

Freizeit im Sattel

mein  
Pferd

# Mein Pferd

5 • Mai 2020 • www.mein-pferd.de

THEMA  
DES MONATS

## MASTERSON METHODE

- LÖSEN VON MUSKULÄREN PROBLEMEN
- ERLANGEN VON PSYCHISCHER ENTSPANNUNG
- SELBST BEHANDELN DURCH EINFACHE HANDGRIFFE

## HAUTPROBLEME & ALLERGIEN

Schnell erkennen und bestmöglich behandeln

## Tempokontrolle

Schnecke oder Flitzer? Mit unseren Tipps gelingt das optimale Grundtempo

## DRAUSSEN SEIN

Wie hoch der Einfluss von Licht auf unsere Pferde ist

# Unterschätzte Gangart

- WIE WICHTIG DER SCHRITT FÜR DIE GYMNASSTIZIERUNG UNSERER PFERDE IST
- MIT DEM RICHTIGEN TRAINING ERFOLGREICHER REITEN

DEUTSCHLAND 4,90 €  
 ÖSTERREICH 5,50 €  
 SCHWEIZ 7,80 SFR  
 BELGIEN 5,80 €  
 LUXEMBURG 5,80 €  
 ITALIEN 6,50 €  
 SPANIEN 6,00 €





**Tipps to go**

Unsere Tipps können Sie gratis auf Ihr Handy laden: Einfach diesen QR-Code scannen und Datei speichern!



Im Herdenverband bleibt immer mindestens ein Pferd stehen und passt auf, während die anderen Tiere sich ausruhen. Pferde schlafen in drei Positionen: im Stehen, im Liegen in der Brustposition oder in der Seitenlage







# SCHLAFEN

Sie kennen es sicherlich von sich selbst: Wenn Sie ein paar schlaflose Nächte hinter sich haben, sinkt Ihre Leistungsbereitschaft drastisch. Ähnlich sieht es bei Pferden aus – auch bei ihnen **spielt ausreichend Schlaf eine wichtige Rolle für die Gesundheit, das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit.**

Dabei schlafen Pferde meist nicht länger als 20 Minuten am Stück, dafür allerdings häufiger am Tag, sodass sie durchschnittlich auf etwa fünf Stunden Schlaf täglich kommen. **Pferdeverhaltenstherapeutin Alexandra Edinge** ([www.edinge-pvt.de](http://www.edinge-pvt.de)) beschäftigt sich mit dem Schlafverhalten von Pferden

Interview: Nicole Audrit

## WIE SCHLAFEN PFERDE?

Pferde ruhen in drei verschiedenen Schlafpositionen: im Stehen, in der Brustlage und der Seitenlage. Im Stehen (1) sind die Muskeln des Pferdes entspannt, die Hinterbeine werden im Wechsel entlastet, und die Augen sind meist halb geschlossen. In der Brustlage (2) sind die Beine des Pferdes angewinkelt, der Kopf wird getragen, und das Pferd kann bei Gefahr schnell aufstehen. In der Seitenlage (3) liegt das Pferd flach auf der Seite, und die Beine sind meist ausgestreckt. Zudem unterscheidet man drei Schlafphasen: das Dösen, die Leichtschlafphase und die Tiefschlafphase. Im Tiefschlaf kommen die Pferde – ähnlich wie die Menschen – in die REM-Phase („REM“ steht für „Rapid Eye Movement“, die charakteristische Augenbewegung in der Schlafphase): Diese Tatsache lässt vermuten, dass Pferde ebenfalls eine Art von Träumen haben. Die Leicht- und die Tiefschlafphase kommen sowohl im Liegen als auch im Stehen vor. Lediglich die REM-Phase findet ausschließlich in der Seitenlage statt und ist elementar wichtig für die Gesundheit des Pferdes.

## PFERDE KÖNNEN – ANDERS ALS MENSCHEN – AUCH IM STEHEN SCHLAFEN. WARUM FALLEN SIE NICHT UM?

Pferde können auch im Stehen dösen und schlafen und fallen trotz entspannter Muskulatur nicht um. Dies ist einer besonderen Konstruktion in der Hinterhand zu verdanken, der sogenannten „Spannsägenkonstruktion“: Dabei schiebt sich die Kniescheibe auf den Rollkamm des Oberschenkelbeins, gleichzeitig sorgen die Sehnen für den benötigten Halt, und das Stehen ohne Kraftaufwand wird ermöglicht. Durch die „Spannsägenkonstruktion“ kann das Pferd sogar das andere Hinterbein entlasten.

## HABEN PFERDE EINEN ÄHNLICHEN SCHLAFRHYTHMUS WIE MENSCHEN?

Pferde besitzen ebenfalls einen Schlafrhythmus, allerdings unterscheidet sich dieser stark von unserem. Würde sich das

Fluchttier Pferd nachts in freier Wildbahn mehrere Stunden am Stück zum Schlafen hinlegen, wäre dies für es lebensgefährlich. Stattdessen haben Pferde einen mehrphasigen Schlafrhythmus: Sie haben mehrere, kurze Ruhephasen über den Tag und die Nacht verteilt. Dies liegt in der Charakteristik des Fluchttieres begründet: Durch die kurzen Schlafphasen ist die Fluchtbereitschaft des Pferdes jederzeit gewährleistet.

Ein Pferd schläft durchschnittlich fünf Stunden am Tag, davon verbringt es etwa 70 bis 80 Prozent im Stehen. Im Mittel dauert eine Ruhephase etwa 20 Minuten. Durch Beobachtungen konnte man feststellen, dass Pferde ihre eigenen Gewohnheiten entwickeln und viele Tiere meist eine Ruhephase im Liegen in der Mittagszeit und in der Nacht zwischen 0.00 und 3.00 Uhr abhalten.

## ÄNDERT SICH DAS SCHLAFVERHALTEN MIT DEM ALTER?

Das Alter hat bei Pferden – ähnlich wie beim Menschen – einen großen Einfluss auf das Schlafverhalten: Zum einen schlafen Fohlen – ähnlich menschlichen Babys – deutlich mehr als erwachsene oder ältere Pferde. Zum anderen verbringen Fohlen und Jungpferde einen größeren Anteil – bis zu 80 Prozent – der Ruhezeit im Liegen. Das Schlafverhalten von älteren Pferden ändert sich schleichend: Die Liegezeiten werden zunehmend kürzer und sind teilweise mit fortschreitendem Alter nicht mehr vorhanden. Die Ursache hierfür liegt häufig in körperlichen Begebenheiten: Ältere Tiere haben häufig Schmerzen beim Aufstehen und fühlen sich unsicher, schnell auf die Beine zu kommen – zum Selbstschutz legen sie sich daher seltener bis gar nicht mehr hin.

Kommt es durch eine schmerzhaftes Erkrankung, fehlende Ruhemöglichkeiten oder sonstige Ursachen zu Schlafmangel, so hat dies negative Auswirkungen auf das Wohlbefinden, die Gesundheit und die Leistungsfähigkeit des Pferdes. Dabei wird REM-Schlafmangel häufig mit Narkolepsie verwechselt. Die Narkolepsie ist jedoch eine neurologische Erkrankung des Gehirns, während dem REM-Schlafmangel keine neurologische Erkrankung zugrunde liegt.

## Haben auch Sie eine Frage, die Ihnen unter den Nägeln brennt?

Dann schicken Sie uns einen Brief oder eine E-Mail mit Ihrer Frage an:

**Redaktion Mein Pferd, Schanzenstraße 36, Gebäude 31a, 51063 Köln**

**E-Mail: [redaktion@mein-pferd.de](mailto:redaktion@mein-pferd.de). Mehr Infos: [www.mein-pferd.de](http://www.mein-pferd.de)**

Alle bisherigen und künftigen Fragen finden Sie in der Leiste auf der rechten Seite.

Außerdem können Sie die bisherigen Artikel auf unserer Homepage ([www.mein-pferd.de](http://www.mein-pferd.de)) nachlesen.