

# WISSENSWERTES RUND UM DEN HUND



## UNTERSTÜTZUNG MIT ÄTHERISCHEN ÖLEN BEI STRESS

„Stress“ bezeichnet eine körperliche sowie psychische Reaktion auf bestimmte äußerliche Reize. Gerät ein Hund in eine Situation, die er selbst nicht bewältigen kann, folgt in der Regel eine Stressreaktion. Der Körper des Hundes reagiert mit der Ausschüttung von Stresshormonen. Die dauerhafte Freisetzung von zu vielen Stresshormonen schwächt dabei das Immunsystem und kann unter anderem auch zu Magen-Darm-Problemen führen.

Mit der konditionierten Entspannung, möchten wir den Hund unterstützen, alleine den richtigen Weg zur Entspannung zu finden. Gerüche werden extrem schnell und gut mit Emotionen verknüpft. Die konditionierte Entspannung ersetzt allerdings kein Training mit einem kompetenten Hundetrainer.

**STRESSANZEICHEN**  
*beim Hund*








dauerhaftes bellen	angelegte Ohren
Gähnen, Zittern, Erstarren	kratzen, schlecken von Körperstellen
hohe Körperspannung	Stressgesicht
vermehrtes Hecheln, Speicheln uvm.	aufgestellte Rückenhaare, schuppiges Fell

## Was sind ätherische Öle?

Ätherische Öle gehören zu den sekundären Pflanzeninhaltsstoffen und sind chemisch sehr komplexe pflanzliche Duftstoffe, die in winzig kleinen Öldrüsen in Blüten und Blättern gespeichert werden. Sie gelangen z.B. über die Riechschleimhäute der Nase in den Organismus. Von dort, haben sie Einfluss auf Immun-, Nerven- und Hormonsystem.

## Wichtige Hinweise zu ätherischen Ölen

-  100% naturreines ätherisches Öl verwenden
-  Zu biologischer Ware greifen
-  Immer dunkel und lichtgeschützt aufbewahren
-  Außerhalb der Reichweite von Katzen lagern – können giftig für Katzen sein!
-  bitte nutze ätherische Öle nicht bei Schwangerschaft, Trächtigkeit, Epilepsie & bei laufender Chemotherapie (sowohl beim Mensch als auch beim Hund)

## So baust du die konditionierte Entspannung mit ätherischen Ölen auf

Immer dann, wenn dein Hund total entspannt ist oder schläft (z.B. abends wenn ihr auf der Couch liegt) machst du den Diffusor mit ein paar Tropfen ätherischem Öl an. Achtung: dein Hund sollte den Duft noch nicht kennen. Gebe deinem Hund immer die Möglichkeit den Raum zu verlassen. Du kannst auch **einen** Tropfen auf ein Tuch geben und in die Nähe des Körbchens positionieren. Wichtig: weniger ist hier mehr. Es reicht meist auch schon aus, mit dem Tuch eine Art Deckel über der geöffneten Flasche zu bilden und ca. 30 Sekunden zu warten. Auch wenn du den Duft auf dem Tuch nicht so stark wahrnimmst - die Nase deines Hundes ist viel sensibler. Achte darauf, dass dein Hund wirklich entspannt ist. Bevor die entspannende Situation vorbei ist, legst du das Tuch wieder weg. Du kannst das Tuch auch nachts in die Nähe des Körbchens legen.

Dies machst du am besten täglich über mehrere Wochen/Monate. Wenn dein Hund dann auf den Geruch „konditioniert“ ist, kannst du diesen auch in stressigen Situationen einsetzen. Hier basiert der Effekt darauf, dass der Hund durch den Duft die Reaktion „Entspannung“ abrufen kann. Dafür kannst du dann z.B. das Tuch mit dem Duft bei dir tragen und deinen Hund daran schnuppern lassen oder das Tuch in seine Nähe legen.




» **WICHTIG IST, DAS TUCH IMMER WIEDER „AUFZULADEN“**«

*Wenn du die konditionierte Entspannung immer wieder nutzt, ist es wichtig, das Tuch auch immer wieder „aufzuladen“ d.h. den Duft immer wieder auch in entspannenden Situationen anzuwenden.*

## Welche ätherischen Öle sind für die konditionierte Entspannung geeignet?

Zum Beispiel diese Öle (sofern dein Hund diese noch nicht kennt)

-  Lavendel fein
-  Ylang-Ylang

Wir nutzen gerne die Öle von primavera oder Doterra



*Tipp: Gebe nach dem „Aufladen“, das Tuch in einen luftdichten Behälter, damit der Duft nicht verfliegt und frische es ggf. nach ein 1-2 Wochen wieder auf. So ist das Tuch auch immer „aufgeräumt“ wenn es nicht verwendet wird.*

*Für eine umfangreiche Anamnese und auf deinen Hund abgestimmte Naturheilkundeberatung mit Kräutern, Vitalpilzen und Aromaölen, kannst du gerne einen Termin bei uns vereinbaren. <https://www.fitbuddys-augsburg.de/kontakt/>*

*Die zur Verfügung gestellten Informationen (Grafiken, Info-Texte usw.) dürfen nur mit unserer Einverständnis weitergegeben werden.*

