

Mensch und Tier – ziemlich beste Freunde, nicht nur zu Weihnachten

Wenn draußen die Winterkälte herrscht, sorgt das Schnurren einer Katze oder das Kuschneln mit dem Hund für innere Wärme. Hunde und Katzen sind nicht nur treue Begleiter im Alltag, sondern schenken gerade in der grauen Jahreszeit und auch an den Feiertagen besondere Momente der Freude und des Trostes. Positive Effekte auf körperliche und mentale Gesundheit sind vielfach belegt.

Gesundheitliche Vorteile für den Menschen

Studien zeigen: Streicheln senkt Stress und Herzfrequenz. Das Spielen mit Hund oder Katze und Spaziergänge mit dem Hund bringen Bewegung und Struktur in die Feiertage. Das Zusammensein mit Tieren fördert die Ausschüttung von Oxytocin – dem Hormon der Verbundenheit, das Gefühle von Nähe auslöst und Stress und Ängste abbaut.

Gemeinsam statt einsam

Gerade für ältere Menschen oder Alleinlebende sind Haustiere in der grauen Jahreszeit und auch zu Weihnachten ein wertvoller sozialer Anker. Sie schenken Routine, Gesellschaft und das Gefühl, gebraucht zu werden. Katzen und Hunde mit ihrem ruhigen Verhalten und aktiven Aufforderung nach Aufmerksamkeit tragen dazu bei, dass die Feiertage nicht von Einsamkeit, sondern von Wärme geprägt sind.

Bürohunde begleiten ihren Menschen auch im Alltag und tragen nachweislich zur Verringerung von Stress und Verbesserung des Arbeitsklimas bei. Therapie- und Besuchshunde sowie Tiere in Krisenteams zeigen, dass die positiven Wirkungen weit über den privaten Kontakt hinausgehen.

Verantwortung für das Tier

Eine gute Beziehung funktioniert jedoch nur, wenn beide Seiten davon profitieren. Die Fürsorge für das Tier ist elementarer Teil dieser besonderen Beziehung. Hunde und Katzen brauchen nicht nur Futter, Auslauf und einen Rückzugsort, sondern auch

Sicherheit, Zuwendung und geistige Anregung. Auch die tierärztliche Betreuung und Vorsorge gehören dazu. Studien zeigen die hohe Verantwortung des Menschen für sein Tier. Die überwiegende Mehrheit der Halter räumt der Gesundheit ihres Haustieres einen hohen Stellenwert ein. Sie finden, dass die Gesundheit des Tieres mindestens ebenso wichtig ist wie die eigene. Mehr als 85 Prozent sagen, sie würden alle notwendigen Kosten für die tierärztliche Versorgung übernehmen – klare Zeichen dafür, dass Haustiere als vollwertige Familienmitglieder gesehen werden.

Ein Band, das bereichert

Ob beim Spaziergang durch verschneite Straßen, beim gemeinsamen Spiel oder beim ruhigen Abend vor dem Weihnachtsbaum: Die Beziehung zwischen Mensch und Tier ist ein Geschenk, das Gesundheit, Lebensfreude und Wohlbefinden auf beiden Seiten stärkt. Wer Zeit, Verständnis und Achtsamkeit gibt, wird mit einer tiefen Freundschaft belohnt – einer Verbindung, die nicht nur zu Weihnachten spürbar wird.

391 Wörter

Stand 15.12.2025

Bundesverband für Tiergesundheit e.V.

Dr. Sabine Schüller, Koblenzer Str. 121-123, 53177 Bonn,

Tel. 0228 / 31 82 96, E-Mail bft@bft-online.de, www.bft-online.de