



Übergewicht & Idealgewicht

Warum Übergewicht für Ihr Tier gefährlich ist, wie Sie es erkennen – und wie wir gemeinsam abnehmen.

Wie viele Tiere sind übergewichtig?

In Deutschland sind etwa **die Hälfte aller Hunde und rund 40 % aller Katzen** übergewichtig – Tendenz steigend. Viele Halter unterschätzen das Gewicht ihres Tieres, weil „der ist halt so gemütlich“.

Warum ist Übergewicht gefährlich?

- **Gelenke:** Jedes Kilogramm zu viel beschleunigt Arthrose, besonders an Hüfte und Knie
- **Herz und Kreislauf:** höherer Blutdruck, frühere Herzschwäche
- **Zuckerkrankheit (Diabetes):** bei Katzen etwa vierfach erhöhtes Risiko
- **Atmung:** Kurzatmigkeit, höheres Narkoserisiko
- **Lebenserwartung:** stark übergewichtige Hunde leben im Schnitt etwa 2 Jahre kürzer
- Hautentzündungen in Hautfalten, Inkontinenz, Lebererkrankungen

Body Condition Score (BCS) – so beurteilen wir das Gewicht

Statt nur auf die Waage zu schauen, beurteilen wir Tiere in 9 Stufen (1 = sehr mager, 9 = stark übergewichtig). **Ideal: BCS 4-5.**

BCS	Bewertung	Sicht- und Tastbefund
1-3	untergewichtig	Rippen, Wirbel und Hüftknochen deutlich sichtbar
4-5	ideal	Rippen tastbar, aber nicht sichtbar; Taille von oben klar erkennbar; Bauchlinie steigt an
6-7	übergewichtig	Rippen schwer tastbar, Taille kaum erkennbar, Bauchlinie gerade
8-9	stark übergewichtig	Rippen nicht tastbar, Fettpolster über Hüfte und Rücken, hängender Bauch

Selbsttest in 30 Sekunden

- ✓ **Rippen-Test:** Können Sie die Rippen ohne Druck tasten – wie die Knöchel Ihres Handrückens? → ideal
- ✓ **Tailen-Test (von oben):** Sehen Sie eine Einbuchtung hinter dem Rippenbogen? → ideal
- ✓ **Bauchlinie (von der Seite):** Steigt der Bauch zum Becken hin an? → ideal
- ✓ Fallen 2 der 3 Tests negativ aus: bitte Termin zur Gewichtsberatung vereinbaren

Abnehmen – so klappt es

Schritt 1: Ausgangslage bestimmen

- Gewicht und BCS in der Praxis bestimmen lassen
- Realistisches Zielgewicht festlegen – meist 80–85 % des jetzigen Gewichts
- Bei plötzlicher Zunahme: Blutuntersuchung (z. B. Schilddrüse, Diabetes, Cushing)

Schritt 2: Futtermenge anpassen

- Tagesration genau abwiegen – nicht „nach Augenmaß“
- Energiezufuhr um 20–40 % senken – je nach Plan
- **Spezielles Diätfutter** – mehr Volumen bei weniger Kalorien; wir beraten Sie, welches passt, und Sie erhalten es bei uns in der Praxis
- 2–3 Mahlzeiten am Tag statt einer großen
- Leckerlis: **höchstens 10 % der Tagesration** – und von der Hauptration abziehen!

Schritt 3: Bewegung steigern

- **Hund:** Spaziergänge schrittweise verlängern, Schwimmen ist ideal (gelenkschonend)
- **Katze:** mehrmals täglich spielen (z. B. mit der Federangel), Futter an mehreren Stellen oder im Futterspielzeug verteilen
- **Bei Arthrose:** nur kurze, häufige Einheiten – keine Überlastung

Schritt 4: Fortschritt kontrollieren

- Alle 2 Wochen wiegen – möglichst bei uns in der Praxis (immer dieselbe Waage)
- Realistisches Ziel: **1–2 % des Körpergewichts pro Woche**
- Kein Fortschritt über 3 Wochen: Plan anpassen – wir helfen

Häufige Stolperfallen: Familienmitglieder, die heimlich Leckerlis geben · Tischreste · kalorienreiche Kausnacks · Hunde, die fremde Näpfe leeren. Holen Sie alle in der Familie mit ins Boot!

Wann Sie nicht abwarten sollten

- ✓ Plötzliche, starke Gewichtsabnahme von mehr als 10 % ohne Diät
- ✓ Auffällig viel Trinken und häufiges Wasserlassen – möglicher Hinweis auf Diabetes
- ✓ Atemnot oder schnelle Erschöpfung
- ✓ Neue Knoten oder Schwellungen am Körper

Praxis: **036967 713 95** oder **036967 702 10** · außerhalb der Sprechzeiten: Tierärztlicher Notruf Thüringen
0361 644 788 08

Wir begleiten Sie: Gewichtskontrolle, Futterplan und regelmäßige Wiegetermine – unsere Fachberaterin für Tierernährung hilft Ihnen gern. Termin: **036967 713 95** oder **036967 702 10**