

Mensch und Tier : der positive Einfluss auf Körper, Geist und Gemüt : Zärtlichkeitsspender mit erwünschten Nebenwirkungen

Autor(en): **Weetering, Senta van de**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich**

Band (Jahr): - **(2003)**

Heft 4

PDF erstellt am: **20.06.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-819184>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Mensch und Tier: Der positive Einfluss auf Körper, Geist und Gemüt

Zärtlichkeitsspende mit erwünschten Nebenwirkungen

Unbestritten: Haustiere üben einen positiven Einfluss auf Menschen aus. Verschiedene Forscher haben die körperlichen wie seelischen Auswirkungen wissenschaftlich untersucht und nachgewiesen.

** von Senta van de Weetering*

Blutdruck, Puls und Cholesterinwerte scheinen positiv beeinflussbar durch die Gegenwart eines Haustieres. Die generell besseren Herz-Kreislauf-Werte, die Untersuchungen bei Tierhalterinnen und -haltern nachgewiesen haben, dürften vor allem auf die Hundefreunde zurückgehen, denn der tägliche Spaziergang mit Rex sorgt auch beim Herrchen für Bewegung. Bei leichten Erkrankungen wie zum Beispiel einer Grippe kommen Tierhalter und -halterinnen Studien zufolge mit weniger Medikamenten aus, und ältere Menschen, die mit einem Tier zusammenleben, suchen seltener Ärzte auf. Altersheime haben die Erfahrung gemacht, dass der Medikamentenverbrauch geringer ist, wenn sie das Halten von Tieren zulassen.

Bemerkenswerte Forschungsergebnisse

Genauso wichtig sind jedoch die Wirkungen, die Tiere auf die psychische Verfassung ihrer Halterinnen und Halter haben. Eine Studie, die unter der Leitung von Privatdozent Dr. Dennis C. Turner und Prof. Robert D. Martin entstand, verglich Katzenhalter mit Menschen, die früher mit einer Katze zusammenlebten, heute aber keine mehr haben. Die Forscher kamen zu bemerkenswerten Resultaten: Generell beschrieben die Tierhalterinnen und -halter sich selber deutlich weniger als «empfindlich», «inaktiv», «introvertiert». «Wer also Katzen liebt, sollte wenn immer möglich nicht ohne sie leben.» Zu diesem Schluss kommt die Studie. Auch auf das unmittelbare Befinden hat die soziale Interaktion mit der Katze positive Auswirkungen – vorausgesetzt, die Katze reagiert auf die Annäherung durch den Menschen.

Tiere helfen
gegen Einsamkeit.

Foto: Reto Schlatter



Tiere helfen bei Einsamkeit

Andere Studien ergaben, dass die Gegenwart eines Haustieres dazu beitragen kann, Stresssituationen leichter zu ertragen und, vor allem, sich anschliessend schneller zu erholen.

Einige Aspekte sind besonders für ältere Menschen wichtig: Die Anwesenheit eines Haustieres kann helfen, Einsamkeit und Isolationsgefühle zu verringern. Durch seine elementaren Bedürfnisse zwingt ein Kanarienvogel so gut wie ein Kaninchen immer wieder zur Konzentration auf die einfachen Dinge des Lebens, wie zum Beispiel den Futternapf. Das vermittelt das Gefühl, gebraucht zu werden, und stärkt so das Selbstwertgefühl. Darüber hinaus bringt ein Tier Rhythmus in den Tagesablauf, was sich für Seniorinnen und Senioren oft günstig auf die Vitalität auswirkt. Und zuletzt kann es für alle Menschen einfach Gold wert sein, dass Tiere einen immer mal wieder zum Lachen bringen.

** Senta van de Weetering ist freie Journalistin in Zürich.*

ANZEIGE

Dürfen wir Ihr Haus verkaufen?

Ihr Partner aus der Region

20 Jahre Erfahrung mit ausgewiesenem Fachpersonal im Notariats- und Treuhandwesen

ZIEGLER Immobilien AG, Thalwil
Telefon 01 722 61 61
heuberger@zieglerimmobilien.ch
www.zieglerimmobilien.ch

**ZIEGLER
Immobilien AG**