

Infoblatt- Fisch

Fisch & Meerestiere – wertvolle Nährstoffquelle für Vierbeiner

Fisch ist eine **proteinreiche Nahrungsquelle** und liefert eine Vielzahl wichtiger Nährstoffe:

Inhaltstoffe

- **Proteine** mit allen essenziellen Aminosäuren
- **Vitamine:** A, D, K, B-Komplex
- **Mineralien:** Kalzium, Kupfer, Jod, Eisen, Zink, Selen
- **Fettsäuren:** insbesondere **Omega-3-Fettsäuren (DHA/EPA)**
- **Weitere Vorteile:** Vitamin D, mehrfach ungesättigte Fettsäuren, Jod

Fütterungsempfehlung

- Fisch kann **1–2x pro Woche** gefüttert werden, entweder **gewolft** oder als **ganzer Fisch**.
- Bei Umstellung auf Fisch ist es sinnvoll, diesen **schrittweise einzuschleichen**, da er nicht von jedem Vierbeiner sofort gut vertragen wird.
- Fisch ersetzt in der Mahlzeit **anteilig das Fleisch**, nicht die gesamte Ration.

Jodversorgung

- **Jodmangel** ist die zweit häufigste Mangelerscheinung bei natürlicher Fütterung und kann z. B. zu **Schilddrüsenproblemen** führen.
- Auch wenn Fisch Jod enthält, ist die Menge oft **nicht ausreichend**. Daher wird empfohlen, Jod **regelmässig 2–4x pro Woche über Algen** zuzuführen.
- Bei Unsicherheiten bezüglich Jodversorgung sollte dies **individuell mit einem Futterplan abgestimmt** werden.

Fettsäuren & Omega-3

- Fettsäuren sind **energiereiche Grundbausteine** und wichtig für die **Nährstoffaufnahme**.
- **Fischöl, Krillöl oder Algenöl** eignen sich, um das Fettsäureprofil auszugleichen, da durch Haltung, Zucht und Fütterung häufig ein **Ungleichgewicht in Fleisch** entsteht.
- **Omega-3-Fettsäuren (DHA/EPA)** werden vom Organismus nicht ausreichend produziert und sollten über die Nahrung ergänzt werden.

Fetter Fisch

- Fetter Fisch (z. B. **Hering, Sprotten, Aal, Thunfisch, Lachs, Regenbogenforelle**) liefert vor allem **Vitamin D**, während die Fettsäuren im Verhältnis zu Fischöl weniger konzentriert sind.



- Für Vierbeiner, die **fetten Fisch nicht vertragen oder mögen**, sind **Alternativen wie Lebertran** geeignet.
- **Achtung:** Lebertran enthält viel **Vitamin A**, daher sollte die Dosierung individuell abgestimmt werden.

☒ Wichtige Hinweise

- Fisch sollte als **ergänzende Nährstoffquelle** genutzt werden, nicht als alleinige Proteinquelle.
- Immer **verträgliche Sorten auswählen** und bei Unklarheiten die individuelle Versorgung **mit einem Experten abklären**.
- Eine ausgewogene Mischung aus **fettarmen und fettreichen Fischarten** sowie gegeben falls **Fischöl oder Algenöl** sichert eine optimale Nährstoffaufnahme.

