

# Fette und Öle



Geeignete Sorten und Bedarf

Hunde brauchen Fett - viel Fett. Hunde holen ihre Energie nicht aus Kohlehydraten, sondern aus Fett. Fett wird in der Leber gespeichert und kann dort als Energie abgerufen werden. Der Blutzuckerspiegel wird weniger von der Bauchspeicheldrüse reguliert, sondern von der Leber. Das erklärt, warum auch ein Wolf, der mehrere Tage gefastet hat, immer noch erfolgreich jagen kann.

Rein logisch wäre tierisches Fett für den Hund ideal. Allerdings haben wir schon erwähnt, dass im Fett die meisten Giftstoffe gelagert werden. Ich persönlich bin sehr sparsam damit, tierisches Fett zu füttern, insbesondere wenn man Fleisch von Tieren aus der Massentierhaltung bezieht und das sind nun mal 90% der Fleischproduktion.

Zum tierischen Fett gehört auch Fisch- oder Lachsöl. Unsere Meere sind überfischt, zahlreiche Arten stehen kurz vor dem Aussterben. Unsere Meere sind mit Schwermetallen belastet, vor allem Quecksilber, Cadmium, Blei, Dioxine (Chlor und Kohlenwasserstoff Verbindung), PCB (Kunststoff), TBT (zinnorganische Verbindungen), DDT (Insektizid). Der Pazifik ist zudem noch stark radioaktiv verseucht, Fukushima belastet nach wie vor das Meer. Fische stehen am Ende der Nahrungskette im Meer und reichern sich am meisten mit den Schadstoffen an. Fische und deren Produkte gehören, wenn man es genau nimmt, zu Sondermüll. Das Risiko, dass man belastete Fische oder Fischöle bekommt, ist ungeheuer gross. Auch aus ökologischen Gründen ist es sinnvoll, auf Fisch zu verzichten. Insbesondere Lachsöl aus Zuchtfarmen ist unbedingt zu vermeiden.

## Mikroalgenöl



Eine Alternative – wenn man unbedingt ein Meeresprodukt nehmen möchte – ist Mikroalgenöl, das reich an den Omega-3 Fettsäuren DHA und EPA ist. Algen sind in der Regel weniger belastet, wobei auch diese kontrolliert sein und ohne Hitzebildung hergestellt werden sollten.

Die pflanzlichen Öle sind bedeutend sauberer und damit auch gesünder für Mensch und Hund. Die Qualität sollte unbedingt kalt gepresst und BIO sein. Erhitzte Öle sind für Mensch und Tier gesundheitsschädigend.

Für den Hund werden in vielen Büchern und auf Internetseiten die unterschiedlichsten Öle empfohlen. Die meisten sind für den Hund ungeeignet, er hat entweder keinen Nutzen davon oder sie schaden. Insbesondere sind es die Öle mit einem hohen Omega-6 Wert, da der Hund durch die Versorgung mit Fleisch bereits genügend dieser Fettsäuren erhält. Ein Übermass an Omega-6-Fettsäuren blockiert die Umwandlung der Omega-3-Fettsäuren in die entzündungshemmende Fettsäure EPA. Omega-3 und Omega-6 müssen ausgewogen sein und deshalb ist die Zufuhr von Ölen mit überwiegend Omega-6-Fettsäuren kontraproduktiv.

Die optimalsten Öle für den Hund – und auch als Fettlieferanten sehr gut geeignet - sind diese:

**Kokosöl**  
**Leinöl**  
**Hanföl**  
**Leindotteröl**

Es gibt noch weitere sehr nützliche Öle, die aber nur in kleinen Mengen verwendet werden sollten, wie:

**Schwarzkümmelöl**  
**Chiaöl**  
**Borretschöl**  
**Nachtkerzenöl**  
**Arganöl**  
**Brennnesselöl**

Öle und Fette mit ungünstigem Fettsäuren-Verhältnis und demnach nicht zu empfehlen, sind die folgenden: Walnussöl (wenig Vitamin E), Weizenkeimöl, Sojaöl, Avocadoöl, Olivenöl, Sesamöl, Mandelöl, Maiskeimöl, Mohnöl, Kürbiskernöl, Sonnenblumenöl, Traubenkernöl, Distelöl, Margarine.

**Rapsöl**

Rapsöl wird ja sehr als ein extrem gesundes Öl angepriesen, das ist aber meiner Meinung nach masslos übertrieben. Es gibt einige, viel gesündere Öle, die auch für den Menschen zu bevorzugen sind. Es hat ein ähnliches Verhältnis der Fettsäuren wie Hanföl, aber: «Eine Studie aus dem Jahr 2017 weist darauf hin, dass sich Rapsöl negativ auf die Gedächtnisleistung auswirken könnte. In einem Tierversuch sank die Gedächtnisleistung von Mäusen unter einer Rapsöl-Diät signifikant.

Im Gehirn der Tiere fanden die Forscher außerdem eine erhöhte Zahl an Peptiden, welche im Verdacht stehen, die Entstehung von Alzheimer zu fördern.»

Zudem soll es den Epstein-Barr-Virus «füttern».

Butter, Sahne etc.

Wenn Produkte aus Milch, dann unbedingt unpasteurisierte, allerdings haben sie gegenüber den pflanzlichen Ölen absolut keine Vorteile.

## Kokosöl



Kokosöl enthält gesättigte Fettsäuren, diese sind jedoch von anderer Natur wie die gesättigten Fettsäuren aus Tierfetten. Es enthält mittelkettige Fettsäuren, statt langkettigen Fettsäuren und viel Laurinsäure und wenig Palmitinsäure. Laurinsäure aus dem Kokosöl wirkt als natürliches Antibiotikum, antimikrobiell, antibakteriell und antifungal. Palmitinsäure, die unter anderem in Schweinefett vorkommt, erhöht den Cholesterinspiegel und das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und kann Diabetes begünstigen. Die im Kokosöl enthaltenen Fettsäuren sind sehr gesund und lassen sich nicht mit tierischen Fettsäuren vergleichen.

Es ist sehr leicht verdaulich, reguliert den Blutfettspiegel und führt nie zu Übergewicht, was nicht heisst, dass man es nicht bei mageren Hunden einsetzen kann. Kokosöl ist eines dieser Lebensmittel, die ausgleichend wirken. Es sättigt auch sehr gut und hilft bei ewig hungrigen Hunden und auch bei Kotfressern. Es wirkt gegen Viren, Bakterien, Pilze, Chlamydien etc.

Es hat eine sehr vorteilhafte Wirkung auf das Herz, die Blutgefäße und auf den Cholesterinspiegel. Es wirkt positiv bei Alzheimer und auch bei Krebs.

Kokosöl hat eine wurmtreibende Wirkung und hilft bei regelmässiger Gabe zuverlässig in der Vorbeugung gegen Würmer als auch bei der Bekämpfung von Wurmbefall. Im Gegensatz zu chemischen Wurmkuren schadet es der Darmflora nicht und bringt auch sonst den Organismus nicht durcheinander. Selbst bei Giardien und Bandwürmer hilft es als Ergänzung, den Darm wieder zu stabilisieren.

## Leinöl

Leinöl ist mehr als nur ein Lebensmittel, es ist eines der besten pflanzlichen Quellen von Omega-3-Fettsäuren. Es wirkt positiv auf das Herz-Kreislauf-System, auf das Gehirn (z.B. bei Verhaltensproblemen, Konzentrationsschwierigkeiten oder Depression) und fördert die innere Ausgeglichenheit. Es senkt das Cholesterin und verbessert die Blutfettwerte. Es kann bei Diabetes, schlechten Nierenwerten, Blutdruckabweichungen, Krebs und zur Verbesserung des Immunsystems eingesetzt werden.



## Hanföl



Hanföl hat das optimale Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren-Verhältnis. Hanföl stärkt das Immunsystem, sorgt für die Regulierung von Entzündungsprozessen (auch chronischen) und den Hormonen, für optimale Gehirn- und Nervenfunktionen sowie zur Reparatur und Regeneration aller Zellen im Körper.

## Leindotteröl

Leindotter ist eine alte Kulturpflanze, die in Vergessenheit geraten ist. Sie wächst einfach und überall, ist im Anbau sehr anspruchslos. Leindotteröl enthält auch mehr Omega-3- als Omega-6-Fettsäuren wie das Leinöl und noch dazu Omega-9-Fettsäuren. Es fördert die Hormonproduktion, den Muskelaufbau, den Zellstoffwechsel, die Gesundheit von Haut und Haaren, die Versorgung des Bewegungsapparates mit Schmierstoffen, den Aufbau des Immunsystems und den Schutz vor Infektionskrankheiten. Ein wahres Juwel bei den pflanzlichen Ölen!



Welches Öl oder welche Kombination Sie für Ihren Hund anwenden sollen, liegt individuell am Hund selbst. Nicht jeder Hund verträgt jedes Öl, da muss man manchmal einfach ausprobieren. Ausser dem Leinöl sind aber bei keinem dieser Öle allergische Reaktionen bekannt.

Ich empfehle als Basis auf jeden Fall Kokosöl und als Ergänzung oder Abwechslung eines der anderen Öle. Sehr günstig ist es auch, wenn man das eine oder andere Öl kurweise verabreicht.

Die empfohlenen Zusätze sind hier erhältlich: [www.MeinHundShop.ch](http://www.MeinHundShop.ch)