

informationsdienst

57. Jahrgang
Nr. 3/4 – März/April 2016



Seite		Zeichen
2	Mit Fasten gegen das metabolische Syndrom	4.919
	Senioren	
4	Sind Sie am Steuer noch sicher?	4.318
KIND UND GESUNDEIT		
	Immuntoleranz	
6	Vermeiden Eier in der Babynahrung spätere Allergie?	1.638
MELDUNG		
	Noroviren	
7	Nach Brechdurchfall nicht zu schnell in den Alltag zurück	2.338
TIER UND GESUNDHEIT		
	Müll, Kadaver, Frostschutzmittel	
8	Vergiftungen beim Hund	6.349
10	Tipp: Vergiftungen vorbeugen	1.072
SERVICE		

Herausgeber:
DEUTSCHES GRÜNES KREUZ e. V.

Redaktion:
Dr. med. Sigrid Ley-Köllstadt
– verantwortlich –
Dr. rer. physiol. Ute Arndt
Dipl. Biol. Heike Stahlhut
M. A. Martina Stein-Lesniak

Abdruck honorarfrei

Beleg erbeten an:

Deutsches Grünes Kreuz e. V.
– Pressestelle –
Biegenstr. 6
35037 Marburg

Telefon: (06421) 293-140
Telefax: (06421) 293-740

E-Mail: presseservice@dgk.de
Internet: www.dgk.de

Mit Fasten gegen das metabolische Syndrom



Foto: karepa – Fotolia

(dgk) Fasten für die Gesundheit hat in den vergangenen Jahren eine hohe Popularität erlangt. Der zeitweise, freiwillige Verzicht auf feste Nahrung wird heutzutage oft mit einem Programm aus Bewegung und Entspannung begleitet. Vielfältige positive Auswirkungen auf den Körper sind durch Studien nachgewiesen: Zucker- und Cholesterinspiegel sinken, der Blutdruck normalisiert sich und der Darm wird gereinigt.

Effektiv gegen das metabolische Syndrom

„Diese Wirkungen machen das Fasten zu einer wirkungsvollen Maßnahme gegen das metabolische Syndrom“, sagt Dr. Eva Lischka, Ärztin an der Buchinger Wilhelmi Klinik für Heilfasten und erste Vorsitzende der Ärztesgesellschaft Heilfasten und Ernährung e. V. Die verbreitete Zivilisationskrankheit ist gekennzeichnet durch vier Faktoren: Fettleibigkeit, Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen und einen erhöhten Blutzuckerspiegel oder Insulinresistenz. Das „tödliche Quartett“ gilt neben dem Rauchen als der entscheidende Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Auf alle vier Symptome scheint sich der zeitlich begrenzte Nahrungsverzicht positiv auszuwirken, so auch auf den Insulin-Haushalt: Studien zeigen, dass Fasten bei Typ-2-Diabetikern, die mit oralen Medikamenten behandelt werden, die Funktion insulinproduzierender Zellen verbessert und die Insulinsensitivität normalisiert.

Fasten reduziert ungesundes Bauchfett

Dass Menschen, die eine Zeit lang auf Nahrung verzichten, an Gewicht verlieren ist klar. Wenn sich an das Fasten auch noch eine Lebensstiländerung anschließt, was nicht selten ist, kann der Effekt anhalten. Besonders günstig wirkt sich aus, dass beim Fasten zuerst die ungesunden Fettdepots am Bauch wegschmelzen. „Das abdominale Körperfett spielt eine besonders große Rolle beim metabolischen Syndrom“, erklärt Lischka. „Es ist hormonell tätig und produziert entzündungsfördernde Botenstoffe.“ Damit fördern die Pfunde um die Leibesmitte chronische Entzündungsprozesse, die wiederum das Risiko für Gefäßverkalkungen und somit für Herz-Kreislauf-Erkrankungen erhöhen. Das Gewicht ist der Ärztin zufolge also weniger entscheidend als der Bauchumfang.

Fasten als Startpunkt für einen gesünderen Lebensstil

Ein großer Vorteil des Fastens besteht darin, dass man das oftmals im Alltag entstehende ungesunde Essverhalten unterbricht, und damit eine langfristige Änderung einleiten kann. Nach dem Fasten schmecken gesunde Lebensmittel wie Obst und Gemüse besser, die Lust auf eher Ungesundes hingegen nimmt ab. Der Nahrungsverzicht bringt die Erkenntnis, nicht immer essen zu müssen, wenn etwas da ist. Das kann zu einem neuen Bewusstsein führen – nicht nur in Bezug auf die tägliche Nahrungsaufnahme. Eine Vergleichsstudie zeigt, dass Patienten, die eine Woche gefastet hatten, auch nach einem halben Jahr ihren Lebensstil

bezüglich Ernährung, Bewegung und Entspannungsmethoden nachhaltiger geändert hatten, als Patienten, die eine vegetarische Kost erhielten.

Die meisten, die eine positive Fastenerfahrung gemacht haben, verspüren das Bedürfnis, das Fasten in ihren Lebensplan fest einzubauen, stellt die Expertin fest. Auch das trage zu einem andauernden Erfolg bei. Die wohltuende Wirkung des Fastens auf die Psyche spielt dabei möglicherweise eine unterstützende Rolle. Lischka: „Nach wenigen Tagen bringt das Überwiegen des parasympathischen Nervensystems die Menschen in eine ruhigere und gelasseneren Gemütslage. Durch Verstärkung der Serotoninwirkung hellt sich die Stimmung nachhaltig auf.“

Bewährt: Das Fasten nach Buchinger

Das bewährteste und am häufigsten in Deutschland ausgeübte ist das Heilfasten nach Buchinger. Es beginnt mit sogenannten Entlastungstagen. Während dieser Zeit nimmt man ausschließlich leichte Kost zu sich und bereitet sich auf das bevorstehende Fasten vor. Nach einer kompletten Darmentleerung beginnt das eigentliche Fasten über eine Dauer von mindestens sieben Tagen. Über den Tag verteilt werden mindestens drei Liter Flüssigkeit aufgenommen. Dabei nimmt man neben Wasser und Tee etwas Honig, Obstsaft und Gemüsebrühe, insgesamt etwa 250 bis 300 kcal zu sich.

Fasten für Menschen mit gesundheitlichen Problemen

Fasten hat Auswirkungen auf den Stoffwechsel und die Funktion verschiedener Organe. So kann durch das Fasten beispielsweise der Harnsäure- und Harnstoff-Spiegel im Blut steigen – und bei Gichtpatienten einen Gichtanfall auslösen. Bei ihnen muss das Fasten daher modifiziert werden. Der Nahrungsentzug verändert zudem die Verstoffwechslung von Medikamenten. Aus diesen Gründen gibt es die strategische Unterscheidung zwischen Heilfasten für Patienten und dem Fasten für Gesunde. Menschen mit Vorerkrankungen sollten nicht ohne fachliche Begleitung Fasten, für sie bietet sich das Heilfasten in speziellen Kliniken an. Eine Liste solcher Einrichtungen findet sich auf der Homepage der Ärztegesellschaft Heilfasten & Ernährung e. V. unter www.aerztegesellschaft-heilfasten.de.

Quellen:

- (1) Ärztegesellschaft Heilfasten und Ernährung e. V. [aerztegesellschaft-heilfasten.de](http://www.aerztegesellschaft-heilfasten.de)
- (2) Michalsen A, Li C.: *Fasting Therapy for Treating and Preventing Disease – Current State of Evidence*. *Forsch Komplementmed*. 2013;20(6):444-53. doi: 10.1159/000357765. Online publiziert am 16.12.2013
- (3) Steiniger, J. et. al.: *Einfluss von therapeutischem Fasten und Ausdauertraining auf den Energiestoffwechsel und körperliche Leistungsfähigkeit Adipöser*; *Forsch Komplement med*. 2009; 16: DOI: 10.1159/000258142
- (4) *Heilfasten und Metabolisches Syndrom* unter www.aerztegesellschaft-heilfasten.de/faqs
- (5) Michalsen A, Hoffmann B, Moebus S, Baecker M, Langhorst J, Dobos GJ: *Incorporation of fasting therapy in an integrative medicine ward: evaluation of outcome, safety, and effects on lifestyle adherence in a large prospective cohort study*. *J Altern Complement Med*. 1(4):601-7, 2005

Sind Sie am Steuer noch sicher?

Auch langjährige, erfahrene Autofahrer können aufgrund gesundheitlicher Beschwerden oder eingeschränkter Beweglichkeit in gefährliche Situationen geraten. Wir sagen, wann es Zeit ist, das Auto in der Garage zu lassen.

(RaIA / dgk) Die meisten Menschen machen mit dem Älterwerden die Erfahrung, dass die Sehkraft nachlässt. Das wirkt sich in den verschiedensten Lebensbereichen aus, so auch beim Autofahren. Die negativen Auswirkungen spüren viele Senioren besonders bei Fahrten im Dunkeln, denn die Blendungsempfindlichkeit nimmt zu und die Dämmerungssehstärke ab. Wenn es dann noch regnet, wird das Fahren im städtischen Straßengewühl anstrengend. Obendrein bereitet der Schulterblick Probleme, und mancher muss deshalb etwas mühsam den ganzen Oberkörper drehen. Auch die Reaktionsschnelligkeit lässt im Alter deutlich nach. Das ist leider der Lauf der Dinge. Doch nicht immer merken Senioren selbst, wann sie damit sich und andere in Gefahr bringen und das Auto lieber stehen lassen sollten.

Ein heißes Eisen

Herbert Steinke zum Beispiel war sein Leben lang ein ausgesprochen guter und sicherer Autofahrer. Auch in seinen 80er Jahren fuhr er noch umsichtig und routiniert, allerdings lieber kürzere Strecken. Als dann aber der 90. Geburtstag näher rückte, stieg die Tochter nicht mehr unbesorgt in das Auto des Vaters, wenn er sie bei ihren Besuchen vom Bahnhof abholte. Lieber nahm sie ein Taxi oder den Bus. Doch wie sagt man taktvoll einem Älteren, dass man sich in seinem Auto nicht mehr sicher fühlt? Die eigentliche Botschaft blieb zwar unausgesprochen, kam bei dem alten Herrn aber an und kränkte ihn ein wenig. Schließlich symbolisiert das Auto Eigenständigkeit und Mobilität. Deswegen fällt es vielen Älteren so schwer, sich endgültig von ihrem rollenden Untersatz trennen, obwohl so mancher Wagen eigentlich fast nur noch in der Garage steht.

Das Auto besser stehen lassen

Wie lange ein Mensch fahrtüchtig ist, hängt nicht allein vom Alter ab, zumal wir alle sehr unterschiedlich altern. Doch bestimmte Faktoren beeinträchtigen die Fahrtüchtigkeit, und sie können sich im Alter häufen, zum Beispiel die Einnahme von Medikamenten. Einige Wirkstoffe beeinflussen das Reaktionsvermögen, andere die Einschätzung von Gefahrensituationen, wie zum Beispiel Psychopharmaka. Generelles Fahrverbot gilt für 24 Stunden nach operativen Eingriffen, auch wenn man sich wohlfühlt, oder auch nach einem Behandlungsbeginn mit Opioiden zur Schmerzbehandlung. Das Auto ist ebenfalls tabu nach einer Augenuntersuchung mit weit stellenden Augentropfen, weil sie extrem blendempfindlich machen. Auch Mittel gegen Bluthochdruck können besonders zu Beginn der Medikation oder nach einem Medikament- oder Dosiswechsel zu Benommenheit und Konzentrationsstörungen führen und die Fahrtüchtigkeit einschränken. Und selbst bestimmte Mittel gegen eine harmlose Erkältung enthalten Substanzen, die das Reaktionsvermögen stark herabsetzen und müde machen können. Obendrein beeinflussen sich verschiedene Arzneien in ihrer Wirkung gegenseitig. Beachten Sie deshalb unbedingt Hinweise im Beipackzettel und fragen Sie in allen Zweifelsfällen Ihren Apotheker.

Auch ein zu hoher Blutdruck und bestimmte Herzerkrankungen können beim Autofahren gefährlich werden. Riskant am Steuer ist außerdem eine unbehandelte Schlafapnoe, das heißt starkes Schnarchen mit Atemaussetzern. Mit einem gut eingestellten Diabetes gibt es keine Probleme, doch Unterzuckerungen sind eine Gefahr im Straßenverkehr. Eine fortgeschrittene Parkinsonerkrankung kann nicht nur zu Bewegungsstarre, sondern auch zu Aufmerksam-

keits- und Sehstörungen (Doppelbilder) führen. Parkinsonpatienten sollten deshalb ihre Fahrtüchtigkeit in einer Fahrschule oder beim TÜV prüfen lassen. Bei abnehmender Belastbarkeit, Orientierungsproblemen und vor allem beim Verdacht einer Demenzerkrankung ist es Zeit, den Autoschlüssel abzugeben.

Kleine Checkliste

Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen*. Wenn Sie eine oder gar mehrere bejahen müssen, sollten Sie mit Ihrem Arzt darüber sprechen, ob Auto fahren noch sicher ist.

- Verlieren Sie beim Fahren manchmal die Orientierung?
- Haben Sie Schwierigkeiten, andere Verkehrsteilnehmer, Ampeln oder Verkehrszeichen zu erkennen und rechtzeitig darauf zu reagieren?
- Fällt das Fahren bei Nacht oder in der Dämmerung besonders schwer und blendet entgegenkommende Pkw stark?
- Haben Sie Probleme mit Gas-, Kupplungs- oder Bremspedal?
- Hören Sie Motorengeräusche, Schaltung oder Signale anderer Verkehrsteilnehmer (manchmal) spät oder schlecht?
- Finden Sie es schwierig, den Kopf zu drehen und über Ihre Schulter zu blicken?
- Werden Sie im dichten Verkehr oder auf unbekanntem Straßen unsicher?
- Hupen andere Autofahrer häufig wegen Ihres Fahrverhaltens?
- Verursachen Sie in letzter Zeit häufiger kleinere oder „Beinahe“-Unfälle?
- Fühlen Sie sich beim Fahren unsicher?
- Werden Sie schläfrig oder wird Ihnen schwindelig, nachdem Sie Ihre Medikamente eingenommen haben?

*Quelle: Alzheimer Forschung Initiative e.V.

Die Broschüre „Sicher Auto fahren im Alter“ gibt es kostenfrei bei der Alzheimer Forschung Initiative e.V., Kreuzstr. 34, 40210 Düsseldorf; im Internet unter: www.alzheimerforschung.de, Rubrik „Aufklärung & Ratgeber“ oder unter der Telefonnummer 0211 - 86 20 66 0.

Mehr Informationen finden Interessierte im Ratgeber aus Ihrer Apotheke / Ausgabe April / A 2016, die ab dem 1. April in der Apotheke kostenlos erhältlich ist.

KIND UND GESUNDHEIT

Immuntoleranz: Vermeiden Eier in der Babynahrung spätere Allergie?

Eine Studie hatte im vergangenen Jahr viel Aufmerksamkeit erregt. Sie zeigte, dass eine frühe Gabe von Erdnüssen im Rahmen der Säuglingsernährung eine spätere Erdnussallergie verhindern kann – was Allergologen sehr überraschte. Eine neue Studie setzt noch eins drauf: Auch die frühe Gabe von Eiern könnte einer späteren allergischen Überreaktion entgegenwirken.



Foto: Oksana Kuzmina-Fotolia

(dgk) Über viele Jahre hatten Experten empfohlen, Säuglingen keine Lebensmittel zu verabreichen, die später häufig zu Allergien führen. Die Botschaft wurde erhört. In England gaben in einer Umfrage aus dem Jahr 2010 fast die Hälfte aller an, dass sie ihren Säuglingen keine Erdnüsse, Eier, Milchprodukte oder Fisch zu Essen geben würden. Auch hierzulande folgten viele Eltern diesem Rat.

Doch das ist vielleicht falsch. Die Vermeidung von Allergenen in den ersten Lebensmonaten verhindert keine Allergien, sie kann sie möglicherweise sogar fördern. Das jedenfalls vermuten jene britischen Forscher, die bereits im vergangenen Jahr zu dem Ergebnis kamen, dass eine frühe Einführung von Erdnüssen in die Babynahrung die Zahl der späteren Erdnussallergien um 86 Prozent senkt.

Jetzt stellte dasselbe Wissenschaftler-Team die Ergebnisse einer weiteren Studie vor. In diese wurden die Daten von mehr als 1.300 Säuglingen einbezogen, die drei Monate voll gestillt worden waren. Anschließend wurden sie entweder bis zum Ende des sechsten Monats ausschließlich weitergestillt, oder sie kamen in den frühen Genuss zusätzlicher Nahrungsmittel, nämlich Erdnussbutter, Ei, Kuhmilch-Joghurt, Sesampaste, Fisch und Keksen aus Weizenmehl.

Im Ergebnis zeigte sich: Nur 2,4 Prozent der Kinder mit gezielter Zufütterung entwickelten bis zu einem Alter von 3 Jahren eine Allergie auf eines der sechs Nahrungsmittel. Bei der Kontrollgruppe mit ausschließlichem weiteren Stillen waren es mit 7,3 Prozent mehr als doppelt so viele. Dies war ein signifikanter Unterschied. Effektiv schützend war die frühe Zufütterung vor allem bei Erdnüssen (Allergierate 0 Prozent versus 2,5 Prozent) und Eiern (Allergierate 1,4 Prozent versus 5,5 Prozent). Für den frühen Genuss von Milch, Sesam, Fisch und Weizen konnte keine vorbeugende Wirkung gezeigt werden.

Für Eltern werden diese Ergebnisse interessant sein. Doch es ist noch nicht an der Zeit, die alten Empfehlungen über den Haufen zu werfen. Guy Poppy, wissenschaftlicher Chefberater der *Food Standards Agency*, die für Lebensmittelsicherheit in Großbritannien zuständig ist, empfiehlt Eltern vorerst, den bisherigen Anweisungen zur Säuglingsernährung zu folgen. Er weist darauf hin, dass die unterschiedliche Ernährung der Kinder im Rahmen der For-

schungsarbeit unter der Leitung und Kontrolle erfahrener Allergologen stattgefunden habe – wodurch die Sicherheit der Kinder gewährleistet war.

Quellen:

- (1) *Ärzteblatt online vom 7. März 2016: Frühe Exposition vermeidet (nicht nur) Erdnuss-Allergien*
www.aerzteblatt.de/nachrichten/65945/Fruhe-Exposition-vermeidet-%28nicht-nur%29-Erdnuss-Allergien
- (2) *King's College London: Giving allergenic foods to infants from 3 months may prevent allergies; Pressemitteilung vom 4. März 2016*
www.kcl.ac.uk/newsevents/news/newsrecords/2016/03%20March/Giving-allergenic-foods-to-infants-from-3-months-may-prevent-allergies.aspx

MELDUNG

Noroviren

4 **Nach Brechdurchfall nicht zu schnell in den Alltag zurück**

(dgk) In den ersten Monaten eines jeden Jahres nehmen nicht nur die Zahlen an Grippekranken zu, auch Magen-Darm-Infektionen durch Noroviren zeigen in dem Zeitraum höchste Aktivität. Fast die Hälfte der im vergangenen Jahr in Deutschland registrierten 89.000 Infektionen fiel auf die ersten Monate des Jahres. Tatsächlich dürfte die Zahl der Erkrankten viel höher liegen, weil bei weitem nicht alle Infektionen identifiziert und gemeldet werden.

Hat es ein Familienmitglied oder einen Kollegen getroffen, zieht eine Norovirus-Infektion schnell weite Kreise. Die Erreger sind äußerst widerstandsfähig und hochinfektiös: Bereits zehn Viruspartikel reichen aus, um den quälenden Brechdurchfall auszulösen. Am häufigsten betroffen sind Kinder unter fünf Jahren sowie Senioren. Die Deutsche Gesellschaft für Gastroenterologie, Verdauungs- und Stoffwechselerkrankungen (DGVS) weist daher jetzt auf den richtigen Umgang mit Norovirus-Infektionen hin.

Dazu gehört in erster Linie häufiges und sorgfältiges Händewaschen der Betroffenen selbst, aber auch der pflegenden Angehörigen. Sollte eine Arztpraxis oder eine Klinik aufgesucht werden, muss das Personal vorher über den Brechdurchfall aufgeklärt werden, damit andere Patienten vor einer Ansteckung geschützt werden.

Kinder sollten nach der Genesung nicht gleich wieder in den Kindergarten geschickt werden und Arbeitnehmer nicht aus Pflichtbewusstsein sofort wieder im Büro erscheinen. „Wenn Erkrankte zu früh wieder in Kontakt mit anderen Menschen treten, besteht das Risiko, dass sich die Noroviren weiter ausbreiten“, erläutert Andreas Stallmach, Direktor der Klinik für Innere Medizin IV am Universitätsklinikum Jena. Wer noch zwei Tage nach Abklingen der Symptome zu Hause bleibt, minimiert das Ansteckungsrisiko für andere. Zudem gelte es, auch im Anschluss an eine Erkrankung auf sorgfältige Hygiene zu achten. „Der Körper scheidet die Viren noch über ein bis zwei Wochen aus“, so Stallmach.

Wie effektiv sich die Viren verbreiten können, zeigte sich z. B. im Jahr 2012. Damals verursachten chinesische Tiefkühl-Erdbeeren einen riesigen Norovirus-Ausbruch in Ostdeutschland, weil ein Caterer für Schulessen mit Noroviren kontaminierte Beeren zu Kompott verarbeitet hatte. Über 11.000 Kinder und Jugendliche bekamen Brechdurchfall.

Quelle:

Ärzteblatt online vom 9. Februar 2016: *Nach Norovirus-Erkrankung nicht zu schnell in den Alltag starten*; www.aerzteblatt.de/nachrichten/65674/Nach-Norovirus-Erkrankung-nicht-zu-schnell-in-den-Alltag-starten

TIER UND GESUNDHEIT

5

Müll, Kadaver, Frostschutzmittel
Vergiftungen beim Hund

Morgens noch tollte Luna übermütig herum, doch dann muss sie sich mehrmals übergeben. Die Hündin frisst und trinkt nicht mehr und liegt schließlich abends kraftlos im Körbchen. Die Halter reagieren schnell und suchen noch in der Nacht einen Tierarzt auf, der den anfänglichen Verdacht bestätigt: Luna hat sich vergiftet. Nach einer mehrtägigen intensiven Behandlung mit Medikamenten gegen Erbrechen, mit Infusionen und Schonkost geht es ihr glücklicherweise wieder besser.

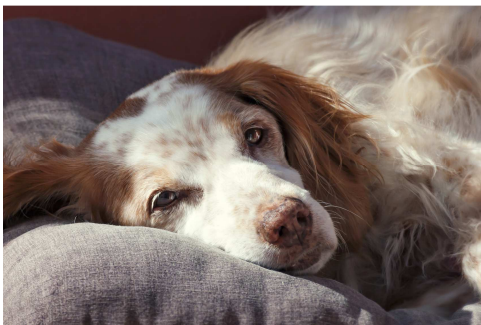


Foto: ipictueres-Fotolia

(dgg) Vergiftungen bei Hunden sind unter den Tierbesitzern sehr gefürchtet und leider auch nicht selten: In Tierarztpraxen werden immer wieder Vierbeiner mit Verdacht auf Intoxikationen vorgestellt. Den genauen Anteil der tatsächlichen Vergiftungsfälle zu beziffern fällt allerdings schwer, da die Tiere meist nicht bei der Aufnahme der Giftstoffe beobachtet werden und die Symptome nicht unbedingt eindeutig sind. Der Nachweis eines Giftstoffes ohne genauen Verdacht ist sehr teuer und wird in der Regel nicht durchgeführt.

Mutwilliges Vergiften kommt selten vor

Doch klar ist: Gezielte Vergiftungen durch böswillige Nachbarn oder Hundehasser sind viel seltener als gemeinhin angenommen wird. Die Gefahren lauern oft ganz in der Nähe. Nicht wenige Tiere vergiften sich im häuslichen Umfeld mit Haushaltsreinigern, Giftpflanzen, Frostschutzmitteln oder ganz simpel mit für Hunde giftigen Lebensmitteln wie beispielsweise Schokolade. Freilaufende Vierbeiner können sich überall durch verschiedenartigsten Müll, Kompostbestandteile oder Tierkadaver den Magen verderben.

Müllvergiftungen sind häufig

Dies kommt so häufig vor, dass die damit verbundene Verdauungsstörung im englischen Sprachgebrauch einen eigenen Namen erhalten hat: „garbage enteritis“.

Verdorbene Essensreste und vergammeltes Fleisch können eine Vielzahl an Keimen enthalten, die nicht nur beim Menschen, sondern auch bei seinem treuen Begleiter zu einer Vergiftung führen können. Staphylokokken, Clostridien und Schimmelpilze produzieren toxische Stoffe, die den Organismus schädigen. Erreger wie Salmonellen hingegen können zu schwerwiegenden Infektionen führen.

Eine Vergiftung zeigt sich häufig durch Erbrechen, oft begleitet von wässrigem Durchfall. Gut zu wissen: In den meisten Fällen kommt es innerhalb von 24 Stunden zu einer deutlichen Verbesserung der Symptome. Die Therapie ist dann einfach und beruht im Wesentlichen auf der Vermeidung von allzu großem Wasserverlust (Dehydratation). Der Hund darf etwa 12 - 24 Stunden nichts fressen, denn die Futteraufnahme löst, auch wenn das Tier hungrig ist, weiteren Brechreiz aus. Diese so genannte Nahrungskarenz gibt dem Körper die Möglichkeit, den gereizten Magendarmtrakt zu beruhigen. Wasser sollte natürlich zur Verfügung stehen.

Falls der Nahrungsentzug alleine den Brechreiz nicht beruhigen kann, das Tier apathisch wirkt oder neurologischen Symptome wie Krämpfe oder Störungen der Bewegungskoordination zeigt, muss unverzüglich der Tierarzt aufgesucht werden. Mit der Gabe entsprechender Medikamente (Antiemetika) wird das Erbrechen unterbunden. Und, wie beim Menschen auch, müssen zu starke Flüssigkeitsverluste mit Infusionen ausgeglichen werden. Ist der Brechreiz überwunden, darf der Vierbeiner wieder fressen – am besten leicht Verdauliches, wie beispielsweise gekochtes Huhn mit Reis.

So klappt es mit dem Trinken

Wenn Hunde nach starkem Erbrechen und Durchfall kein Wasser aufnehmen möchten, droht ein Austrocknen des Körpers. Eine selbst hergestellte Lösung mit Traubenzucker und Salz kann die Trinklust erhöhen und führt dem Tier notwendige Mineralien und Energie zu. Mischen Sie dazu 1 Liter Wasser mit 10 Teelöffeln Traubenzucker und 1 Teelöffel Salz. Noch unwiderstehlicher wird die Trinkflüssigkeit, wenn sie mit dem (salzfreien) Kochwasser z. B. von Hühnchenfleisch gemischt wird.

Unterschätzte Gefahr für Hunde: Schneckenkorn

Auch der heimische Garten birgt Gefahr in Form von kleinen bunten Kügelchen: Schneckenkorn. Viele Hobbygärtner benutzen das Mittel, um die gefräßigen Weichtiere aus ihren Beeten zu eliminieren. Es gibt verschiedene Wirksubstanzen, eine ist *Metaldehyd*, ein Nervengift, von dem bereits geringe Menge ausreichen, um einen Hund in ernsthafte Gefahr zu bringen.

Erste Symptome für eine Vergiftung mit dem süßlich schmeckenden Granulat sind erhöhter Speichelfluss, Erbrechen, Durchfall, Krämpfe, Koordinationsstörungen und Fieber. In Verdachtsfällen muss der Hund sofort zum Tierarzt. Nur innerhalb von 30 bis maximal 60 Minuten kann die Giffaufnahme im Körper durch den Tierarzt mit Hilfe von Brechmitteln, Magenspülungen und Abführmitteln verhindert werden. Dies auch deshalb so wichtig, weil es kein Gegenmittel gegen Metaldehyd gibt. Ist ein Tierarzt nicht so schnell erreichbar, muss

versucht werden, die Aufnahme des Giftes durch die Gabe von Aktivkohle zu verhindern – dann sofort den Hund in die Tierklinik bringen! Hundebesitzer sollten auf Schneckenkorn im Garten verzichten und stattdessen auf natürliche Bekämpfungsmethoden zurückgreifen.

Gefährlich guter Geschmack: Vergiftungen durch Frostschutzmittel

Weitere „Alltagschemikalien“ bedrohen unsere vierbeinigen Freunde: Frostschutzmittel für das Auto, die Ethylenglykol enthalten. Kleine Pfützen davon entstehen nicht selten beim Befüllen des Autokühlers oder durch beschädigte Kühler. Wegen seines süßen Geschmackes nehmen Hunde die Flüssigkeit gerne auf. Typische Symptome einer Frostschutzmittel-Vergiftung sind u. a. ein unsicherer Gang (Torkeln), das Tier wirkt zunächst aufgedreht, ehe es auf einmal sehr schläfrig wird. Oft zeigt sich Erbrechen und verstärkter Durst. Bei solchen Symptomen muss sofort ein Tierarzt aufgesucht werden.

Albtraum für Hundehalter: Giftköder

Meist werden sie verdeckt ausgelegt und doch werden sie manchmal von Hunden gefunden und gefressen: Giftköder gegen Ratten und Mäuse, die sogenannte Cumarin-Derivate enthalten. Diese Wirkstoffe blockieren die Abläufe der normalen Blutgerinnung. Auffälligstes Symptom einer Vergiftung mit Rattengift und Mäusegift sind daher Blutungen aus Maul (oder Blut in Erbrochenem), Nase, Genitalöffnung und After (Blut im Kot) oder Blutergüsse auf der Haut. Weitere mögliche Symptome sind Atemnot, blasse Schleimhäute und Lethargie. Wird sofort ein Tierarzt aufgesucht, bestehen durch eine Therapie mit Vitamin K-1 und Blutprodukten gute Überlebenschancen!

Vergiftungen vorbeugen

Senken Sie das Risiko für „hausgemachte“ Vergiftungen. Weintrauben, Rosinen, Macadamianüsse, Koffein, Süßstoff und Schokolade sind für Hunde giftig und dürfen daher nicht für die Tiere erreichbar sein oder gar angeboten werden. Auch vermeintlich harmlose Medikamente wie Aspirin, Paracetamol oder Teebaumöl wirken bei Hunden toxisch. Grundsätzlich sollte man sich mit „Fellnasen“ im Haushalt verhalten wie mit einem kleinen Kind: Medikamente, Putz- und Reinigungsmittel oder Gartenchemie müssen aus der Reichweite des Vierbeiners verbannt werden.

Bringen Sie Ihrem Hund bei, beim Spaziergehen kein „gefundenes Fressen“ aufzunehmen bzw. es auf Zuruf wieder fallen zu lassen. Das ist bei einigen Hunden sicherlich schwierig, aber mit Konsequenz doch erreichbar.

Bei Symptomen schnell handeln

Bei Verdacht auf eine Vergiftung so schnell wie möglich einen Tierarzt telefonisch kontaktieren und das Tier dann unverzüglich in die Praxis bringen! Wenn möglich, die Substanz, die das Tier aufgenommen hat oder Erbrochenes sichern und mit zum Tierarzt nehmen.

SERVICE

**Zu vielen Themen in dieser Ausgabe finden Sie
weitergehende Informationen auf unserer Homepage unter
www.dgk.de/Aktuelles**

Bildmaterial

Die abgebildeten Fotos stehen Ihnen zur kostenlosen Nutzung in Verbindung mit den Pressetexten und unter Nennung der Bildquelle zur Verfügung.

Die Fotos können per E-Mail angefordert werden unter: heike.stahlhut@dgk.de

Haben Sie Fragen?

Für Rückfragen steht Ihnen unsere Pressestelle täglich (außer Mittwoch) von 8.30 bis 13.30 Uhr zur Verfügung:

- ⇒ Unter der Telefonnummer (06421) 293-140
- ⇒ Per E-Mail unter heike.stahlhut@dgk.de