

«Wir machen den Pferden gedankenlos Stress»

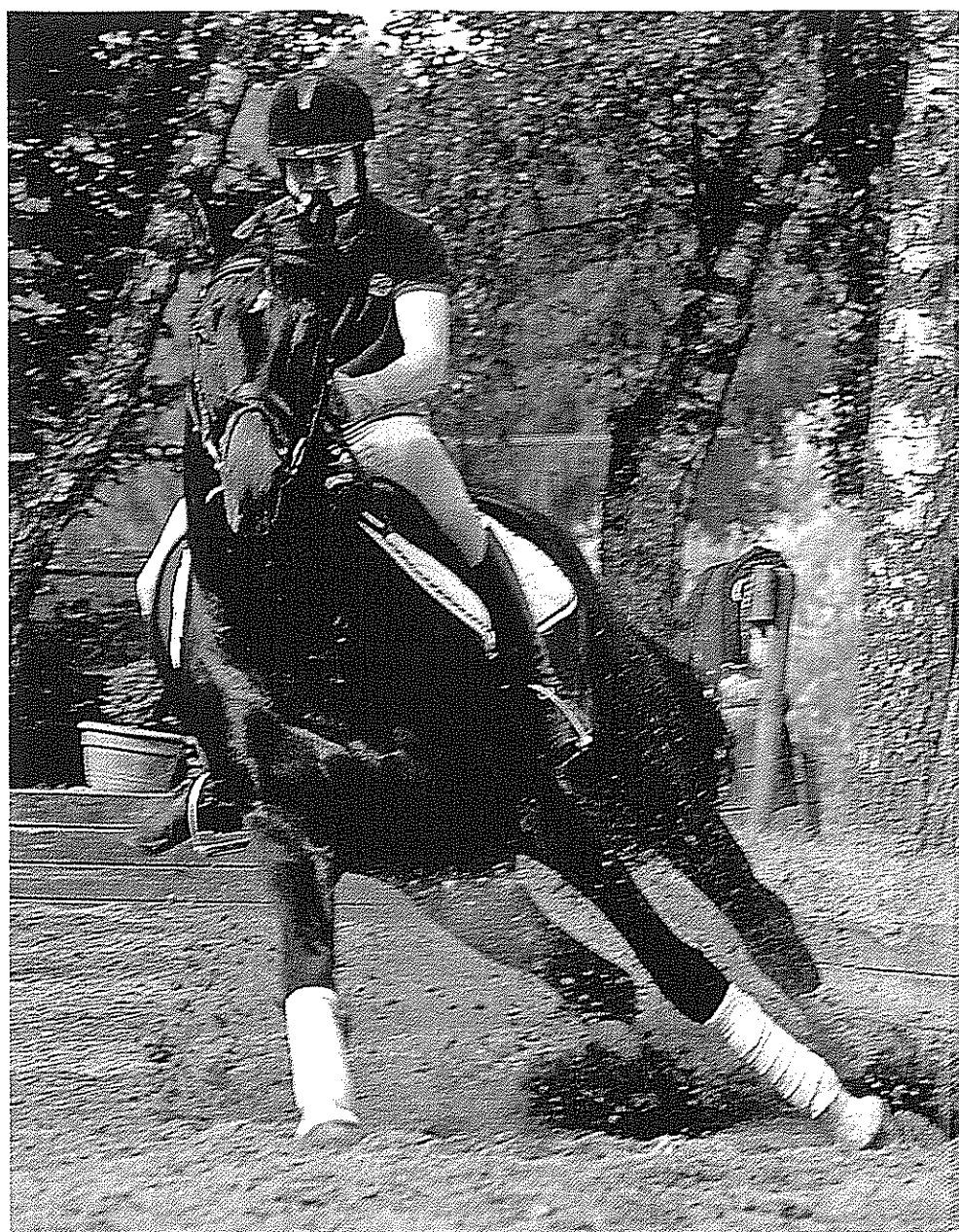
Dr. Dorothe Meyer über ihr Buch «Stress bei Pferden erkennen und behandeln»

Wir haben den Pferden den Stress genommen, ihr Futter suchen zu müssen. Dafür muten wir ihnen eine Menge anderen Stress zu. Warum das krank macht und was wir dagegen tun können, weiss Tierärztin und Autorin Dorothe Meyer.

Keine Sorge ums Futter, keine natürlichen Feinde – warum sollen unsere Pferde Stress haben?

Dr. Dorothe Meyer: Ein Leben ohne Löwen und ohne Hungerzeit während Dürreperioden ist zweifelsohne stressfreier. Und so, wie sich unsere menschlichen Umweltbedingungen in den letzten Jahrtausenden zugunsten einer relativen Sicherheit geändert haben, haben sich auch die Umweltbedingungen für unsere Hauspferde geändert. Uns Menschen belasten heute ganz andere Faktoren als zu den Zeiten unserer frühen Evolutionsgeschichte. Wir haben zwar keinen Stress mehr mit Raubtieren und können im Überangebot des Supermarktes unter dreihundert Nudelsorten auswählen. Dafür haben wir heute Stress in der Arbeit, erleben Mobbing, Stress beim Autofahren und so weiter.

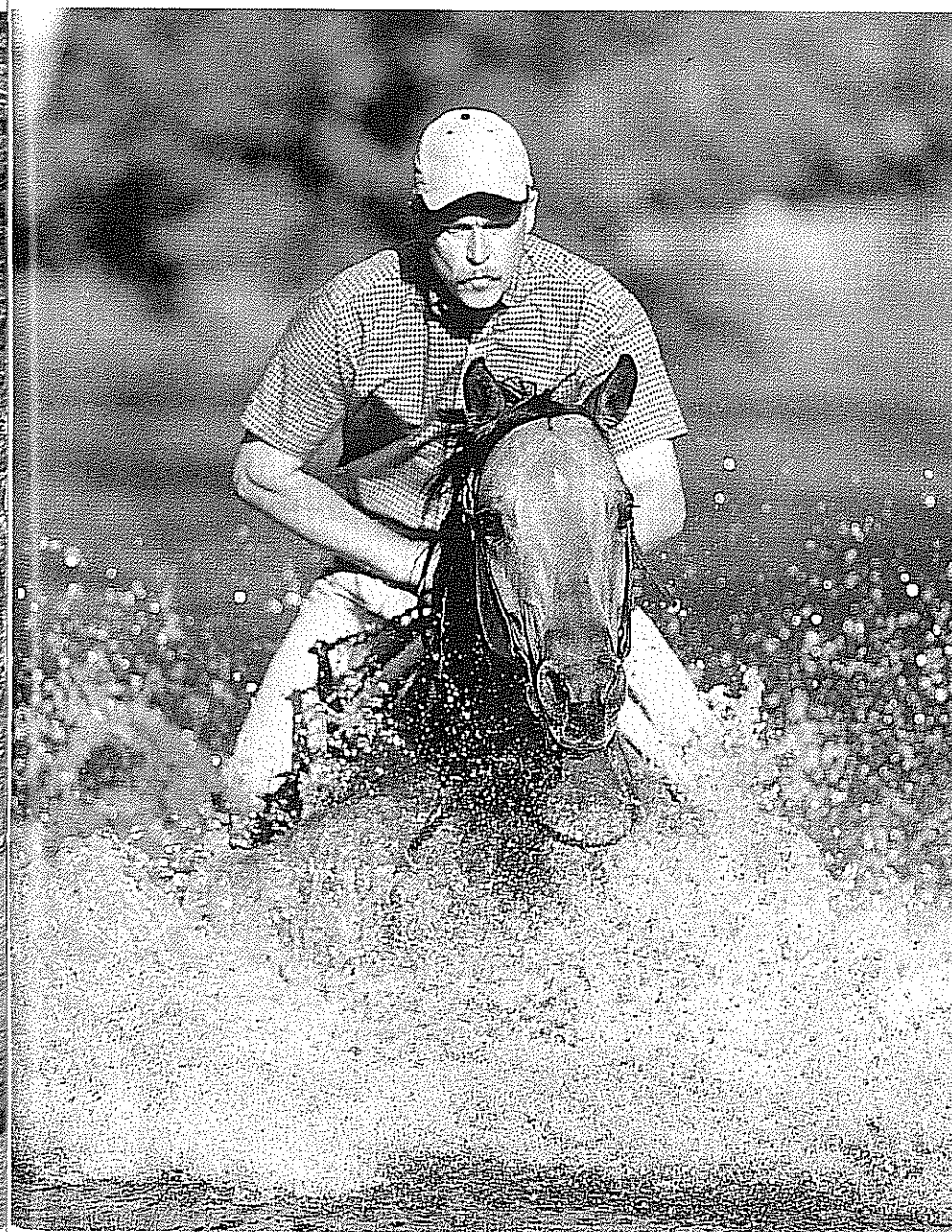
Mit dem Haustierdasein ist auch das Pferd in relativer Sicherheit. Es muss nicht mehr fürchten, einem Raubtier zum Opfer zu fallen, aber gleichzeitig wird sein gesamtes Lebensgefühl verän-



Schrecksituationen machen Stress. Fotos: Kosmos-Verlag

dert: Wir nehmen den Stuten ihre wenigen Monate alten Fohlen weg, wir sperren Pferde für viele Stunden in Boxen ein, und wenn sie auf die Koppel gehen dürfen, so oft aus Sicherheitsgründen ohne Begleitung von Artgenossen. Wir verladen sie in enge Transporter und erwarten, dass sie immer und überall ohne jeden Widerstand ihr Bestes geben. Und wenn irgendetwas nicht so läuft, wie wir es uns vorstellen, so bringen wir sie zur «Besserung» in eine für sie völlig fremde Umgebung, sei es zum «starken» Ausbilder, zum «Pferdeflüsterer» oder in eine Klinik, wo ihre körperlichen Gebrechen mit spitzen Nadeln, Chemikalien

oder Operationen behandelt werden – und wir lassen sie dort allein zurück. Wir Menschen ersparen den Pferden zwar den Raubtierstress, aber wir bereiten ihnen gleichzeitig oft völlig gedankenlos anderen Stress. Leider erkennen auch Menschen, die ihre Pferde von ganzem Herzen lieben und nur ihr Bestes wollen, Stressanzeichen oft sehr spät. Insbesondere bei den vielen freundlichen, gutwilligen Pferden, denjenigen, die uns immer nur gefallen wollen und sich nie widersetzen, ist dies der Fall. Oft wird Stress erst erkannt, wenn er ein Mass erreicht hat, an dem die Pferde einfach nicht mehr können. Allzu oft macht



Abwechslung und Vertrauen nehmen Stress.

erst das Auftreten psychischer Störungen wie Widersetzlichkeit, Depression, Stereotypien wie zum Beispiel Weben, Koppen oder Boxenlaufen, aber auch plötzliche Aggression auf Stress aufmerksam. Magengeschwüre können bei Mensch und Pferd körperliche Folge von Stress sein, und die Vielzahl an Allergien sollte uns im Zusammenhang mit Stress nachdenklich machen.

Was passiert im Körper des Pferdes, wenn es Stress hat?

In Angstsituationen genau dasselbe wie bei Ihnen: Herzschlag und Blutdruck erhöhen sich, die Durchblutung der Muskulatur wird gesteigert, Blutzucker- und Adrenalinspiegel gehen nach oben, die Hirnwellentätigkeit ändert sich, Gehör- und Sehvermögen werden schärfer, die Bronchien erweitern sich, kurzum: Im Körper werden alle Vorbereitungen für eine möglicherweise nötige Flucht getroffen. Und Erneuerungs- und Wachstumsprozesse werden umgekehrt gestoppt, denn für diese darf in Gefahr natürlich keine Energie geopfert werden.

Stressgeschehen umfasst verschiedene Phasen:

- Alarmphase (Konfrontation mit einer psychischen oder physischen Belastung)
- Widerstandsphase (der Körper reagiert auf den Stressfaktor mit Erhöhung seiner Widerstandsfähigkeit)
- Anpassungs- oder Erschöpfungsphase

In der Alarmphase reagiert das zentrale Nervensystem, also Gehirn und Rückenmark, auf den Stressauslöser mit einer Hormonausschüttung, die die Nebennieren zur Produktion von Cortisol anregt, die körpereigene Variante des aus der Medikation bekannten und nicht zu Unrecht gefürchteten Cortisons. Und das vegetative Nervensystem, Sympathikus und Parasympathikus, reagiert auf den Stressfaktor ebenfalls mit Hormonausschüttung von Adrenalin und Noradrenalin. Durch diese hormonell gesteuerten Systeme kommt es zu den typischen körperlichen Stresserscheinungen der Widerstandsphase wie etwa die beim kurzzeitigen Stress typische Erhöhung von Herzfrequenz, Blutdruck und Blutzuckerspiegel, vermehrte Durchblutung der Muskulatur und der Lunge, Erweiterung der Bronchien, Steigerung des Gehör- und Sehvermögens, Absenkung der Schmerzempfindlichkeit. Kurzum: Alles ist bereit zur Flucht. Im kurzzeitigen Stress ist das vegetative Nervensystem

tem vorherrschend, die Wirkung der Adrenalinausschüttung aus dem Sympathikus wird relativ schnell durch die Ausschüttung von Noradrenalin aus dem Parasympathikus wieder neutralisiert. Die Stressreaktion des zentralen Nervensystems führt zu Körperreaktionen, die sich nicht so schnell wieder normalisieren wie die des vegetativen Nervensystems: Die Ausschüttung des Nebennierenrindenhormons Cortisol verändert den Stoffwechsel. Dies führt zu einer längerfristigen Erhöhung des Blutzuckerspiegels, zur Mobilisation von Körperfett und damit Blutfetten, zum Abbau von Körpereisweiß, Freisetzung von Kalzium und Einsparung von Natrium.

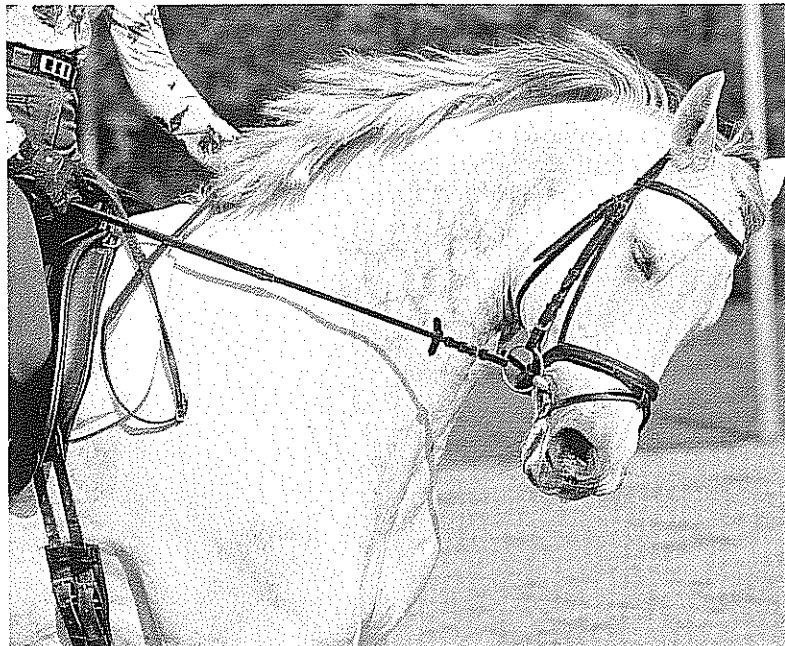
Stress kann krank machen, das wissen wir alle aus eigener Erfahrung. Deshalb haben Mary Ann Simonds und ich ein Buch darüber geschrieben. So können Reiter die körperlichen Reaktionen der Pferde auf Stress analysieren und den Stress-Situationen entgegenwirken.

Was sind die Folgen von Dauerstress? Das Pferd reagiert ähnlich wie der Mensch auf Dauerstress, etwa körperlich mit Magengeschwüren. Die Häufigkeit des Auftretens von Magengeschwüren

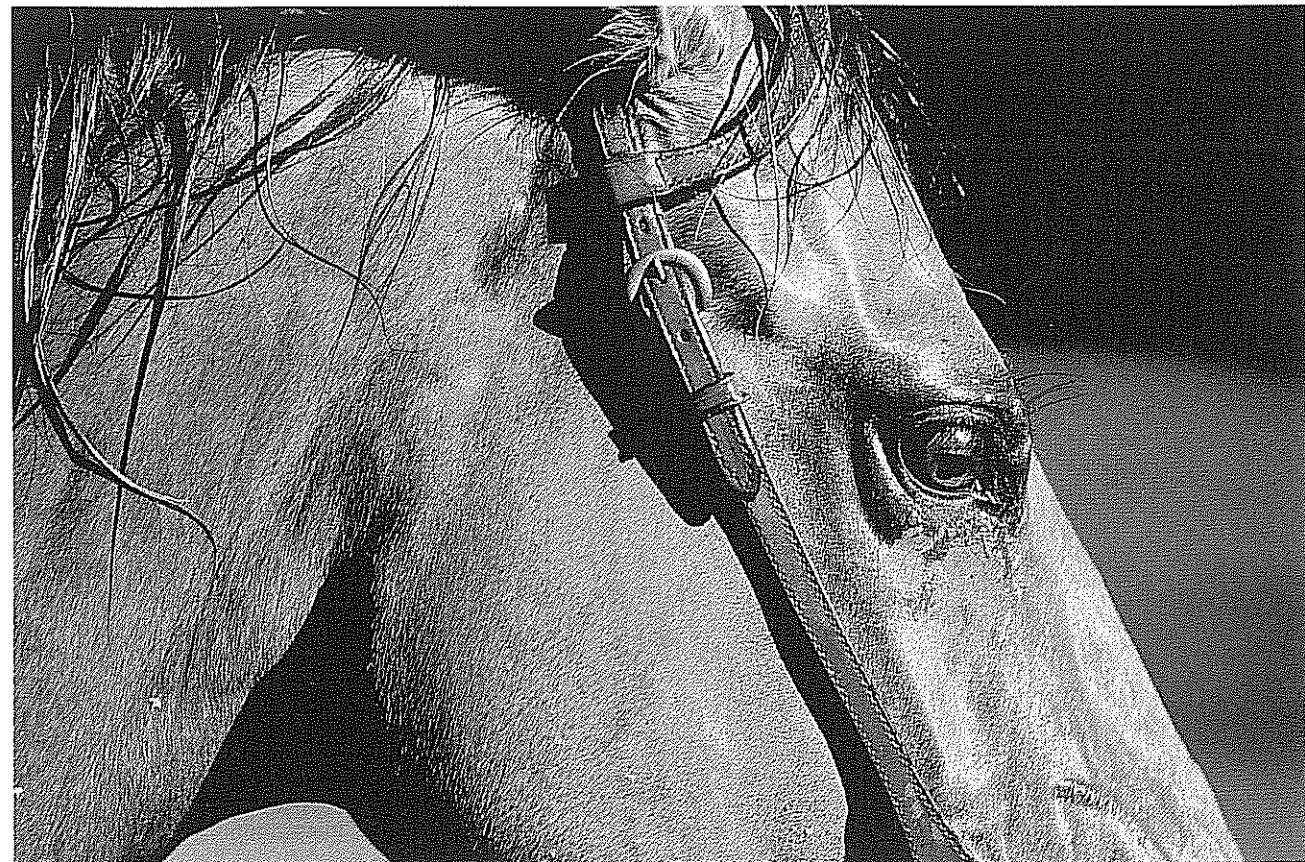
beim Pferd ist erschreckend, wobei mit Sicherheit nicht alle Magengeschwüre Folgen von Stress sind, denn die kontinuierliche Magensaftproduktion beim Pferd lässt bei mehrstündigen Fresspausen die Gefahr von Magengeschwüren drastisch

ansteigen. Fest steht: Im Dauerstress ändert der Gesamtstoffwechsel sein Programm von aufbauend zu abbauend, er geht an seine Reserven. Wachstum wird ebenso wie die Fortpflanzung und das gesamte Abwehrsystem gegenüber Infektio-

Stress kommt mit körperlichen Schmerzen und psychischer Erniedrigung. Foto: Kosmos-Verlag



Stress wandelt sich zum Positiven, wenn Pferde neugierig spielen wollen. Foto: Kosmos-Verlag



Auge und Schweiss verraten viel über den Stress-Pegel. Die Gesichtsnerven sind angespannt. Foto: Kosmos-Verlag



Stress vor dem Start zeigt sich bei jedem Galopper anders. Foto: C. Höchstetter



Angst vor Männern? Nicht dieser Araber. Foto: C. Höchstetter

Bücher zu gewinnen!

PEGASUS verlost exklusiv für seine Leser fünf Mal das Buch «Stress bei Pferden erkennen und behandeln», gestiftet vom Kosmos Verlag aus Stuttgart. Um an der Verlosung teilzunehmen, müssen Sie nur eine Postkarte mit dem Stichwort «Stress» bis zum 15. September 2007 einsenden an die Redaktion PEGASUS, Paul Parey Zeitschriftenverlag GmbH & Co.KG, Erich-Kästner-Str. 2, D-56379 Singhofen. Das Buch mit der ISBN 978-3-440-10850-5 ist auch im Buchhandel für 24,90 Euro oder übers Internet (www.kosmos.de) erhältlich.



schüttung verheerend. Dauerstress führt körperlich zu sehr ernstesten Erkrankungen, wie unheilbaren Stoffwechselerkrankungen, Immunschwäche, Allergien, Knochenschäden, und Dauerstress führt zu psychischen Schäden und zu Schäden am Hippocampus, einem Gehirnteil. Verbunden damit sind Einschränkungen der Lernfähigkeit, Schwierigkeiten bei der Verarbeitung von Erinnerungen, Wahrnehmungs- und Konzentrationsstörungen, Änderungen des Sozialverhaltens. Ein dank langanhaltendem Dauerstress vorgeschädigtes Pferd zeigt auch oft ein Verhalten, das notgedrungen für den Menschen zum Problem wird, wie Panikattacken, Durchgehen oder Abschalten.

Hat Stress auch seine positiven Seiten? Aber ja doch! Ohne Stress hätten wir keine Pferde mehr und auch wir könnten uns nicht mehr unterhalten! Ohne Stress wären nämlich die Pferde und wir

Menschen schon längst ausgestorben. Stress war nicht nur in der Entwicklungsgeschichte unserer Vorfahren überlebensnotwendig, er hilft uns und unseren Pferden auch heute dabei, uns an unsere Umgebung anzupassen: Wenn Sie völlig stressfrei über eine verkehrsreiche Strasse oder eine Autobahn schlendern würden, brauchten Sie sehr grosses Glück. Ohne Hunger, also Stress würden wir verhungern, ohne Durst würde nicht getrunken.

Stress ist keineswegs nur negativ! Und es gibt auch regelrecht positiven Stress. Erinnern Sie sich an das Herzklopfen und die Schmetterlinge im Bauch, als Sie so richtig verliebt waren und das Telefon klingelte, oder Sie beim Rendezvous eintrafen?

Im Prinzip gibt es körperlich keine Unterschiede zwischen positivem und negativem Stress, dennoch ist positiver Stress für alle Lebewesen etwas Wunderbares! Und hat nicht jeder von uns Pferdeleuten das Gefühl gehabt, sein Pferd habe einen aufregenden Ausritt, einen frischen Galopp, einen Turnierausflug besonders genossen? Pferde sind neugierig, sie spielen gerne, kurzum: sie nehmen in der Regel jede Gelegenheit wahr, um positiven Stress zu haben!

Meistens sind auch die Stressanzeigen zum Verwechseln ähnlich, das macht es manchen Menschen schwer, bei ihrem Pferd Freude oder negativen Stress voneinander zu unterscheiden: Ein Pferd kann vor Panik den Schweif hochklappen und Spanntritte zeigen, es kann aber auch vor lauter Spass und Lebensfreude mit hochgestelltem Schweif über die Weide passagieren. Beides sieht auf den ersten Blick sehr ähnlich aus.

Welche Rolle spielt der Stress beim Reiter? Eine riesige! Pferde sind keine Denker und Philosophen, Pferde fühlen. Reiter sollten in Anwesenheit ihres Pferdes auf ihre Gefühle und Gedanken achten, ihre Pferde könnten ihnen nämlich zuhören, das meint auch Mary Ann. Und wer als Reiter hat nicht schon selbst erlebt, dass die alte Weisheit «Wirf dein Herz übers Hindernis und springe ihm nach!» durchaus stimmt. Oder welcher Dressurreiter hat seine übelsten Befürchtungen zum Misslingen einer Lektion durch die tatsächliche Ausführung nicht schon noch weit übertroffen erlebt? Oder umgekehrt spürt, wie die eigene Vorstellung von einer perfekt ausgeführten Übung genau diese perfekte Ausführung gelingen lässt? Hat der Reiter

Stress, so kann er das möglicherweise vor einem Menschen verbergen, vor seinem Pferd mit Sicherheit nicht! Und mitunter kommt es – je nach Qualität der Beziehung zwischen Mensch und Pferd – zu sehr rührenden Reaktionen in der Form, dass das Pferd den Reiter «beruhigt» oder für den Reiter kämpft. Nur wir Reiter sollten wissen, dass unser eigener Stress in der Regel das Pferd belastet, wir es mit unserem Stress sozusagen «anstecken», und insofern sollten wir versuchen, mit unserem eigenen Stress vernünftig umzugehen, Strategien dagegen zu entwickeln und Ruhe und Gelassenheit zu überbringen.

Was können wir gegen Stress bei unseren Pferden tun?

Es hört sich vielleicht etwas banal an, aber die wirksamste Methode gegen Stress ist zweifelsohne seine Vermeidung! Massive Einschränkung der natürlichen Bedürfnisse des Herdentiers Pferd an Sozialkontakt, an Raufutter, an Licht, an Bewegung und so weiter bedeutet Stress.

Das Absetzen eines Fohlens kann zum traumatischen Erlebnis werden oder so stressfrei gestaltet werden, dass Mutter

und Kind problemlos getrennt werden können. Anreiten kann für ein junges Pferd zum Schockerlebnis ausarten oder als Unternehmung gestaltet werden, die es für sehr unterhaltsam und nur zu seinem Vergnügen ausgedacht erlebt. Die natürlichen Grundbedürfnisse unserer Pferde, wie beispielsweise Dauer der Nahrungsaufnahme oder Sozialkontakt, sind für alle Pferde gültige Eckpunkte der Stressvermeidung.

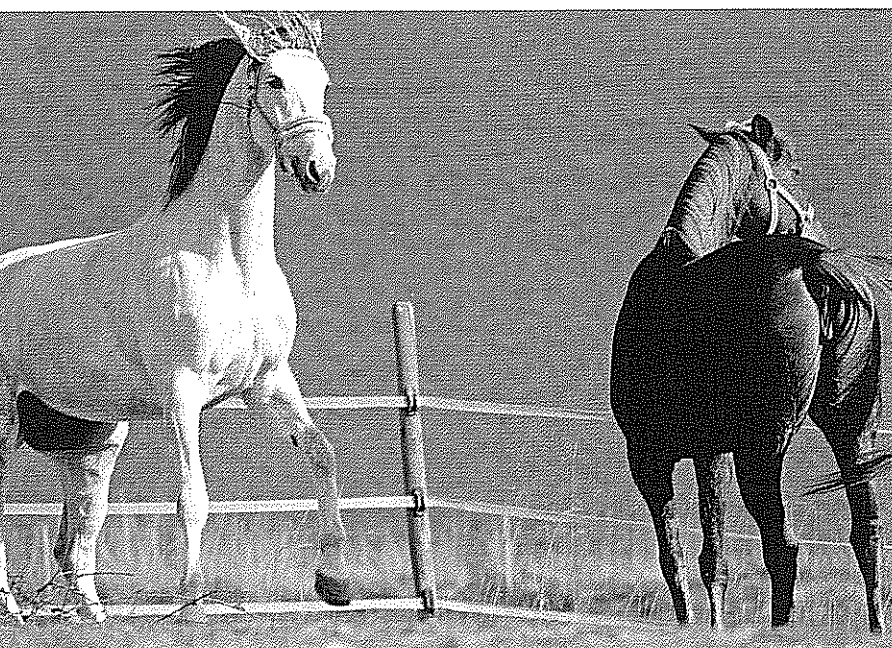
Darüber hinaus ist jedes Pferd ein Individuum mit einzigartigem Temperament, Lernverhalten, Sensibilität, Kooperationsbereitschaft usw. Der Mensch kann zur Stressvermeidung einen grossen Beitrag leisten, indem er sich die Mühe macht, diese Persönlichkeit kennenzulernen. Sieht mein Pferd gut? Hört es gut? Wie ist sein Geruchssinn? Einschränkungen der Sinnesorgane bedeuten Stress.

Und wir können als Menschen positive Assoziationen wecken. Pferde haben gerne Freunde, was hindert uns daran, mit unserem Pferd Freundschaft zu schliessen? Meist nur unser Wissen darum, wie Pferde Freunde werden. Das hat wenig mit Dominanz und ganz viel mit Vertrauen zu tun.



Freunde: Die richtige Gruppensamenstellung macht Frieden (links).

Feinde: Streiten Pferde dauernd, ist das Stress (unten).



Über die Autorinnen

Aufgewachsen in Kalifornien, ritt **Mary Ann Simonds** selbst jahrelang erfolgreich bis in allerhöchste Klassen Springen und trainierte ausserdem Dressur-, Vielseitigkeits- und Rennpferde. Die Wildbiologin und Verhaltensforscherin ist neben ihrer Lehrtätigkeit an Universitäten auch beratend für Regierungen und andere Organisationen, etwa für das BML (Bureau of Landmanagement), tätig. Seit über 25 Jahren arbeitet sie als Wissenschaftlerin, Lehrerin und Beraterin. Im Forschungsbereich Stressmanagement bei Tieren sowie Beeinflussung von Tieren durch den Menschen (Wildtiere wie Haustiere) leistete sie international anerkannte Pionierarbeit. Aufgrund ihrer Kompetenz und langjähriger Forschungstätigkeit an Wildpferden (Mustangs) und in Wildpferde-Ökologie wurde sie vom amerikanischen Innenminister als Beraterin für das US Wild Horse + Burro Advisory Board ernannt. Ihre Erkenntnisse aus jahrzehntelanger Forschungsarbeit an Wildpferden hat Mary Ann Simonds auf Hauspferde ausgeweitet und arbeitet heute mit der US Dressage Federation sowie vielen internationalen Sportreitern weltweit zusammen und hatte zu dieser Thematik ihre eigene 22-teilige Fernsehserie im amerikanischen Fernsehen.

Dr. Dorothe Meyer, promovierte Tierärztin, reitet ebenfalls von Kindesbeinen an. Sie war im Vielseitigkeits- und Dressursattel erfolgreich und trainierte mit grossem Enthusiasmus Rennpferde. Nach dem Studium war sie zunächst als Tierärztin tätig und zeitgleich als externer Berater für die Industrie in Sachen Fütterung. Sie erhielt mehrere Patente für von ihr entwickelte Rezepturen. Seit über zwanzig Jahren betreibt sie mit ihrem Mann eine Firma im Bereich der Tierernährung und berät sowohl Olympiareiter als auch Freizeitreiter in Sachen Fütterung, Training und Gesunderhaltung ihrer Pferde. Beide Autorinnen verbindet über die Begeisterung am Pferd eine intensive Freundschaft. Die Idee zu dem Buch «Stress bei Pferden erkennen und behandeln» kam den beiden beim gemeinsamen Abendessen nach dem Besuch einer Pferdemesse mit vielen die beiden gleichermaßen belastenden Eindrücken.