

# Frust-Fresser

Wenn Katzen zu dick werden, ist nicht immer nur die Ernährung schuld. Auch psychische Probleme können am Ursprung des Übergewichts sein – oder aber eine Folge davon. VON GABRIELE MÜLLER

Nicht nur Menschen – auch Katzen können Stress mit Essen kompensieren. Zu diesem Schluss kommt die österreichische Tierärztin Sabine Schroll. Die Verhaltensmedizinerin ist überzeugt, dass Übergewicht bei Katzen beispielsweise das Symptom einer Angststörung sein kann: «Bei Stress und einem grossen und wohlschmeckenden Futterangebot, was tun Katzen da? Sie fressen.» Sie habe in ihrer Praxis in

Krems beispielsweise Geschwisterkatzen erlebt, von denen die eine ängstlich und schlank, die andere entspannt, aber übergewichtig sei: «Die übergewichtige Katze hat eine Bewältigungsstrategie gefunden. Diese funktioniert zwar oberflächlich – die Katze scheint entspannt – verursacht aber dauerhaft Schaden.»

Mangelnde Beschäftigung ist laut Schroll ein weiterer Grund für Übergewicht. Wobei das Problem nicht einfach darin liegt, dass

sich die Katze zu wenig bewegt – also zu wenig Kalorien verbrennt – und dabei zu viel frisst. Vielmehr spielt die Psyche auch hier eine entscheidende Rolle: «Langeweile und überschüssige Energie sind eine gute Mischung, um frustriert zu sein. Es gibt Katzen, die ihre Raubtiernatur mit Übergewicht und einer chronischen Depression überdecken.» Ein Zustand, den Steve Dale ziemlich drastisch mit «brain dead fat cat» (hirntote fette Katze) umschreibt.

## Psychisch beeinträchtigt

Der amerikanische Journalist und Verhaltensberater äussert sich in seinen Beiträgen darüber, dass viele Katzen heute im Haus gehalten werden und damit weniger Gefahren ausgesetzt sind. Gleichzeitig klagt er an, dass zu viele Katzen übergewichtig und als Folge davon nicht nur körperlich, sondern auch seelisch beeinträchtigt sind: «Viele Katzen sind so dick, dass sie sich nicht einmal mehr richtig pflegen können. Und wenn Katzen nicht mehr können, wozu sie geboren sind, können sie tatsächlich depressiv werden», sagt Steve Dale.

Um sich wieder besser zu fühlen und gleichzeitig abzuspecken, wäre für die Katzen ein natürlicherer

Lebensstil nötig – mit viel Jagen und Rennen – und vielen kleinen Mahlzeiten über den Tag verteilt. Gleichzeitig fällt einer übergewichtigen Katze aber jede Bewegung schwer. Es ist ein Teufelskreis.

Um diesem entfliehen zu können, müssen sich die Katzenhalter erst einmal eingestehen, dass ihr Büsi zu dick ist. «Viele Halter unterschätzen das Problem», glaubt die Tierärztin Silke Hieronymus aus Hombrechtikon ZH. Sie höre immer wieder das Argument, dass das betreffende Tier einfach sehr gross und kräftig sei. «Wobei die Expertin für Tierernährung und Ernährungsschäden sehr wohl genau beziffern kann, wie schwer eine Katze sein sollte. So liegt das Idealgewicht einer Kätzin bei 3,4 Kilogramm, das eines Katers bei 4,3 Kilogramm.»

## Keine Experimente

Wiegt eine Katze deutlich mehr, empfiehlt Hieronymus den betroffenen Katzenhaltern, sich von einem spezialisierten Tierarzt mit Schwerpunkt Tierernährung beraten zu lassen. Auf eigene Faust Diätexperimente durchzuführen, sei gefährlich. Und auch von einer Radikaldiät rät die Expertin eindringlich ab. Nebst Mangelerscheinungen drohe die Gefahr, dass es bei der hungernden Katze zu einer gefährlichen Leberverfettung komme, weil der Fettstoffwechsel der Leber aus dem Gleichgewicht geraten ist.

Dem Futter etwas Wasser zusetzen, um eine schnellere mechanische Sättigung zu erreichen, kann laut Hieronymus aber hilfreich sein. Ein Sättigungsgefühl kann demnach auch

erzeugt werden, wenn man dem Futter ein halbes bis ein Gramm Zellosepulver pro Kilogramm Körpergewicht beimischt. Es liefert keine verwertbare Energie, wirkt aber gleichzeitig als Ballaststoff. Insgesamt ist Abnehmen aber bei der Katze wie auch beim Menschen ein Langzeitprogramm. Als ideal gilt ein Gewichtsverlust von ein bis zwei Prozent des Körpergewichts pro Woche.

## Nicht einfach den Napf füllen

Teil der Nahrungsumstellung mit dem Ziel einer schlankeren, aber eben auch zufriedeneren Katze, ist das sogenannte «Environmental Enrichment» – bei dem die Umgebung angereichert, also spannend und anregend gestaltet wird. Dazu gehört unter anderem ein anderes Fütterungsmanagement mit vielen kleinen Portionen – die sich die Katzen mit Anstrengung von Kopf und Körper erarbeiten müssen. Eingesetzt werden können beispielsweise sogenannte Fummelbretter, bei denen die Katze mit der richtigen Strategie Futter herausbekommt.

Wie viel eine Katze fressen darf, um eine ideale Figur und damit auch ein ausgeglichenes Temperament zu haben, ist für die Halterin oder den Halter nicht leicht zu ermitteln. Die meisten verlassen sich auf Fütterungsempfehlungen der Hersteller. Ausserdem kommt es immer auf Alter, Lebensumstände und den individuellen Bedarf des jeweiligen Tieres an. «Grundsätzlich gilt, dass eine Katze 50 Kilokalorien pro Kilo Körpermasse zu sich nehmen sollte», sagt Tierärztin Hieronymus. Unlängst hätten aber als Wert noch 55 Kilokalorien gegolten – und nicht alle Futterhersteller hätten ihre Empfehlungen bereits angepasst.



Viel zu schwer und unzufrieden:  
Viele Katzenhalter unterschätzen das Problem.