Hundejahre-Tabelle: Hundealter in Menschenjahren umrechnen

Stand: 17. Oktober 2026 · Online mit Erklärungen und Rechner: https://tabelle.net/hundejahre-tabelle

Die alte Regel „ein Hundejahr gleich sieben Menschenjahre“ ist zu einfach. Hunde werden im ersten Jahr viel schneller erwachsen als Kinder und altern danach langsamer – große Hunde schneller als kleine. Nach der Tabelle des American Kennel Club (AKC) entspricht ein einjähriger Hund etwa 15 Menschenjahren, ein zehnjähriger je nach Größe 56 bis 79 Jahren. Eine epigenetische Formel aus dem Jahr 2020 setzt einen einjährigen Hund sogar mit 31 Jahren gleich. Die Tabelle stellt die drei Methoden für 1 bis 16 Jahre nebeneinander. Alle Werte sind Richtwerte: Sie vergleichen Lebensabschnitte, kein exakt messbares biologisches Alter.

Einjähriger Hund: 15 Menschenjahre (AKC) · Zehnjähriger Hund: 56–79 Menschenjahre je nach Größe · Formel von 2020: 16 × ln(Hundealter) + 31 · 7er-Regel: gilt als überholt

Hundealter in Menschenjahren nach drei Methoden

Hundealter (Jahre)	7er-Regel	Klein, bis 9 kg	Mittel, 10–23 kg	Groß, 23–45 kg	Sehr groß, über 45 kg	Epigenetische Formel
1	7	15	15	15	12	31,0
2	14	24	24	24	22	42,1
3	21	28	28	28	31	48,6
4	28	32	32	32	38	53,2
5	35	36	36	36	45	56,8
6	42	40	42	45	49	59,7
7	49	44	47	50	56	62,1
8	56	48	51	55	64	64,3
9	63	52	56	61	71	66,2
10	70	56	60	66	79	67,8
11	77	60	65	72	86	69,4
12	84	64	69	77	93	70,8
13	91	68	74	82	100	72,0
14	98	72	78	88	107	73,2
15	105	76	83	93	114	74,3
16	112	80	87	99	121	75,4

Gewichtsklassen und Werte der vier mittleren Spalten: American Kennel Club (Richtwert, Gewicht in Pfund umgerechnet). Epigenetische Formel: 16 × ln(Hundealter) + 31 nach Wang et al. (2020), ermittelt an Labrador Retrievern. Alle Angaben in Menschenjahren.

Rückwärts gerechnet: In welchem Alter entspricht ein Hund einem bestimmten Menschenalter?

Menschenalter (Jahre)	7er-Regel	Klein, bis 9 kg	Mittel, 10–23 kg	Groß, 23–45 kg	Sehr groß, über 45 kg	Epigenetische Formel
30	4,3	3,5	3,5	3,5	2,9	0,9
40	5,7	6,0	5,7	5,4	4,3	1,8
50	7,1	8,5	7,8	7,0	6,1	3,3
60	8,6	11,0	10,0	8,8	7,5	6,1
70	10,0	13,5	12,2	10,7	8,9	11,4
80	11,4	16,0	14,4	12,6	10,1	–

Hundealter in Jahren. AKC-Werte zwischen zwei Tabellenzeilen linear interpoliert. – : liegt außerhalb von 1 bis 16 Hundejahren.

Quellen

• American Kennel Club: How to Calculate Dog Years to Human Years (Tabelle nach Größe, AVMA-Faustregel) – https://www.akc.org/expert-advice/health/how-to-calculate-dog-years-to-human-years/
• Wang, T. et al.: Quantitative Translation of Dog-to-Human Aging by Conserved Remodeling of the DNA Methylome. Cell Systems 11 (2020), S. 176–185 – https://doi.org/10.1016/j.cels.2020.06.006
• Volltext der Studie von Wang et al. in PubMed Central – https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7484147
• Kraus, C., Pavard, S., Promislow, D.: The Size–Life Span Trade-Off Decomposed: Why Large Dogs Die Young. The American Naturalist 181 (2013), S. 492–505 – https://doi.org/10.1086/669665

Alle Umrechnungen sind Richtwerte für den Vergleich von Lebensabschnitten und ersetzen keine tierärztliche Untersuchung.