchaus scharf – hat mich anders handeln lassen. Wenn mein Hund heute zum Gras anhält, nehme ich von dort eine Handvoll Gras mit nach Hause. Ausnahme: An Feldrändern oder vielbefahrenen Straßen pflücke ich nicht, weil das Gras zu stark belastet ist. Zu Hause füge ich jeder Hundemahlzeit dann mit einer Schere kleingeschnittenes Gras bei. Das gibt weder Probleme beim Aufnehmen noch beim Ausscheiden. Nach zwei bis drei Wochen mit der Zugabe von Gras verringert sich das Grasens meines Hundes draußen drastisch. Im Frühjahr ist der saisonale Speiseplan meines Hundes noch ziemlich eingeschränkt. Da zusätzlich der nächste Fellwechsel ansteht und durch viele läufige Hündinnen der Stresspegel meines Rüden Helvi steigt, gönne ich ihm echtes Powerfood als Zusatz: Blütenpollen. Bevor Sie Ihrem Hund eine Blütenpollenkur gönnen, testen Sie bitte, ob er allergische Reaktionen zeigt. Streuen Sie ein paar Krümel über das Futter und beobachten Sie in den nächsten Tagen, ob Sie Anzeichen von Juckreiz oder anderen Hautproblemen bemerken. Alle fünf Hunde, die bisher bei mir gelebt haben, hatten keine Probleme mit der Frühlingskur.

Blütenpollen sind wahre Wunderwerke der Natur. Sie enthalten mehr als 20 Enzyme, essenzielle Aminosäuren, Vitamine und Mineralien. Sie wirken entzündungshemmend, antibakteriell, verdauungsfördernd und stärken das Immunsystem. Ideal für das Frühjahr, finde ich. Blütenpollen finden Sie oft bei Imkern, die neben Honig auch andere Produkte vertreiben, oder im Internet. Kaufen Sie bitte qualitativ hochwertig, am besten für den menschlichen Bedarf. Nutzen Sie die Wirkung des Superfoods, indem Sie Ihrem Hund kurweise, ein bis drei Wochen, Blütenpollen zum Futter mischen. Mehr hilft nicht mehr, deswegen sollten Sie weder ganzjährig Blütenpollen füttern noch zu viel davon ins Futter mischen. Idealerweise weichen Sie die Pollen für 15 Minuten in ein wenig Wasser ein und geben Sie dann zum Hundefutter. Die Blütenpollen schmecken leicht süß und werden in der Regel gerne mitgefressen. Kleine Hunde bekommen einen viertel Teelöffel, mittelgroße Hunde einen halben Teelöffel voll und große Hunde einen Teelöffel Blütenpollen einmal täglich ins Futter.

Eine kostengünstige Alternative bieten Gänseblümchenblüten. Sie sind ebenfalls reich an Vitaminen, haben entzündungshemmende Eigenschaften, regen den Stoffwechsel an, stärken das Immunsystem und wirken appetitanregend. Füttern Sie zu Beginn ebenso vorsichtig wie bei der Einführung der Blütenpollen und beobachten Sie Ihren Hund gut. Gänseblümchenblüten können frisch oder getrocknet verfüttert werden, sollten ebenfalls nur kurweise auf dem Speiseplan stehen und dort gepflückt werden, wo keine Spritz- oder Düngemittel zum Einsatz kommen.

Beide Zusätze, die keine Hauptnahrungsmittel sind, bekommen Ihnen ebenso gut wie Ihrem Hund. Es spricht also nichts gegen eine gemeinsame Kur mit Gänseblümchen oder Blütenpollen. Besser können Sie nicht erspüren, was diese pflanzlichen Booster für die Gesundheit Ihres Hundes tun. Probieren Sie es aus.

Ich wünsche Ihnen einen wunderbaren Frühling.
Bleiben Sie mir gefolgt.

Ihre Dagmar Spillner



DAGMAR SPILLNER ...

... ist seit 1999 Hundetrainerin. Sie arbeitet außerdem als Dozentin für die ATN, ist Vollzugsbeamtin, Kurzzeitcoach, Trauerbegleiterin, Schlagfertigkeitstrainerin, Rhetorik- und Kommunikationsfachkraft und freie Traurednerin. Zurzeit absolviert sie eine Ausbildung in Konfliktmanagement und Mediation. Dagmar Spillner lebt mit Mann und Kindern, Hund Helvi, den Katzen Dante und Enno sowie etlichen Hühnern und Tauben am Rande des Harzes in Südniedersachsen.

www.dagmarspillner.de

ADHS BEI HU

ADHS, die Kurzform für Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung, ist eine Verhaltensstörung, die Kinder, Jugendliche und Erwachsene betreffen kann. Wie der Name bereits erahnen lässt, spielen Probleme bei der Konzentration sowie eine ausgeprägte körperliche Unruhe und Impulsivität eine Rolle. Doch ist ADHS tatsächlich ein rein menschliches Phänomen? Das steht immer mehr zur Diskussion, denn es gibt inzwischen spannende und wissenschaftlich fundierte Hinweise darauf, dass auch Hunde an ADHS-ähnlichen Symptomen leiden können, es möglicherweise eine canine Form der ADHS gibt. Doch was genau ist ADHS, welche Unterschiede und Gemeinsamkeiten finden sich zwischen zweibeinigen und vierbeinigen Betroffenen und wie wird sie jeweils diagnostiziert und behandelt?

VON DR. LINA OBERLIESSEN

Durch den Dschungel der Begrifflichkeiten

Bevor wir uns dem Thema ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung) beim Hund widmen, müssen zunächst einige Begrifflichkeiten geklärt werden. Der Begriff ADHS wird heutzutage sehr inflationär verwendet. Nicht jedes Kind, das herumzappelt, und nicht jeder Hund, der zur Nervosität neigt, hat ADHS. Das ist sehr wichtig zu verstehen und betrifft auch andere Konzepte wie beispielsweise Narzissmus oder Burnout. Zur Klassifikation und Diagnose von sämtlichen Erkrankungen beim Menschen gibt es das von der Weltgesundheitsorganisation entwickelte ICD-11 (World Health Organization, 2019). ICD steht für „International Classification of Diseases and Related Health Problems“ und es handelt sich bei der aktuellen Version um die elfte Überarbeitung. Auf psychische Erkrankungen spezialisiert ist außerdem das sogenannte DSM-5-TR (American Psychiatric Association, 2022), die Textrevision der 5. Version des „Diagnostic and Statistical Manual of

Mental Disorders“, welches von der Amerikanischen Psychiatischen Gesellschaft herausgegeben wird.

Definition von ADHS

ADHS kann als neurologische Entwicklungsstörung bezeichnet werden, da Botenstoffe im Gehirn im Ungleichgewicht sind. Die Kriterien für die Diagnose von ADHS unterscheiden sich geringfügig zwischen DSM-5 und ICD-11. Der Einfachheit halber, und weil wir lieber früher als später zu den Hunden kommen wollen, betrachten wir daher nur das DSM-5-TR. Die Symptome werden hier in zwei Hauptbereiche unterteilt: Unaufmerksamkeit und Hyperaktivität/Impulsivität. Eine bestimmte Anzahl von Symptomen führt zur Diagnose ADHS. Wichtig ist außerdem, dass die Symptome über einen gewissen Zeitraum bestehen, dass sie in verschiedenen Lebensumfeldern auftreten und ein Leidensdruck bzw. eine funktionelle Beeinträchtigung in sozialen, schulischen oder beruflichen Bereichen besteht. Die Symptome werden mittels Fragebögen, klinischer Interviews und Verhaltensbeurteilungen, bestenfalls in verschiedenen Kontexten, eingeordnet.

NDEN?

(Foto: shutterstock / everydogpassion)

