

Ballaststoffe für Hunde: Diese 5 Quellen hat jeder Zuhause

Von Vetura und [Dr. Ilse Ertl](#) • Zuletzt aktualisiert: 15. Mai 2025



Dr. Ilse Ertl

Dieser Beitrag wurde in Zusammenarbeit mit der Tierärztin Dr. Ilse Ertl erstellt. Sie besitzt seit 20 Jahren eine eigene Kleintierpraxis in der Nähe von München und gibt ihr Wissen gerne an interessierte Hundebesitzer weiter.

Beitrag teilen:    

Ballaststoffe spielen eine essenzielle Rolle für die Gesundheit deines Hundes und können die Verdauung, den Darm sowie das allgemeine Wohlbefinden unterstützen. Ganz gleich, ob du deinen Hund BARFst, auf sein Gewicht achtest oder ihm bei Verdauungsproblemen helfen möchtest – Ballaststoffe sind eine wertvolle Ergänzung. Welche ballaststoffreichen Lebensmittel du wahrscheinlich bereits in der Küche hast und welche Vorteile sie bieten, erfährst du hier.

Inhaltsverzeichnis ▾

Du willst den Artikel später lesen?

 Artikel als PDF herunterladen

Das Wichtigste in Kürze

1 Wirkung

Ballaststoffe sind wichtig für eine normale Verdauung bei Hunden.

2 Quellen

Mit einfachen Hausmitteln wie Haferflocken, Karotten, Bananen oder Flohsamen kann der Bedarf gedeckt werden.

3 Einfache Lösung

Mit Futterergänzung gelingt die Dosierung am besten.

Warum Ballaststoffe für Hunde wichtig sind

Ballaststoffe sind die schwer bis unverdaulichen Stoffe in der Nahrung. Man unterscheidet zwischen fermentierbaren (löslichen) und unfermentierbaren (unlöslichen) Ballaststoffen. Sie unterstützen nicht nur die Verdauung, sondern tragen auch zur Regulation des Blutzuckers und einer gesunden Darmflora bei. Vor allem bei einer natürlichen Ernährung wie BARF (Biologisch Artgerechte Rohfütterung) wird empfohlen, den Ballaststoffbedarf deines Hundes im Blick zu behalten, um eine ausgewogene Verdauung zu gewährleisten. Auch für Hunde, die Gewicht reduzieren sollen, ist eine ausreichende Ballaststoffzufuhr entscheidend.

Lösliche Ballaststoffe

Lösliche Ballaststoffe (auch *Präbiotika* genannt) können von den Darmbakterien im Dickdarm fermentiert werden. Dabei entstehen kurzkettige Fettsäuren wie Buttersäure, Essigsäure und Propionsäure. Diese Stoffe haben zahlreiche positive Effekte:

- Sie schaffen ein leicht saures Milieu (pH-Wert 5,5–6,5), das die gesunde Darmflora unterstützt und schädliche Keime hemmt.

- Butyrat (das Salz der Buttersäure) dient als Hauptenergiequelle für die Darmzellen und fördert deren Regeneration sowie die Produktion von schützendem Schleim.
- Fermentierbare Ballaststoffe stimulieren die Produktion antimikrobieller Substanzen und stärken die Darmbarriere.
- Darüber hinaus wirken sie immunmodulierend und unterstützen die Leberfunktion, indem sie die Aktivität von Entgiftungsenzymen steigern.

Natürliche Quellen für fermentierbare Ballaststoffe sind unter anderem **Pektin** (z.B. aus Karotten), **Inulin** (z.B. aus Topinambur oder Zichorie), **Beta-Glukane** (z.B. aus Bierhefe), **Akazienfaser**, **FOS** (Fructo-Oligosaccharide) und **MOS** (Mannan-Oligosaccharide).

Unlösliche Ballaststoffe

Unlösliche Ballaststoffe wie Zellulose, Lignin und bestimmte Hemizellulosen können nicht fermentiert werden. Sie haben dennoch wichtige Funktionen:

- Sie erhöhen das Stuhlvolumen, fördern die Peristaltik (Darmbewegung) und beschleunigen die Darmpassage.
- Ein hoher Anteil dieser Ballaststoffe unterstützt eine bessere Kotkonsistenz, da sie große Mengen Wasser binden können.
- Flohsamenschalen beispielsweise können mehr als das 40-fache ihres Eigengewichts an Wasser aufnehmen und helfen, Giftstoffe im Darm zu binden, die dann mit dem Stuhl ausgeschieden werden.
- Patienten mit chronischem Dickdarmdurchfall profitieren oft von einer erhöhten Zufuhr unlöslicher Ballaststoffe.

Weitere Vorteile von Ballaststoffen

- Sie sorgen für eine hohe Sättigungswirkung trotz geringer Energiedichte.
- Sie verzögern die Magenentleerung und führen zu einer langsameren Blutzuckerantwort, was Übergewicht vorbeugen kann.
- Die verstärkte Dehnung der Magenwand durch Ballaststoffe steigert die Ausschüttung von Sättigungshormonen.

💡 Ballaststoffe sind in der Hundeernährung unverzichtbar. Sie fördern die natürliche Darmbewegung und versorgen die nützlichen Darmbakterien, die wiederum entscheidend für die Gesundheit der Darmschleimhaut sind.

5 Ballaststoffreiche Lebensmittel für Hunde im Überblick

Hier sind fünf ballaststoffreiche Quellen, die für deinen Hund gesund sind und die du wahrscheinlich bereits zuhause hast:

1

Haferflocken – Die Allround-Ballaststoffquelle

Haferflocken sind eine leicht verdauliche Ballaststoffquelle, die sich perfekt für die Hundeernährung eignet. Sie sind reich an löslichen Ballaststoffen, die den Darm unterstützen und das Sättigungsgefühl fördern.

Vorteile für Hunde:

- Fördert die Verdauung: Die löslichen Ballaststoffe machen den Stuhl weicher und unterstützen den Darm bei der natürlichen Reinigung.
- Gut verträglich: Für Hunde mit empfindlichem Magen oder Verdauungsbeschwerden sind Haferflocken ideal.

Anwendung: Die Haferflocken einweichen oder kurz aufkochen und etwa ein bis zwei Esslöffel unter das Futter mischen. Das Einweichen hilft, die Ballaststoffe besser aufzunehmen und schont den Magen.

2

Karotten – Ballaststoffreiches Gemüse

Karotten sind nicht nur eine hervorragende Ballaststoffquelle, sondern auch voller Vitamine und Mineralstoffe. Sie können sowohl als Rohkost oder gegart gegeben werden und eignen sich besonders gut zur Unterstützung einer ausgewogenen BARF-Ernährung.

Vorteile für Hunde:

- Unterstützung der Darmgesundheit: Die enthaltenen Ballaststoffe und Präbiotika fördern eine gesunde Darmflora.
- Kalorienarme Sättigung: Karotten sind ein gesunder, kalorienarmer Snack, der das Sättigungsgefühl verbessert.

Anwendung: Geriebene Karotten oder Moro'sche Möhrensuppe (gekochte Karotten) sind besonders gut geeignet. Etwa ein bis zwei Esslöffel Karottenbrei können unter das Futter gemischt werden.

3

Banane – Sättigende Ballaststoffe und Vitamine

Bananen enthalten Ballaststoffe und Pektin, das besonders gut für die Verdauung ist. Auch als Zwischenmahlzeit sind Bananen beliebt, da sie sättigen und reich an natürlichen Nährstoffen sind. Bananen wirken leicht stopfend und sind daher ideal bei leichtem Durchfall.

Vorteile für Hunde:

- Verdauungsfördernd: Der hohe Ballaststoff- und Proteingehalt unterstützt eine gesunde Verdauung und kann bei Durchfall lindernd wirken.
- Natürliche Nährstoffe: Bananen sind reich an Kalium und unterstützen das Herz-Kreislauf-System.

Anwendung: Die Banane kann in kleinen Stücken oder zerdrückt gefüttert werden. Etwa 1–2 Esslöffel zerdrückte Banane reichen für kleine Hunde, größere Hunde können etwas mehr bekommen.

4

Flohsamenschalen – Die ballaststoffreiche Darmhilfe

Flohsamenschalen sind eine sehr effektive und beliebte Quelle für lösliche und unlösliche Ballaststoffe für Hunde. Sie haben eine hohe Quellfähigkeit und helfen sowohl bei Verstopfung als auch bei Durchfall, da sie überschüssige Flüssigkeit im Darm binden und gleichzeitig den Stuhl weicher machen können.

Vorteile für Hunde:

- Fördert eine gesunde Verdauung: Flohsamenschalen binden Wasser und regulieren die Darmtätigkeit.
- Binden Giftstoffe im Darm, die dann mit dem Stuhl ausgeschieden werden können.

Anwendung: Mische die Flohsamenschalen mit Wasser, damit sie aufquellen, und gib ein bis zwei Teelöffel unter das Futter. Achte darauf, dass dein Hund ausreichend trinkt, um die Wirksamkeit zu erhöhen und den Darm zu entlasten.

5

Kürbis – Magenschonend und ballaststoffreich

FlohsamenschKürbis ist ein natürliches Heilmittel bei Verdauungsproblemen, da er sowohl bei Durchfall als auch bei Verstopfung hilft. Durch seine hohe Ballaststoffdichte unterstützt er die Darmgesundheit und sorgt für eine angenehme Sättigung.

Vorteile für Hunde:

- Sanfte Regulierung der Verdauung: Kürbis unterstützt eine gesunde Darmpassage und kann Verdauungsprobleme lindern.
- Reich an Nährstoffen und kalorienarm: Er enthält wichtige Nährstoffe und ist gut für die allgemeine Gesundheit.

Anwendung: Frischer oder ungesüßter Dosenkürbis eignet sich ideal. Ein bis zwei Esslöffel Kürbispüree können ins Futter gemischt werden und sind eine gute, ballaststoffreiche Beigabe. n Darm zu entlasten.

Probiotika zur Förderung der Darmgesundheit

Ergänzend zu ballaststoffreichen Lebensmitteln können Probiotika die Darmgesundheit deines Hundes unterstützen. Unser Probiotika-Mix kombiniert nützliche Darmbakterien mit löslichen Ballaststoffen (Präbiotika) sowie unlöslichen Ballaststoffen, welche die Verdauung fördern und das Immunsystem stärken. Dies kann besonders für Hunde mit empfindlichem Darm und wiederkehrenden Verdauungsproblemen hilfreich sein. Das Produkt enthält neben Pro- und Präbiotika unter anderem **Karottenpulver**, **Bananenmehl** und **Floh-samenschalen** als ballaststoffreiche Superfoods.



Vorteile des Probiotika-Mix:

- Fördert das Gleichgewicht der Darmflora: Die enthaltenen Bakterienkulturen und Ballaststoffe unterstützen eine gesunde Darmflora.
- Reguliert die Verdauung: Ballaststoffe und Probiotika helfen, den Stuhlgang zu normalisieren und das Verdauungssystem ins Gleichgewicht zu bringen.

Anwendung: Mische die empfohlene Menge Probiotika-Mix täglich unter das Futter, um eine optimale Unterstützung des Verdauungssystems deines Hundes zu gewährleisten.

Du kannst unser Produkt risikolos testen mit der **60 Tage Geld-Zurück-Garantie**. Wenn Du die Bestellung vor 15:00 Uhr aufgibst, wird sie im Normalfall schon am nächsten Tag geliefert und Du kannst das Produkt direkt anwenden.

Claudia Puhl



Meine Hunde Leo und Greta haben nicht mehr so oft Durchfall seit dem sie den Probiotika Mix jeden Morgen bekommen

Astrid



Seit ich probiotika mix über das Futter streue hat Robby keinen Durchfall mehr



Unser Probiotika-Mix wurde entwickelt, um die Darmflora deines Hundes zu stärken und Verdauungsprobleme natürlich zu lindern.

[Zum Produkt →](#)

● Auf Lager: in 1-2 Werktagen bei dir

Ballaststoffe und der individuelle Bedarf deines Hundes

Der Ballaststoffbedarf eines Hundes hängt von seiner Größe, Aktivität und eventuellen Gesundheitsbeschwerden ab. Während BARF oft weniger Ballaststoffe enthält, kann die Zugabe von Gemüse und anderen ballaststoffreichen Lebensmitteln die Verdauung auf natürliche Weise unterstützen. Gerade Hunde mit Gewichtsproblemen, Neigung zu Verstopfung oder schwacher Darmflora profitieren von einer ballaststoffreichen Ernährung.

- **Ballaststoffe und BARF:** Da BARF oft wenig pflanzliche Bestandteile enthält, kann eine kleine Menge Ballaststoffe in Form von Haferflocken, Karotten oder Flohsamenschalen den Darm regulieren. Die beste und einfachste Methode zur Ergänzung von Ballaststoffen bietet unser Probiotika-Mix.
- **Darmgesundheit und Immunsystem:** Ein gesunder Darm trägt zur Immunstärkung bei und kann helfen, Krankheitserreger abzuwehren.
- **Natürliche Unterstützung bei Übergewicht:** Ballaststoffe fördern das Sättigungsgefühl und können Hunden beim Abnehmen helfen.

Fazit

Ballaststoffe sind wertvoll für die Gesundheit deines Hundes. Egal, ob dein Hund BARF bekommt, abnehmen soll oder einfach eine bessere Verdauung benötigt – ballaststoffreiche Lebensmittel wie Haferflocken, Karotten, Bananen, Flohsamenschalen und Kürbis lassen sich leicht ins Futter integrieren. Mit dem Probiotika-Mix für eine gesunde Darmflora ist dein Hund bestens versorgt und kann von den vielen Vorteilen einer ballaststoffreichen Ernährung profitieren.



✉ info@vetura.de



UNSERE PRODUKTE

Probiotika Mix
Zahn Komplex
Gelenk Formel
Zecken Schutz
Happy Tummy
Lucky Smile
Furry Friend

MEHR

VIP-Bereich
Hilfe
Über Uns
Blog
Vetura für Tierärzte

FOLGE UNS

