



Auf Facebook schreiben Expertinnen für unsere INSIDER-Community.  
Der erfolgreichste Beitrag bisher war der von Dagmar Fauster und widmete sich dieser Frage:

# „WIE VIELE STUNDEN SCHLAF BRAUCHT EIN HUND PRO TAG?“

*Das Schlafverhalten des Hundes  
unterscheidet sich sehr vom Schlaf des Menschen.  
Der Hund ist von seiner Abstammung her ein Tagdöser.*



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 fünf Phasen herauskristallisiert:

**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 Negativspirale 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.



**Dagmar Fauster**



Tierschutzqualifizierte Hundetrainerin

Staatlich geprüftes

Therapiebegleithunde-Einsatzteam

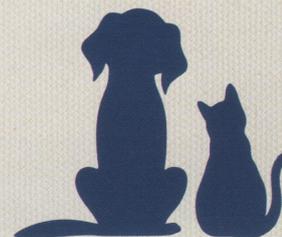
Ihr Herz schlägt für die artgerechte und hochwertige Ausbildung unseres Hundenachwuchses sowie für die Sozialisierung von Hunden untereinander.

Mit ihren eigenen Hunden arbeitet sie in der Tiergestützten Intervention und hält Seminare und Vorträge über das Thema „Biss-Prävention“.

**Kontakt**

dagmar.fauster@hundianer.at

www.hundianer.at



*Happy Dog & Happy Cat*