

Inhalt

Einleitung	10
Ich finde meinen potenziellen Champion	12
2.1. Meine Überlegungen zur Rasse	12
2.2. Wo finde ich meinen ganz speziellen Hund?	14
2.3. Inzucht / Linienzucht	18
2.4. Die sind ja alle so süß! – Welcher soll es aber nun sein?	20
Wie Ihr Zwerg zum gesunden Sportler wird	25
3.1. Kindergarten	32
3.2. Er hat Hunger! – Fütterung im Baby- und Juniorenalter	33
3.3. Reichlich mit Talent beschenkt	37
3.4. Empfehlungen zur Aktivität des Welpen und Junghundes	38
Der Sportler wird trainiert	40
4.1. Belastungsarten	40
4.2. Trainingsvarianten und -möglichkeiten	45
4.2.1. Schnellkraft	45
4.2.2. Kraftausdauer	47
4.2.3. Ausdauer	48
4.2.4. Koordination	51
4.2.5. Beweglichkeit	58
4.3. Wild drauflos – oder doch mit Trainingsplan?	61
4.3.1. Untertraining	61
4.3.2. Übertraining	62
4.3.3. Training nach dem Prinzip der Überlagerung (Superposition)	63
4.3.4. Training nach dem Prinzip der genügenden Erholungsphase	63
4.4. Ein Sportler wärmt sich auf und läuft aus	64
4.4.1. Aufwärmen / Warm Up	64
4.4.2. Abwärmen / Cool Down	67
Der Sportler wird ernährt	68
5.1. Grundlagen	68
5.1.1. Zu den einzelnen Inhaltsstoffen	71
5.2. Sportlerernährung: Worauf es ankommt	73
Die Karriere läuft	75
6.1. Wettkämpfe und Stress – wir behalten die Nerven	76
6.2. Regeneration	80
6.3. Rückschläge	82
Der Sportler verletzt sich	86
7.1. Typische Sportverletzungen	86
7.2. Die häufigsten Erkrankungen am Bewegungsapparat	88
7.2.1. Hüftgelenksdysplasie (HD)	88
7.2.2. Ellbogengelenksdysplasie (ED)	94
7.2.3. Kreuzbandriss	98
7.2.4. Patellaluxation	102
7.2.5. OCD – Osteochondrosis dissecans	104
7.2.6. Bandscheibenvorfall	106
7.2.7. Cauda equina-Syndrom	110

7.3. Untersuchung und Akuthilfe zuhause / unterwegs	112
7.3.1. Hautwunden	112
7.3.2. Zerrungen / Dehnungen / Stauchungen	113
7.4. Reha zuhause	116
7.5. Reha in der Praxis / Physiotherapie	118
7.5.1. Manualtherapie	119
7.5.2. Physikalische Methoden	120
7.5.3. Bewegungstherapie	128
7.5. Notfallapotheke für den Sport- und Diensthund	134
Weitere Leiden	136
8.1. Die Wasserrute	136
8.2. Hitzschlag	139
8.3. Erfrierungen	140
8.4. »Sonderfall« Labrador Retriever	140
Spezielle Betätigungen	
Ihres Hundes – worauf Sie achten sollten	142
9.1. Nasenarbeit (inkl. Fährtenhund und Mantrailing)	142
9.2. Der Drogenspürhund	148
9.3. Der Sprengstoffspürhund	149
9.4. Agility	150
9.5. Windhunderennsport	154
9.6. Rettungshunde, Trümmersuchhunde, Lawinensuchhunde	156
9.7. Schutzhunde	158
9.8. Jagdhunde	160
9.9. Hütehunde	161
9.10. Schlittenhunde	162
9.11. Wasserrettungshunde	164
9.12. Brandbeschleunigersuchhunde / Brandmittelspürhunde	165
Der Sportler wird älter	166
10.1. Alterungsprozess	166
10.2. Erkrankungen im Alter	170
10.2.1. Bewegungsapparat / Arthrose	170
10.2.2. Herz/Kreislauf	174
10.2.3. Niere	174
10.2.4. Leber	175
10.2.5. Magen-Darmtrakt	175
10.2.6. Sinnesorgane	176
10.3 Geri-turnen (Geriatrieturnen)	178
10.4. Der wohlverdiente Ruhestand	179
10.5. Doping	179
10.6. Komplementärmedizin	183
Anhang	185
11.1. Die Autorin	185
11.2. Danksagung	186
11.3. Weiterführende Literatur / Quellenangaben	187
11.4. Bildnachweis	188
Index	189