
Subject: Leinsamen?

Posted by [Arthur](#) on Sat, 03 Mar 2007 17:03:59 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,

wann, wie oft und wieviel kann man vom leinsamen füttern.

Hab das beim Chinchilla-Kiosk bestellt.

Hat jemand Erfahrung damit?

Danke

George

Subject: Re: Leinsamen?

Posted by [Kasumy](#) on Sat, 03 Mar 2007 23:53:26 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo

ich kann dir leider nicht sagen wie oft man Leinsamen geben darf aber ich habe meine (für Pferde) von einem Kräuterladen bei uns in der Stadt gekauft. Kann dir leider nicht sagen wieviel sie damals gekostet haben war aber billiger als in jedem Zoogeschäft oder Tieronlineshop.

Vielleicht gib es bei dir ja auch einen kräuterladen.

Lg katha

Subject: Re: Leinsamen?

Posted by [christine](#) on Sun, 04 Mar 2007 12:18:47 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo!

Ich habe selbst noch keine Leinsamen gefüttert, habe aber mehrfach in älterer Literatur/Fachzeitschriften von Körnermischungen für Chins gelesen, die anteilmäßig auch Leinsamen enthielten.

Zu den Leinsamen selbst:

Die zugehörige Pflanze hört auf den schönen Namen *Linum usitatissimum*.

Im Volksmund nennt man sie Lein oder Saatlein.

Leinsamen (Lini semen) sind dann die getrockneten, reifen Samen (glatt, braun, glänzend).

Sie werden sowohl als Nahrungsmittelzusatz, als auch im Rahmen natürlicher Heilmethoden

und als Tierfutter (Landwirtschaft) genutzt.

Leinsamen enthalten:

- 3-10% Schleimstoffe, haben ein hohes Quellvermögen
- 0,05-0,1% cyanogene Glycoside (mögliche giftige Wirkung wird diskutiert, konnte aber bisher auch bei dauerhafter Einnahme nicht nachgewiesen werden)
- 30-45% Leinöl mit hohem Anteil ungesättigter Fettsäuren (hauptsächlich Linolensäure, zusätzlich Linolsäure und Ölsäure), auch Angaben bis >60% gefunden
- 20-27% Proteine
- 25% Ballaststoffe (Zellulose, Hemizellulose, Lignin -> also Rohfaser)
- Lignane (weiter unten mehr)
- Linositamarin (ein Phenylpropanderivat, ätherisches Öl)
- die Vitamine A, E, K und B-Komplex ; hier eine Auflistung in Tabellenform:
<http://www.foodplaner.de/kalorientabelle.leinsamen-3189.html>

Beim Menschen wird den Leinsamen durch ihren hohen Anteil an Schleimstoffen und Ballaststoffen eine abführende Wirkung aufgrund des hohen Quellvermögens zugeschrieben, durch den Schleim „rutscht“ es ausserdem besser.

Sie werden u.a. bei Verstopfungen oder Reizdarmsyndromen angewendet.

Voraussetzung dafür ist allerdings eine entsprechende Flüssigkeitszufuhr, sonst kehrt sich das fix ins Gegenteil um ...

Eine spezielle Schleimzubereitung kann bei entzündlichen Darmerkrankungen verwendet werden.

Beim Menschen soll der abführende Effekt auf einer durch einen Dehnungsreiz (Quellung) bedingte Anregung der Darmperistaltik (Eigenbewegung) beruhen.

Da Menschen Ballaststoffe nicht verdauen können, entsteht tatsächlicher Ballast, da die Rohfasern ebenfalls Flüssigkeit binden und quellen können.

Gerade deshalb ist aber hier die ausreichende Flüssigkeitsaufnahme so wichtig, sonst bildet sich ein Propf!

(Nicht selten der Grund weshalb ältere Damen mit einem drohenden Darmverschluss ins Krankenhaus eingeliefert werden, weil sie in einer Zeitschrift gelesen haben Leinsamen seien so gesund, aber das Trinken vergessen und zudem überdosieren nach dem Motto „viel hilft viel“)

Bei Chinchillas sehe ich hier das Problem, dass sie

- von vornherein wenig trinken

- von Natur aus einen „Stopfdarm“ haben, der über eine sehr geringe Peristaltik verfügt

Damit will ich nicht sagen, dass man Chinchillas überhaupt keine Leinsamen geben darf, aber wenn das Prinzip „weniger ist mehr“ irgendwo passt, dann sicherlich hier.

Chins haben wiederum den Vorteil, dass sie die enthaltenen Ballaststoffe im Blinddarm verdauen lassen können, was den Quelleffekt bei Chins wieder etwas regulieren dürfte.

Da aber eine Gegenanzeige für Leinsamen Darmverschlüsse sind (logisch) und auch aufgrund der o.g. Problematik würde ich allerdings dringend davon abraten Leinsamen in die Hausapotheke gegen Verstopfung bei Chins aufzunehmen!

Aufgrund der ungesättigten Fettsäuren haben Leinsamen einen positiven Effekt auf die Blutfettwerte (Senkung), was sich auch auf die Leber positiv auswirkt.

Ausserdem schreibt man ihnen einen blutzuckersenkende Wirkung zu.

Es handelt sich zwar um „gesundes Fett“, aber bei übermässiger Zufuhr kann auch dieses in die einfache „Speicherform“ umgewandelt werden und der positive Effekt ist futsch.

Den enthaltenen Lignan wird eine antitumoröse Wirkung zugeschrieben, weil sie u.a. antioxidativ wirken können.

Hier gibt es ein paar Infos zu Lignan:

<http://www.novamex.de/nnb/phytamine/lignan.html>

sonstige Quellen:

Handbuch Phytotherapie (Jänicke/Grünwald/Brändler)

Lexikon der Arzneipflanzen (Hoffmann)

Taschenatlas Heilpflanzen (Bohne/Dietze)

Mein Fazit:

Vom Gesamteindruck her sind Leinsamen eine durchaus sinnvolle und gesunde Futterergänzung, auch für Chinchillas.

Ich würde auch hier vorsichtig einsteigen um zu sehen ob die Tiere sie auch wirklich vertragen. Beachten sollte man dabei aber die Gefahr einer möglicherweise dramatischen Verstopfung bei Überdosierung, wie oben bereits besprochen und dass auch „gesunde“ Fette nicht überdosiert werden dürfen.

Daher sollte man sie besser in wirklich geringer Menge anbieten, nicht zuletzt wegen des hohen Eiweissgehalts.

Dosierungsvorschlag:

Ein Mensch soll bei Verdauungsproblemen 2-3x täglich einen Esslöffel Samen zusammen mit 150 ml Flüssigkeit zu sich nehmen.

Für Chins würde ich daher als einfache Futterergänzung folgende Dosierung für ungefährlich/sinnvoll halten:

Nach einer Eingewöhnung etwa 2x pro Woche eine sparsame Prise (Fingerspitze, Teelöffelspitze) übers Futter.

Im Zweifelsfall würde ich die Menge so gering halten, dass auch ein Tier, das die Ration alleine vertilgt nicht zuviel bekommen kann.

Dabei sollte man aber auch bedenken, was man sonst noch so zufüttert, damit sich nicht die

ganzen gesunden Inhaltsstoffe zu einem sinnlosen und im Endeffekt ungesunden Wust anhäufen.

Man muss sie ja auch nicht dauerhaft geben, sondern kann die Gabe wie ein Art „Kur“ alle paar Wochen oder Monate vornehmen.

Interessant wäre für mich noch die Gabe einer speziellen Schleimzubereitung aus Leinsamen bei Darmentzündungen.

Hier wäre mal die Meinung eines TAs schön, ob sich hier eine sanfte und natürliche Möglichkeit für den einen oder anderen geplagten Chinchilladarm oder als Zusatz in einem Pöppelbrei bieten würde.

VLG,
Christine ;)

(edit: Vitamine und Tabellenlink eingefügt)

Subject: Re: Leinsamen?

Posted by [christine](#) on Mon, 05 Mar 2007 13:03:24 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Huhu! :d

Ich nochmal ...

Hab gerade Futter bestellt und dabei gesehen, dass (zumindest bei Berkel, Ovator hab ich nicht nachgesehen)

in den Pellets ebenfalls Leinsamen enthalten sind :lol:

VLG,
Christine
(die manchmal den Wald vor lauter Bäumen nicht sieht *g*)