

Hier kommt die Antwort von Dagmar Fauster-Brunner auf die Frage "WIE VIEL STUNDEN SCHLAF BRAUCHT EIN HUND PRO TAG?" im Rahmen unserer aktuellen HAPPY DOG Insider Expertinnen-Runde!

Das Schlafverhalten des Hundes unterscheidet sich sehr vom Schlaf des Menschen. Der Hund ist von seiner Abstammung her ein Tagdöser. Das Schlafverhalten des Hundes wechselt zwischen Dösen und Tiefschlaf-Phasen.

In wenigen Sekunden können Hunde in den Schlaf fallen, sind aber bei ungewohnter Annäherung sofort hellwach. Auch Hunde verarbeiten ihre Erlebnisse des Tages im Schlaf. Deshalb braucht der Hund mehr Schlaf als der Mensch.

Im Schnitt benötigt ein ausgewachsener Hund 17 bis 20 Stunden Schlaf und Ruhephasen am Tag. Welpen, Senioren und kranke Hunde benötigen sogar 20 bis 22 Stunden.

Wissenschaftliche Experimente haben bewiesen, dass für Hunde Schlaf wichtiger ist als Nahrung. Durch akustische Mittel wurden Hunde vom Schlaf abgehalten. In kurzer Zeit wurden ihre ganzen Lebensfunktionen gestört. Bei Schlafentzug haben sich 5 Phasen heraus kristallisiert:

Phase 1: die Hunde sind überdreht

Phase 2: die Hunde sind unkonzentriert und fahrig

Phase 3: die Hunde sind nervös und schnell reizbar

Phase 4: die Hunde sind kränklich und aggressiv

Phase 5: die Hunde erleiden schwere und chronische Erkrankungen.

Längerer Schlafentzug kann sogar bis zum Tod führen!

In den Studien hat sich auch gezeigt, dass die Phasen bei den verschiedenen Rassen unterschiedlich ausgeprägt sind. Retriever Rassen werden schneller chronisch krank, während Terrier Rassen eher aggressives Verhalten zeigen.

Deswegen ist es besonders wichtig auf genügend Schlaf- und Ruhephasen seines Hundes zu achten. Oft finden die Hunde von selber nicht zur Ruhe und man muss ihnen dabei helfen.

Das Um und Auf ist, dass der Hund einen Ruheplatz hat wo er nicht ständig gestört wird. Ich empfehle hierfür den Hund an eine Box zu gewöhnen. Diese Box soll seine Komfortzone und Höhle werden, wo er in aller Ruhe schlafen kann.

Meine Erfahrungen haben gezeigt, dass viele Verhaltensauffälligkeiten von zu wenig Ruhe- und Schlafphasen kommen und oft mit Unterbeschäftigung verwechselt werden. Der Hund fordert ständig Aufmerksamkeit und man versucht mit noch mehr Aktivitäten dem Hund gerecht zu werden. Die Teufelsspirale dreht sich somit in eine reine Katastrophe.

Wissenschaftliche Untersuchungen haben auch gezeigt, dass das Stresshormon Cortisol einige Tage braucht um im Körper abgebaut zu werden. Das heißt mit einmal Schlafen wird ein chronisch gestresster Hund nicht seine Ruhe finden. Hier muss man gezielt an einem regelmäßigen Ruhetraining für den Hund arbeiten.

Möchtest du dich zu diesem Thema direkt mit Dagmar Fauster-Brunner austauschen? Dann schreibe ihr ein Email an office@hundianer, besuche sie hier auf Facebook unter [Hundianer - Kynopädagogisches Zentrum, Hundetraining & Co](#) oder gehe auf ihre Website unter www.hundianer.at