



DE GROENE OS

OERKRACHT UIT DE NATUUR

E-book honden





E-book Honden

Beste dierenliefhebber,

Wat leuk dat je geïnteresseerd bent in onze kennis over honden en dit e-book hebt besteld. Het is samengesteld uit de hondenblogs van onze veterinaire natuurgeneeskundige en staat vol praktische informatie en nuttige tips. Zij blijft ondertussen niet stilzitten en zal haar kennis over honden blijven delen door het schrijven van nog meer blogs op onze website.

Mocht je meer willen weten: elke vrijdag van 9.00 tot 10.00 houden onze natuurgeneeskundig therapeuten een gratis telefonisch spreekuur. Wij beantwoorden dan graag al je vragen over diergezondheid: 023-534 8469.

De informatie in dit e-book is bedoeld voor educatieve doeleinden en vervangt niet het advies van een dierenarts.

Wij wensen je alvast veel leesplezier.

Hartelijke groet,
Het team van De Groene Os



Natuurlijk kun je dit e-book doorgeven aan iedereen die interesse heeft in hondenverzorging, graag zelfs, zolang je De Groene Os maar vermeldt als bron of een weblink legt naar www.degroeneos.nl.

© De Groene Os | versie 1 - mei 2016 | www.degroeneos.nl

Inhoud

Food for thought over honden	3
Eet je hond wel eens gras?	4
Help! Mijn hond een poep!	6
Praktische maatregelen om een dip in de weerstand te voorkomen	8
Heeft mijn dier een multivitamine nodig?	10
Tips voor het toedienen van supplementen bij kieskeurige dieren	12
Recept: probiotische carnivorenkoekjes	13
Lentekriebels	14
De grote voorjaarsschoonmaak	16
Een poepverhaal	18
Het lichaam in beweging	20
Tips om soepel te bewegen	22
Alles over vakantie met je hond	24
Hersenwerk voor honden	26
5 tips om een geblesseerde hond bezig te houden	29
Verharen	31
Hier heeft de hond wel oren naar!	32
Alles over nagels knippen	34
Angst kun je niet belonen	36
Wat te doen en laten bij vuurwerkangst	38
Tips voor een ontspannende massage	40
Meer plezier met je senior dier	42
Dementie	44
Schijndracht	46
Vlooiënplaag?	48
Natuurlijke oplossingen tegen teken	50
Antibioticagebruik	52
Giftige stoffen voor katten en honden	53



Food for thought over honden

Het belang van gezonde voeding

Gezonde voeding, voor mens en dier is momenteel hot topic. Hippocrates (460-377 v. Chr.) zei het al: “laat uw voeding uw medicijn zijn en uw medicijn uw voeding”. Deze Griekse arts staat bekend als de grondlegger van de moderne geneeskunst en was eigenlijk zijn tijd toen al ver vooruit. Als we onze honden fysiek en mentaal in balans willen houden of krijgen, zullen we moeten zorgen voor een goed fundament. Daarbij kunnen we denken aan voldoende fysieke en geestelijke uitdaging, oprechte aandacht van de baas en sociale contacten met soortgenoten. Maar vergeet ook het belang van voeding niet.

Kijken naar je dier

Er is er uiteindelijk maar één die bepaalt of het soort en het merk voer dat je aan je hond geeft het juiste is, en dat is je hond zelf. Aan het uiterlijk en het gedrag kun je zien of je hond ‘het goed doet’ op het voer dat hij eet. Is je hond op gewicht, glanst de vacht en is de huid eronder vrij van schilfertjes? Heeft je hond voldoende energie? Of juist te veel, ondanks voldoende uitdaging? Ook de ontlasting van je hond spreekt boekdelen over hoe de spijs verteerd wordt. Heel belangrijk is dat je hond het voer lekker vindt; het eetmoment moet een feestje zijn! Als een van deze aspecten te wensen overlaat, is het goed om het voer van je hond eens kritisch onder de loep te nemen.

Gezonde voeding

Honden zijn prooidiereters. Dit houdt in dat honden (en hun voorouders de wolf) verschillende delen van een prooi nodig hebben om gezond te blijven. Ze halen hun benodigde voedingsstoffen niet alleen uit het (spier)vlees, maar ook uit de botten, het orgaanvlees en zelfs uit de inhoud van de maag en de darmen die vaak vol zitten met (voorverteerde) plantenresten.

Hondenbrokken

De meeste honden krijgen dagelijks hondenbrokken te eten. In deze tijd waarin we het altijd druk hebben, is het grote voordeel hiervan dat het gemakkelijk te geven en hygiënisch is. Echter, veel brokken staan mijlenver van de oorspronkelijke voeding vandaan. Hoewel er grote kwaliteitsverschillen tussen de verschillende merken zijn, bevatten brokken over het algemeen te weinig hoogwaardige eiwitten en vetten en te veel vulmiddelen zoals soja en restproducten uit de graanverwerkende industrie. Koolhydraten uit granen kunnen de darmen irriteren en je hond kan ook een allergie voor gluten (een eiwitsoort in tarwe en andere granen) ontwikkelen.

BARF

De laatste tijd zie je steeds meer eigenaren die de hondenbrokken voor gezien houden en overstappen op ‘barfen’ (het voeren van rauw vlees, organen en botten). BARF staat voor ‘Bones and Raw Food’ of ‘Biologically Appropriate Raw Food’. Het overstappen van brokken naar vers rauw vlees moet geleidelijk gebeuren omdat dat er anders gezondheidsrisico's en tekorten kunnen optreden.

KVV

Voor hondeneigenaren die barfen een goed idee vinden, maar voor wie het in de praktijk iets te ingewikkeld en te intensief blijkt, is er een gebruiksvriendelijkere variant: KVV (Kant en klaar Vers Vlees). Dit zijn diepgevroren worsten of bakjes vlees. De meeste zijn een complete voeding, andere moeten worden afgewisseld om tot een complete voeding gemaakt kunnen worden. In het begin moet het vlees overgoten worden met kokend water (wel weer goed af laten koelen!) om het spijsverteringsstelsel te laten wennen. Voor alle soorten rauwe voeding (KVV of BARF) is het belangrijk heel hygiënisch te werken: gebruik een aparte snijplank en maak de materialen en je handen altijd goed schoon na het voeren.

Combineren van brokken en vers vlees of pens

Het combineren van rauw vlees en brokken is niet altijd een goed idee. Honden met een gevoelig spijsverteringsstelsel kunnen slecht tegen de abrupte wisselingen in het dieet en kunnen last van hun maag en darmen krijgen. In de praktijk blijkt dat veel van deze dieren wel goed reageren op een combinatie van koudgeperste brokken en vers vlees. Wat zich ook goed laat combineren met brokken is een vleesdag op basis van vuile groene pens. Pens is goed voor de darmflora en bevat veel natuurlijk probioticum. Sommige honden kunnen er echter diarree van krijgen dus eerst even uitproberen met een kleine hoeveelheid.



Eet je hond wel eens gras?

Veel honden eten regelmatig gras. We weten niet de precieze reden waarom. Feit is wel dat de verschillende verklaringen ervoor behoorlijk uiteenlopen en de meningen verdeeld zijn. Er bestaan diverse soorten gras en honden hebben vaak een voorkeur voor bepaalde soort. Sommige grassen prikkelen mogelijk de slokdarm en maag waardoor een braakreactie wordt opgewekt. Vaak worden ook kruiden meegenomen in dit graasgedrag. Dit kan een vorm van zelfmedicatie zijn. Zo worden in het voorjaar wel eens reinigende kruiden opgezocht.

Wel of niet uitbraken

Als je hond met grote regelmaat gras eet, zou het goed zijn om eens te kijken of je kunt achterhalen waarom hij dat doet. De eerste vraag die je je dan eigenlijk moet stellen is: wordt het gras uitgebraakt of wordt het uitgepoept? Als het eten van gras gebruikt wordt om braken op te wekken, kan dat verschillende oorzaken hebben.

- **Haren**

Honden likken hun vacht en tijdens deze vachtverzorging kunnen er haren in de maag terechtkomen. Als dit er te veel worden kan de hond gras gaan eten om deze weer kwijt te raken. Je ziet dan de haren tussen de grassprietten in het braaksel.

- **Wormen**

Er zijn verschillende soorten wormen waar honden mee besmet kunnen zijn. In alle organismen komen wormen voor en ze hebben zelfs een functie voor de weerstand van het dier. Het moeten er echter niet te veel worden, want dan wordt het schadelijk. Hoewel de precieze levenscyclus van elke soort worm weer anders is, planten de meesten zich voort in de darmen. Vervolgens worden er eitjes uitgescheiden die dan door een gastheer worden opgenomen (bijvoorbeeld door het eten van poep of snuffelen/likken op een besmette plek). Deze eitjes kunnen uitkomen in de maag. Een verklaring voor het eten van gras is om braken op te wekken om van deze larven af te komen.

- **Lege maag**

Sommige honden eten alleen gras op een lege maag, bijvoorbeeld 's ochtends vroeg. Dit kan duiden op een geïrriteerd maagslijmvlies. Honden die hier last van hebben kun je helpen door ze 's avonds nog een kleine hoeveelheid voer te geven. Daarnaast kunnen kruiden je hond helpen, bijvoorbeeld Maag Compositum van De Groene Os.

Gewoon lekker

Het is voor ons mensen misschien moeilijk te geloven, maar gras eten is normaal gedrag voor een hond. Als je hond verder niet misselijk lijkt te zijn, hoeft je je geen zorgen te maken. Veel honden vinden het gewoon lekker! Zeker de nieuwe, sappige grassprietten zijn favoriet. In het voorjaar kan dit tot iets te veel enthousiasme leiden, waardoor je hond juist misselijk kan worden van al dat gras in z'n maag. Probeer je hond dan af te leiden met een andere activiteit.

Gevaren van gras eten

Is je hond een rasechte gras-eter? Let er dan wel op dat hij dit alleen doet op plekken waar geen auto's voorbijrazen in verband met neergeslagen uitlaatgassen. In agrarische gebieden moet je alert zijn op velden die mogelijk bespoten worden met pesticiden.

Ze zijn al eerder genoemd: wormen. Vanwege het risico dat je hond gras zou kunnen eten dat besmet is met wormeneitjes, is het geen overbodige luxe om je hond regelmatig te ontwormen. Er zijn steeds meer bedrijven gespecialiseerd in laboratoriumonderzoek naar wormen. Aan de hand van een ontlastingsonderzoek kunnen ze een verantwoorde ontwormingskuur voor je dier adviseren. Je kunt ook bij je dierenarts vragen naar een onderzoek en een gericht ontwormingsadvies. Op deze manier ontworm je voldoende zonder resistentie in de hand te werken.



Help! mijn hond eet poep!

Gètver! Een vieze gewoonte die sommige honden helaas maar moeilijk afleren. Een veelgehoorde vraag is dan ook: wat kan ik doen om te voorkomen dat mijn hond poep eet?

Verschillende soorten

Bij De Groene Os horen we verschillende verhalen over het eten van poep. Sommige honden beperken zich tot het opeten van hun eigen ontlasting, andere eten juist graag uitwerpselen van soortgenoten. Weer andere hebben een voorkeur voor paardenmest en kattenpoep. Afhankelijk van de spijsvertering en de voeding van het dier waarvan de poep opgegeten wordt, kunnen er zelfs nog stoffen in de ontlasting zitten die voor je hond te benutten zijn.

Moederhonden die de uitwerpselen van hun pups eten en pups die ontlasting van hun moeder eten, is te beschouwen als normaal, gezond gedrag. De moederhond ruimt de uitwerpselen van haar pups op om het nest schoon te houden. Jonge pups hebben de neiging om ontlasting van hun moeder te eten om hun darmflora op te bouwen; dit valt dus eigenlijk te zien als het 'enten' van hun immuunsysteem.

Jonge honden hebben van nature de gewoonte om alles met hun bek vast te pakken en soms ook op te eten. Voor hun eigen veiligheid is het dus belangrijk om ze tegen zichzelf in bescherming te nemen. Maak je huis puppyproof en wees buiten voorzichtig. Bepaald gedrag kan ook worden omgebogen door vrij snel te beginnen met trainen. Later in dit artikel hierover meer.

De hond als opportunist

De hond is geëvolueerd uit de wolf. De wolf is een schuw roofdier. Bij zijn jachtstrategie staat een hoge mate van samenwerking centraal en de jachtpartijen kunnen erg uitputtend zijn. In vroegere tijden bleken de wolven die meer in de buurt van mensen verbleven (de groepen wolven waar honden uit geëvolueerd zijn) echte opportunisten. Deze wolven waren in staat om in de buurt van een mensenkamp te leven. Ze aten etensresten, maar ook ontlasting. Door deze manier van aas eten hoefden ze minder vaak uitputtende jachtpartijen te ondernemen.

Honden hebben deze genen nu nog in zich. Weinig honden zullen iets eetbaars laten liggen. Zaken die voor ons absoluut niet eetbaar lijken, kunnen voor honden prima te versmaden zijn. Of het gezond is, is een tweede...

Sommige honden zijn veel meer met eten bezig dan andere. Labradors en Beagles staan erom bekend, maar ook dieren met een verleden als zwerdier kunnen in hoge mate op eten gefixeerd zijn.

Mogelijke oorzaken

De drang naar poep eten kan dus voor een deel genetisch bepaald zijn. Als honden dan eenmaal hebben ontdekt dat zij poep eten lekker vinden, wordt het al snel aangeleerd gedrag.

Daarnaast kan poep eten een teken zijn van bepaalde tekorten. Dit kan een tekort zijn in de voeding (vitaminen en mineralen) of een behoefte om de darmflora aan te vullen. Het kan ook zijn dat de voeding wel voldoende nutriënten bevat, maar dat deze in het lichaam niet worden opgenomen door een onderliggend probleem zoals een ernstige wormbesmetting.

Tekorten

Als eerste is het belangrijk om een wormbesmetting uit te sluiten en eventueel te behandelen. Een goede natuurlijke voeding is de basis om tekorten in de voeding te voorkomen. Om de gehaltes vitamines en mineralen verder aan te vullen is Multivitaminen & Mineralen Complex Basis Hond & Kat het aangewezen product. Deze multi is goed opneembaar en biedt een volledige, natuurlijke ondersteuning.

Om de darmflora van je hond een steuntje in de goede richting te geven is het regelmatig voeren van vuile pens de meest optimale manier. 'Rauw vlees voeding' op zich draagt ook al bij aan een goede darmflora.

Dieren die last hebben van een wisselende ontlasting zijn geholpen met de vezels van Psyllium Husk. Deze vezels hebben een positieve invloed op de darmflora waardoor de darmwand verzorgd wordt en voedingsstoffen goed kunnen worden opgenomen.

Gedrag

Het feit dat vieze dingen eten een gewoonte kan worden, valt niet te onderschatten. Dit kan erg gevaarlijk zijn i.v.m. hygiëne, resten medicijnen, parasieten of zelfs drugs (in mensenpoep). Het is dus belangrijk om dit te voorkomen en je hond te trainen.

In de trainingsfase is het van het grootste belang dat je hond niet de fout in kan gaan. Iedere keer dat hij poep te pakken krijgt (succeservaring), versterkt namelijk het gedrag. Dit kan inhouden dat je hond tijdelijk alleen aan de lijn kan worden uitgelaten en in extreme gevallen zelfs gemuilkorfd moet worden. In huis moeten kattenbakken zo worden geplaatst dat je hond er niet bij kan.

Zelfbeheersingoefeningen (ook wel impulscontrole genoemd) zijn ook zeer belangrijk om je hond te leren niet zomaar alles te pakken. Je hond leert dan op 'toe maar' te wachten. Dit kan geoefend worden met snoepjes, maar ook met het dagelijkse voer en eigenlijk met alles wat je hond krijgt aangeboden. Veel hondenscholen geven leerzame cursussen in het principe van impulscontrole.

Ook het oefenen van het commando 'los' en 'vast' is een handig hulpmiddel en kan al worden gestart bij jonge pups. Let wel op: als er te veel druk op wordt gelegd, wordt het afgeven van spullen juist een te interessant spelletje voor je hond. Leer je hond dat hij spullen kan komen ruilen (apporteren) voor een snoepje of even samen spelen.

Tijdens de wandeling buiten is het belangrijk om aandacht voor je hond te hebben. Beloon aandacht en interactie met de baas. Als je hond wil gaan struinen, leidt hem dan af met een speeltje en speel een tijdje samen. Als je hond iets wat voorheen heel eetbaar leek laat liggen, is dit het beste moment om hem uitgebreid te belonen!



Praktische maatregelen om een dip in de weerstand te voorkomen

Er zijn een aantal factoren die eraan kunnen bijdragen dat dieren in de herfst en winter een dip in de weerstand kunnen krijgen: verharen, meer binnen zitten en plotselinge weersveranderingen. Gelukkig zijn er ook allerlei maatregelen te nemen om te voorkomen dat dieren in de donkere maanden lopen te kwakkelen.

Preventieve gezondheidszorg

Preventieve gezondheidszorg is gezondheidszorg die de nadruk legt op het voorkomen van ziekten. Er zijn drie verschillende niveaus te onderscheiden:

1. Primaire preventie

Het voorkómen van ziekten. Zo krijgt bijvoorbeeld obesitas geen kans bij gezonde voeding en veel beweging. Ook hygiëne bij voedselbereiding en het naleven van veiligheidsvoorschriften helpen bij het voorkomen van ziekten. Preventieve gezondheidszorg omvat dus onder meer gezondheidsvoorlichting en -opvoeding.

2. Secundaire preventie

Dit is het vroegtijdig opsporen van ziekten (of afwijkingen), bijvoorbeeld door middel van bloedonderzoek.

3. Tertiaire preventie

Dit betekent het na een ziekte de nodige maatregelen nemen om te voorkomen dat de ziekte opnieuw de kop opsteekt. Bijvoorbeeld in het geval van zomereceem al in de winter of het vroege voorjaar beginnen met de nodige preventieve maatregelen.

Door aan preventie te doen worden klachten zoveel mogelijk voorkomen. Dit komt doordat het immuunsysteem dan optimaal in staat is om te handelen. Een goed functionerend immuunsysteem vormt de basis voor een goede gezondheid!

Om te weten welke preventieve maatregelen je het beste kunt nemen, is het nodig om te weten welke factoren het immuunsysteem verzwakken. Stress is zo'n factor waar we nu wat dieper op in willen gaan.

Stress en stressoren

Een stressor is een factor die stress veroorzaakt (bv. angst, ruzie, vechten, operatie, chemische toevoegingen in voeding). Een stressor komt van buitenaf en geeft een dier (of mens) stress. Stressoren putten het immuunsysteem op den duur uit.

Stressoren kunnen in vier categorieën worden verdeeld:

- **Chemische stressoren:** voeding met kleur-, geur- en smaakstoffen en conserveringsmiddelen, gifstoffen (waaronder schoonmaakmiddelen), uitlaatgassen, SMOG, medicatie en entingen.
- **Fysische stressoren:** kou, lichamelijke verwonding, zonnestraling/radioactieve straling, geopathische straling (straling die uit de aarde komt), voeding die de darmwand aantast (zoals granen/gluten).
- **Microbiologische stressoren:** stal- en huisklimaat in de winter, griepvirussen, ziekenhuisomgeving, microflora op huid- en slijmvliezen, darmflora.
- **Psychosociale stressoren:** verkeerde en niet dierspecifieke huisvesting en omgang (gebrek aan contact met soortgenoten, alle vormen van te weinig tegemoet komen aan wat een diersoort nodig heeft), verdriet, angst, spanning binnen de leefomgeving, alle vormen van negatieve 'emoties'. Psychosociale stressoren worden in de volksmond stress genoemd.

Het is daarom belangrijk om alle stressoren bij je dier in kaart te brengen om je dier preventief goed te kunnen behandelen.

Preventieprotocol

Praktisch gezien kunnen we dit vertalen naar de volgende maatregelen en middelen:

Maatregelen:

- Stressoren in kaart brengen en vervolgens voorkomen/beperken
- Het dier voldoende lang bij het moederdier laten zijn, samen met eventuele nestgenoten □
Goede basissocialisatie
- Zo beperkt mogelijk enten, ontwormen, ontvlooien, maar in plaats daarvan titeren (onderzoeken van antistoffen in het bloed tegen ziekte) en mestonderzoek
- Gezonde voeding
- Dierspecifieke huisvesting
- Voldoende beweging en frisse lucht
- Gezond lichaamsgewicht
- Voldoende mentale uitdaging
- Goede relatie dier-eigenaar
- Een veilige en schone leefomgeving (waar het dier zich kan ontspannen)

Middelen:

- Reinigingskuur

In de lente en in de herfst een reinigingskuur toedienen past uitstekend in het preventieprotocol. Een reinigende kruidentinctuur helpt om afvalstoffen op te ruimen en kan het immuunsysteem een boost geven. Bij De Groene Os adviseren we vaak een drainagekuur. Dit is een zeer breed samengestelde tinctuur die op inwerkt op de lever, blaas en nieren en lymfebanen. Daarnaast bevat het Ribes nigrum (zwarte bes) wat ontstekingsremmend werkt.

- Multivitaminen

Voor een goed preventiebeleid is gezonde, dierspecifieke voeding natuurlijk onmisbaar. Toch kan ondersteuning in de vorm van een multivitamine zinnig zijn om een meer optimale voedingsstatus te bereiken. In een ideale wereld zou gezonde voeding voldoende vitaminen en

mineralen leveren, maar door allerlei verschillende factoren kan dit toch niet voldoende zijn om optimaal te functioneren.

- **Omega vetzuren**

Gezonde vetten komen bij veel commerciële diervoeders al snel in het gedrang. Dat komt simpelweg omdat ze kostbaar zijn en snel bederven. Aanvulling kan erg zinnig zijn en behoort tot de basissupplementen. Trias Omega is ons meest complete omega 3-6-9-mengsel.

- **Kruiden voor een gezonde weerstand**

Ook kruiden kunnen een weerstandboost geven aan je dier. Hier zijn verschillende middelen voor. Neem contact op met onze veterinaire natuurgeneeskundigen als je vragen hebt over hoe je de gezondheid van je dier het beste kunt ondersteunen.



Heeft mijn dier een multivitamine nodig?

Natuurlijk doen we ons best om onze dieren zo gezond mogelijk te voeren. Soms kan daarbij een extra steuntje in de rug in de vorm van een multivitamine heel nuttig zijn.

Wat is een multivitamine?

Een 'multivitamine' of 'multi' is een term voor een voedingssupplement dat een breed scala aan vitaminen en mineralen bevat. Vitaminen zijn stoffen die vanuit de voeding moeten worden ingenomen en die nodig zijn voor een normaal fysiologisch functioneren. Ze laten allerlei enzymatische processen in het lichaam goed te verlopen.

Er zijn dertien verschillende vitaminen: vitamine A, vitamine B1, B2, B3, B5, B6, B8, B11 (foliumzuur), B12, vitamine C, vitamine D, vitamine E en vitamine K. Verder zijn er veel vitamineachtige stoffen. Deze stoffen passen niet direct in de categorie 'vitamine', maar lijken daar vaak wel op. Voorbeelden hiervan zijn L-carnitine (een aminozuur dat een essentiële rol speelt in de vetstofwisseling en een beschermende werking op hart en bloedvaten heeft) en verschillende carotenoiden en flavonoiden. Dit zijn de stoffen in planten die zorgen voor de kleur en als antioxidant allerlei nuttige functies hebben en die soms kunnen worden omgezet in vitaminen.

Dan zijn er nog mineralen zoals magnesium en calcium. Daar waar vitaminen uit de levende natuur komen en door sommige planten of dieren zelf aangemaakt kunnen worden, komen mineralen uit de 'dode' natuur. Mineralen worden door planten opgenomen uit de aarde en door dieren uit voeding of water. Spoor-elementen zijn mineralen die in zeer kleine hoeveelheden nodig zijn voor het goed functioneren van het lichaam.

Feiten en labels

In de ideale wereld heeft niemand een multivitamine nodig. Het blijkt echter dat in sommige gevallen de hoeveelheden vitaminen en mineralen tekort schiet. Een multivitaminepreparaat kan dan nuttig zijn. De kwaliteit van het preparaat is daarbij van groot belang. Zo moeten de aanwezige vitaminen en mineralen in een goed opneembare verbinding in het middel zitten. Zink kan bijvoorbeeld als zinkoxide (anorganisch: niet goed opneembaar) of als zinkcitraat (organisch; aan een zuur gebonden; goed opneembaar) in een product zitten. Dit maakt een wereld van verschil voor de opneembaarheid in het lichaam. Daarom is het onvoorstelbaar dat er nog steeds calciumcarbonaat (krijt) wordt geadviseerd en verwerkt tot diervoeders; het lichaam kan er niets mee.

Dieren (en mensen) zijn in staat om sommige essentiële voedingsstoffen zelf te maken. Dit verschilt per diersoort. Zo wordt bijvoorbeeld vitamine D voor een deel in de huid gemaakt en kunnen paarden bepaalde B-vitamines en vetzuren in de darmen aanmaken. De aangemaakte hoeveelheden zijn meestal niet genoeg om de hoeveelheden uit voeding volledig te vervangen. Onder de klassieke definitie van wat een vitamine is, zou voor de meeste diersoorten (uitgezonderd mensen, mensapen en cavia's) vitamine C geen vitamine zijn omdat veel dieren deze stof zelf kunnen aanmaken. Toch kan extra inname zinvol zijn.

Wanneer een multi voor dieren?

Voor mensen zijn er door verschillende voedingsadviesbureaus en stromingen (bijvoorbeeld de orthomoleculaire geneeskunde) protocollen opgesteld wanneer iemand behoefte heeft aan een voedingssupplement zoals een multivitamine. Voor dieren bestaat dit nog niet. Sterker nog, de ADH (Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid) is nog helemaal niet duidelijk vastgesteld. Wellicht onder- of overschatten we het belang van sommige stoffen voor onze dieren.

Groepen dieren die in aanmerking komen voor het gebruik van multivitamine zijn:

- **Oudere dieren**
Naarmate een dier ouder wordt, neemt het vermogen om stoffen vanuit de spijsvertering op te nemen af. Een ruime voorziening van voedingsstoffen is dan zeer belangrijk. Ook is het voor oudere dieren goed om vaker kleinere hoeveelheden te eten dan een of twee keer per dag een grote portie.
- **Dieren die herstellende zijn van een ziekte of operatie**
Als dieren herstellende zijn, heeft het lichaam een vergrote behoefte aan voedingsstoffen zoals vitamine C, zink, bepaalde B vitaminen, vitamine E en selenium.
- **Dieren in de sport**
Dieren die zwaar lichamelijk belast worden hebben meer voedingsstoffen nodig die fungeren als antioxidanten zoals de vitaminen C en E. Daarnaast is er een verhoogde behoefte aan bijvoorbeeld magnesium.
- **Dieren met een slechte weerstand**
Een multivitamine is bij uitstek geschikt om langere tijd te voeren, bijvoorbeeld om het immuunsysteem te ondersteunen. In een multivitamine zitten veel stoffen die bijdragen aan het in stand houden van een goede weerstand waaronder zink, vitamine C en D.
- **Dieren op dieet of dieren die slecht eten**
Als dieren door omstandigheden minder eten (bijvoorbeeld als ze op dieet staan of slecht eten door een gebitsprobleem) is het voeren van een multi een goed idee. Immers, als een dier minder kan eten, krijgt het ook minder essentiële voedingsstoffen binnen. Uiteraard is het prioriteit nummer één om de oorzaak aan te pakken als een dier slecht eet.

- **Als aanvulling op de voeding**

Voor veel diersoorten kan het best ingewikkeld zijn ze op een zo natuurlijk mogelijk manier te voeren en toch voldoende nutriënten aan te bieden. Als je zelf het menu voor je hond samenstelt, kunnen er tekorten ontstaan op het gebied van vitaminen en mineralen. Om het zekere voor het onzekere te nemen kan een multivitamine dan nuttig zijn.

Multivitaminen & Mineralen Complex

De Groene Os heeft Multivitaminen & Mineralen Complex Basis in haar assortiment, een zeer uitgebalanceerde multi. Deze aanvulling op de voeding zou eigenlijk Multivitaminen, Mineralen, Amino-zuren, Antioxidanten en Spoorelementen Complex moeten heten, maar dat vonden we toch echt te lang.

Onze multivitamine is uniek omdat hij rode alg (Lithothamnion calcareum) bevat, een calcium- en magnesiumbron van plantaardige oorsprong met een zeer hoge opneembaarheid. Naast een brede basis vitaminen en mineralen bevat deze multi ook de amino-zuren L-lysine en L-thyrosine. Deze zijn nodig voor de juiste werking van het immuunsysteem, de energiehuishouding en hormoonbalans. De verhouding calcium/fosfor is zorgvuldig uitgebalanceerd en ook over de vormen waarin de vitaminen worden aangeboden is gewikt en gewogen.



Tips voor het toedienen van supplementen bij kieskeurige dieren

Dieren kunnen gestrest raken wanneer er poeders of druppels toegediend moeten worden. Het product kan dan aan zijn werking voorbijgaan, helemaal wanneer dit wordt ingezet om een dier rustiger te maken.

Poeder

De meeste poeders worden door het eten gegeven. Voor honden mengt poeder het beste met zacht voer. Zeker met rauw vlees of met vlees dat in de vorm van diepgevroren worsten verkocht wordt, gaat dit vaak erg goed. Eventueel kun je het geheel vloeibaarder maken door er wat warm water bij te doen. Mengen door wat yoghurt of leverpastei ook weleens helpen. Sommige dieren laten het toe om de met water aangelengde poeders, druppels of oliën met een (naaldloos) spuitje in de bek toegediend te krijgen.

Druppels

Supplementen in de vorm van druppels worden het beste door het lichaam opgenomen wanneer ze tussen de etenstijden door worden gegeven. Voor honden werkt een stukje ham vaak erg goed. Soms is het even zoeken naar wat je dier echt lekker vindt, zoals vers vlees, kaas, leverpastei of yoghurt. Wanneer dit allemaal niet lukt en het toedienen te veel stress oplevert, kun je de druppels uiteraard ook door het voer geven. Dit is altijd nog beter dan niets!

Naast de bittere smaak van veel kruidentincturen kan ook de alcohol de boosdoener zijn waardoor je dier de druppels niet wil nemen. In dat geval helpt het om de druppels op een theelepel te doen en er een vlam onder te houden of de druppels te mengen met wat heet water. De alcohol zal dan verdampen (daarna wel even laten afkoelen).

Olie

De meeste dieren hebben een natuurlijke drang naar vet/olie en deze supplementen leveren over het algemeen weinig problemen op. Olie kan goed gemengd worden met voer of, eventueel verdund, met iets dat je dier erg lekker vindt. Het laat zich ook goed met een (naaldloos) spuitje toedienen. Wanneer dit allemaal niet mocht lukken, probeer dan om het gebruik langzaam op te bouwen.

Gebruik opbouwen

Het wil ook wel eens voorkomen (vooral bij katten) dat als het dier eenmaal heeft ervaren dat er een supplement aan het voer is toegevoegd, ze een tijdje alles blijven weigeren. Wanneer je dier kieskeurig is, kun je het beste met een zeer lage hoeveelheid beginnen. Dat wil zeggen: ver onder het (werkzame) aanbevolen gebruik. Je begint dan met één druppeltje tinctuur of een kwart mespuntje poeder. Vervolgens kun je gelijkmatig gaan opbouwen naar de aanbevolen hoeveelheid. Je dier went dan langzaam aan de smaak en structuur van het supplement.



Recept: prebiotische carnivorenkoekjes

Sommige supplementen kunnen best een uitdaging zijn om bij je dier naar binnen te krijgen. Ondanks de neutrale smaak kan Psyllium zo'n product zijn. Dit komt omdat het veel vocht kan opnemen en de consistentie daardoor snel verandert in een slijmerige brij.

In de glutenvrije keuken voor mensen wordt al langer gebruikt gemaakt van Psylliumvezels omdat het naast de gezondheidsvoordelen ook als bindmiddel werkt en voor een juiste structuur zorgt.

Met dit recept voeg je op een smakelijke manier (en zonder stress!) extra vezels toe aan het voer.

Nodig

- Psyllium Husk
- Hondenworst (houdbaar vlees voor honden)
- Water

Hoe maak je het?

1. Verwarm de oven voor op 180 °C
2. Bekleed een bakplaat met bakpapier
3. Meng 2 flinke eetlepels Psyllium Husk met ongeveer 2 eetlepels water door elkaar tot het een beetje 'aanhangt'.
4. Prak met een vork een flinke snee (ongeveer 50 gram) hondenworst fijn en roer dit goed door het Psylliummengsel
5. Leng aan met water tot het zo'n beetje de consistentie heeft van gehakt. Hoeveel water je moet toevoegen hangt af van het merk worst dat je gebruikt; sommige zijn droger dan andere.
6. Vorm met je handen balletjes en plaats op de bakplaat.
7. Bak in het midden van de oven in 10 – 15 minuten gaar tot ze stevig zijn. Ze zijn goed als ze stevig en droog maar elastisch zijn.
8. Probeer je dieren uit de keuken weg te houden terwijl de koekjes afkoelen.

Tips

- Je kunt de balletjes ook rauw laten, maar dat is niet zo fijn in je jaszak. Voor gebruik thuis of om te geven aan de katten kan dit natuurlijk wel.
- Gebakken zijn deze koekjes in een afgesloten bakje en koel bewaard zeker een week goed. Rauw uiteraard korter.
- Zorg altijd voor voldoende vers drinkwater. Psylliumvezels zetten uit, dus voldoende water drinken is belangrijk.
- Geef je dieren niet te veel koekjes per dag.
- Voor Psyllium geldt: niet tegelijk geven met medicijnen en supplementen, maar laat er een uur tussen. Bij deze koekjes zal het niet zo'n vaart lopen, maar in een flinke hoeveelheid vormt Psyllium een slijmerige brij waardoor medicijnen verminderd kunnen worden opgenomen.



Lentekriebels?

Iedereen kijkt uit naar de lente, maar het is ook het seizoen waarin een aantal voorjaarsklachten de kop weer opsteekt. Sommige dieren hebben moeite met het wisselen van winterkleed naar zomervacht, andere krijgen last van de pollen in de lucht. Met producten van De Groene Os kun je deze seizoensgebonden klachten aanpakken.

Veranderingen in het voorjaar

De natuur zorgt in het vroege voorjaar voor een natuurlijke reinigingsperiode. Er is een schaars aanbod aan voedingsstoffen waardoor de spijsvertering tot rust komt en in de darmen de zo genoemde 'slakken' worden opgeruimd. In de loop van het voorjaar beginnen er weer kruiden te groeien die rijk zijn aan mineralen en een reinigende en versterkende werking hebben, zoals brandnetels en paardenbloemen.

Het nabootsen van deze voorjaarsperiode kan gezond zijn voor je dier, maar het compleet onthouden van voeding is voor de meeste dieren ongeschikt. Ook brengt een uitgebreide reinigingsperiode een aantal praktische bezwaren met zich mee. Door Drainage Compositum in te zetten is het toch mogelijk een reinigingskuur te doen.

Bij iedere situatie waarbij een teveel aan schadelijke stoffen moet worden afgevoerd, is Drainage Compositum het aangewezen middel. Het wordt ook gebruikt om de stofwisseling te verbeteren, waardoor onder andere de hormoonhuishouding beter in balans komt en voedingssupplementen beter worden opgenomen. Drainage Compositum laat zich goed combineren met Trias Omega.

Trias Omega

Trias Omega van De Groene Os is een smakelijke en gezonde aanvulling op de voeding van je dier. Het bevat lijnzaadolie, pompoenpitolie, olijfolie, teunisbloemolie, tarwekiemolie en vitamine E-olie. Deze oliën zijn rijk aan de essentiële vetzuren Omega 3, 6 en 9. 'Essentieel' betekent dat je dier ze niet zelf kan aanmaken.

Deze vetzuren hebben verschillende functies in het lichaam. Zo ondersteunen ze onder andere de hersenfunctie, beschermen ze de slijmvliezen van de luchtwegen, bevorderen ze een rustiger huidbeeld en helpen ze je dier om beter door de verharingsperiode te komen. Trias Omega is een uitstekende, langdurige ondersteuning voor je dier.

Omega 3 bevat twee belangrijke stoffen bevat: EPA en DHA.

EPA (Eicosapentaeenzuur) is onder andere belangrijk voor het gezond houden van hart en bloedvaten. DHA (Docosahexaeenzuur) heeft grote invloed op het goed functioneren van de hersenen die voornamelijk bestaan uit vetten met een hoge concentratie DHA. Omega 3 is ook aan te bevelen tijdens dracht en lactatie omdat DHA nodig is voor de ontwikkeling van de hersenen en het zenuwstelsel van de ongeboren vrucht.

Scutellaria Tinctuur

In de lente kunnen dieren last krijgen van de pollen in de lucht. Dit is te merken aan gevoelige luchtwegen, hoofdschudden en uitscheiding uit de ogen. Als pollen problemen veroorzaken, komt het vaak voor dat je dier ook andere klachten heeft. Bekende combinaties met pollenallergie zijn huidklachten of een (tijdelijke) overgevoeligheid voor licht. In al deze gevallen kan Scutellaria Tinctuur uitkomst bieden. Het werkt snel en zorgt ervoor dat het lichaam minder heftig reageert op een prikkel van buitenaf.



De grote voorjaars schoonmaak

Reinigen, wat wordt daar nou eigenlijk precies mee bedoeld? En wanneer is het nuttig?

Natuur

Iedereen weet dat de natuur onderhevig is aan seizoenen. Deze seizoenen hebben bepaalde 'thema's' voor mens en dier. In de lente komt alle flora en fauna tot groei en bloei en komen er weer meer voedingsstoffen beschikbaar. De zomer biedt kansen om alle jonge dieren veilig te laten groeien. In de herfst kunnen dieren hun laatste reserves aanvullen waarmee ze voorbereid zijn op de winter. In de winter teren dieren in op hun reserves.

Bij in het wild levende dieren zorgt de zeer sobere voeding aan het eind van de winter voor een soort 'vastenperiode'. Het lichaam gaat op zijn eigen reserves (of voedselvoorraad) interen, waarbij de in de (bind)weefsels opgeslagen afvalstoffen vrijkomen en het lichaam verlaten. Op deze manier vindt dus een natuurlijke reiniging plaats.

Aan het einde van deze periode van sobere voeding, rond eind februari/begin maart, gaan voorjaarskruiden zoals paardenbloemen, berkenscheutjes en brandnetels weer groeien. Ook heermoes en duizendblad komen weer op. Deze vroege voorjaarsgroeiers zijn vaak rijk aan allerlei mineralen en zorgen voor een diuretisch (vochtafdrijvend) effect en voor het geleidelijk aansterken van het lichaam. Door deze kruiden wordt het lichaam gestimuleerd om de afvalstoffen, die zich gedurende de winterperiode hebben opgestapeld, uit te scheiden.

Deze periode vormt ook de start van de rui. De meeste dieren ruien twee keer per jaar. Een keer in het voorjaar en een keer in het najaar. Tijdens de rui wordt de vacht verwisseld voor de komende twee seizoenen. De rui vraagt extra energie, maar kan ook worden gezien als een soort extra lichaamsreiniging. Als een dier problemen heeft om door de rui heen te komen, kan extra ondersteuning door middel van reinigende kruiden heel goed helpen.

Uitscheidingsorganen

Er zijn verschillende organen betrokken bij de reinigingsprocessen in het lichaam:

- Darmen

Het spijsverteringstelsel zorgt voor de vertering en opname van voedsel en voedingsstoffen. Hier kunnen rottings- en gistingprocessen bij om de hoek komen kijken (en dit is niet per se negatief!) die slakken veroorzaken. Dit zijn resten verteerd voedsel die aan het darmlumen (de holtes in de darm) blijven plakken. Door deze slakken kan de opname van voedingsstoffen minder goed verlopen.

- **Lever**

De lever is waarschijnlijk het meest bekende reinigende orgaan. De lever heeft zeer veel functies, zoals de synthese van bepaalde hormonen, de afbraak van allerlei stoffen (zowel lichaamseigen als lichaamsvreemd) en de vetvertering.

- **Nieren**

De nieren voeren verschillende wateroplosbare reststoffen af zoals creatine (onderdeel van de spierstofwisseling) en ureum (onderdeel van de eiwitstofwisseling).

- **Cellulair**

De cellen in het lichaam hebben een eigen stofwisseling en een eigen mini-reinigingsproces.

Verschillende soorten

Er zijn verschillende manieren om een reinigingsproces te bevorderen. We kunnen het beste kijken naar de orgaangroepen om te zien wat de verschillen zijn en wanneer welke producten kunnen helpen.

Darmen

Wanneer: de darmen zouden nooit vergeten mogen worden bij een reinigingskuur.

Het reinigen van de darmen is een voorwaarde voor een effectieve reiniging van de rest van het lichaam. Gezonde darmen zorgen bovendien voor een gezond immuunsysteem én een goede opname van voedingsstoffen en dus ook van eventuele supplementen.

Middelen: psylliumvezels hebben een reinigend effect op de darmen en helpen om slakken te verwijderen. Chlorella (een zoetwateralg) is in staat om zware metalen en andere schadelijke stoffen in de darmen aan zich te binden en op die manier af te voeren. Groene leem is ook een goede darmreiniger, maar kan bij gevoelige dieren wel obstipatie veroorzaken. **Lever**

Wanneer: bij obstipatie, slechte vetvertering, huidklachten, misselijkheid, hormonale disbalans en een slechte ruiperiode.

Middelen: met stip op 1: bittere kruiden (bijvoorbeeld paardenbloem, engelwortel) en mariadistel. Bittere kruiden bevorderen de leverwerking en galstroom. Mariadistel heeft daarnaast ook een leverbeschermende en -regenerende werking.

Nieren

Wanneer: bij klachten aan het bewegingsapparaat zoals artritis, artrose en spierstijfheid.

Ook peesblessures hebben baat bij reinigende nierkruiden.

Middelen: typische nierkruiden zijn brandnetel, heermoes, berk en guldenroede.

Cellulair

Wanneer: bij een slechte huid/vacht, slechte weerstand, slechte ruiperiode. Voor een algehele ondersteuning.

Middelen: MSM (methylsulfonylmethaan), B-vitaminen.

Andere maatregelen die nodig zijn om het reinigingsproces in het lichaam te ondersteunen: zorgen voor voldoende opname van vers, schoon drinkwater én zorgen voor ontspanning

Reinigen kost eerst energie voordat het wat oplevert. Daarnaast zorgt stress voor extra afvalstoffen. Stress is namelijk zeer vervuilend voor het lichaam doordat de verschillende stresshormonen ook weer moeten worden afgebroken en dat is niet handig tijdens het reinigingsproces. Het is sowieso belangrijk om negatieve stress bij je dier te voorkomen, maar nu al helemaal. Zorg dus dat je dier het eventjes rustig aan kan doen.

Wanneer niet?

Er zijn ook redenen om niet extra te willen reinigen. Zoals al gezegd kost het energie! Dat je dier een goede basisgezondheid moet hebben, is een voorwaarde om extra te gaan reinigen.

Andere redenen om geen reinigingskuur te geven kunnen zijn:

- vlak na een operatie of bevalling
- tijdens de dracht of lactatie
- bij (chronische) aandoeningen
- in stressvolle periodes
- bij ondergewicht
- bij medicijngebruik

Veel reinigende stoffen hebben een interactie met medicijnen. Dit geldt voor bijna alle bittere kruiden omdat deze via de lever werken. De meeste medicijnen worden ook door de lever gemetaboliseerd en afgebroken. Medicijnen kunnen dan in combinatie met deze kruiden anders werkzaam zijn. In een aantal gevallen kan mariadistel nog wel worden ingezet.



Een poepverhaal

Het spijsverteringsstelsel en de bijbehorende inhoud zijn heel interessant. Bij De Groene Os krijgen wij er veel vragen over en met name vragen over honden en katten die problemen hebben met verstopte of ontstoken anaalkliertjes.

Anaalklieren

Als je je een klok voorstelt bevinden de anaalklieren, of anaalzakjes, zich op 4 en 8 uur in de sluitspier bij de anus. De zakjes zijn gevuld met een zeer sterk ruikende vloeistof. Als het goed is wordt bij iedere ontlasting een klein beetje van deze vloeistof mee naar buiten gedrukt. Als een dier heel erg schrikt (bij acute paniek) kunnen de anaalkliertjes zich ook 'spontaan' legen.

De vloeistof in de anaalkliertjes heeft een functie in de geurcommunicatie bij dieren. De geur is uniek en er valt van alles aan af te lezen; onder andere het geslacht, de leeftijd en de gemoedrust van de 'boodschapper'. Mogelijk heeft dit sterk ruikende goedje ook een functie in de territoriumafbakening bij dieren in hun oorspronkelijke leefgebied.

Overvuld, verstopt of ontstoken

De anaalkliertjes kunnen jeuk en irritatie geven ('sleetje rijden'). Dit gebeurt als de kliertjes tijdens het ontlasten niet voldoende gelegeerd worden. Hierdoor raken ze overvuld en als er vervolgens wat anaalkliervloeistof opdroogt in de buisjes die in verbinding staan met de anus, kan er een verstopping ontstaan die tot een ontsteking kan leiden.

'Sleetje rijden' is een spijsverteringsklacht

Heel vaak zijn verstopte anaalklieren gerelateerd aan voeding, zeker als dit een regelmatig terugkerende klacht is. Het is dus eigenlijk een spijsverteringsklacht. Het is daarom aan te raden om eens kritisch naar het voer van uw dier te kijken. Hoe 'doet' uw dier het op dit voer? Hoe vaak per dag heeft uw dier ontlasting en hoe is deze van consistentie (erg stevig of juist dun of misschien wel heel wisselend)? Normaalgesproken worden namelijk de anaalkliertjes door de ontlasting geleidelijk aan 'leeggedrukt'. Als de ontlasting een afwijkende consistentie heeft gebeurt dit minder goed. Wanneer er ook sprake is van een (lichte) mate van ontstoken anaalklieren kan dit te maken hebben met een verhoogde gevoeligheid voor ontstekingen. Hier horen vaak allergieën bij, zoals voedselallergie.

Anaalkliertjes legen

Als dieren problemen hebben met hun anaalkliertjes is het gebruikelijk deze te laten legen door de dierenarts of hondentrimmer. Helaas kan je dier dan in een vicieuze cirkel belanden: de kliertjes worden juist geprikkeld en nog actiever. Laat dit daarom alleen doen wanneer er geen andere oplossing is. Als het even kan is het dus belangrijk om er vooral van af te blijven en te kijken of de oorzaak gevonden kan worden en het probleem van binnenuit te behandelen.

De kwaliteit van poep

Als we problemen met de anaalkliertjes willen aanpakken is het goed eerst naar de voeding te kijken, want zoals gezegd is dit meestal de oorzaak. Daarnaast kunnen extra vezels (zoals Psyllium Husk) helpen om de kwaliteit van de ontlasting te verbeteren. Deze onverteerbare voedingsvezels maken de darmpassage gemakkelijker. Ze helpen om te dunne ontlasting dikker te maken en om te harde ontlasting juist volumineuzer en zachter te maken.

Om een goede weerstand in stand te houden kun je ook aan All Septicum denken. Deze kruidentinctuur kan worden toegediend bij geprikkelde anaalkliertjes.

Als een allergie de onderliggende oorzaak is van steeds terugkerende anaalklierproblemen, dan is er uiteraard maar één oplossing en dat is het wegnemen van de oorzaak.



Het lichaam in beweging

Door kou en vochtigheid in de winter kunnen dieren meer last krijgen van bewegingsproblemen. Aandoeningen als artrose (slijtage aan de gewrichten) verergeren vaak in dit jaargetijde. Daarom kan het nuttig zijn wat extra's voor je dier te doen met een opbouwend voedingssupplement of met een uitwendig middel. Het is dan wel belangrijk om te weten hoe gewrichten werken en waar de werking van de ondersteunende middelen op gebaseerd is.

De gewrichten

Gewrichten vormen de overgang tussen twee botuiteinden en zorgen ervoor dat beweging mogelijk is. Onderling zijn gewrichten allemaal verschillend, maar ze hebben wel allemaal dezelfde basisstructuur. Op de plaats waar twee (of meer) botuiteinden samenkomen, zijn deze uiteinden bedekt met een laagje kraakbeen. Kraakbeen werkt als een schokdemper en zorgt ervoor dat de beweging in het gewricht vloeiend verloopt. Het gewricht wordt bijeengehouden door een gewrichtskapsel, dat is een soort afdek- en beschermlaagje van bindweefsel.

Gewrichten worden niet doorbloed. Door de inwerking van krachten op het gewricht zouden bloedvaten steeds stuk gaan. In het gewrichtskapsel bevindt zich synoviaalvloeistof waarmee het kraakbeen wordt gevoed. Deze stroperige vloeistof laat het gewricht soepel bewegen. Je zou het als een soort smeerolie kunnen zien.

In en om de gewrichten zitten banden die de natuurlijke beweging begeleiden en het gewricht mooi bijeen houden. Spieren zijn door middel van pezen aan het skelet verbonden. Pezen zijn de uiteinden van spieren en hun aanhechtingsplaatsen zitten dicht bij de gewrichten.

Artrose

Artrose is slijtage van het gewrichtskraakbeen. Naast deze slijtage is er ook sprake van woekeringen in het gewricht en dat gaat vaak gepaard met een bepaalde mate van ontsteking. Deze slijtage kan worden veroorzaakt door ouderdom, overbelasting (bijvoorbeeld verkeerd trainen), verkeerd bewegen of een trauma (bijvoorbeeld een blessure).

Er kan ook een aangeboren aanleg voor artrose zijn door erfelijke kwalen of onzorgvuldige fokkerij. Dit is vooral bij bepaalde hondenrassen het geval. Tenslotte kan ook overgewicht artrose veroorzaken doordat de gewrichten te zwaar belast worden.

Bij artrose wordt het oorspronkelijk gladde oppervlak van het kraakbeen rafelig. Dit leidt tot irritatie in het gewricht. Het gevolg is dat banden, kapsels en pezen door het vervormde gewricht ook geïrriteerd raken. Pijn, stijfheid en startpijn (pijn en stijfheid als het dier weer in beweging komt na een periode van rust) zijn de belangrijkste klachten.

Artritis

Artritis is een ontsteking van het gewricht. Het kan verschillende oorzaken hebben, waaronder overbelasting, een trauma of een bepaalde afwijkingen in de stofwisseling. Artritis komt vaak voor in combinatie met artrose. Het bewegen met een beschadigd of versleten gewricht geeft irritaties waardoor het kan gaan ontsteken.

Ondersteuning van de gewrichtsfunctie

Er zijn verschillende stoffen die kunnen worden ingezet bij dieren met artrose of artritis. Een goed, opbouwend supplement bevat onder andere vitamine C, magnesium, glucosamine, chondroïtine, calcium en MSM. Van essentieel belang is dat al deze stoffen in een goed verteerbare vorm aanwezig zijn. De eigenschappen van enkele van deze stoffen:

- **Vitamine C:** draagt bij aan de vorming van collageen en daarmee aan de normale functie van het gewricht.
- **Magnesium:** heeft veel functies in het lichaam en is onder andere van belang voor het zenuwstelsel en een normale spierfunctie.
- **Calcium:** bekend voor gezonde botten, maar is ook van belang voor het goed functioneren van spieren en zenuwen.

Voor een optimale ondersteuning wordt een opbouwend middel gecombineerd met een kruidenpreparaat:

- **Boswellia serrata** (wierookhars): bevat boswelliazuur dat ontstekingsremmend werkt en van nature affiniteit met gewichten, pezen en slijmbeurzen heeft. Deze stof remt de vorming van oedeem en zwellingen die kunnen optreden bij ontstekingen.
- **Rosmarinus officinalis** (rozemarijn) en **Zingiber officinalis** (gember): verminderen pijnklachten en hebben een positieve werking op het maag-darmkanaal. Rozemarijn werkt stimulerend en gember juist verzachtend en beschermend.
- **Camelia sinensis** (groene thee) en **Rosa canina** (hondsroos): sterke antioxidanten die de cellen beschermen.
- **Yucca filamentosa** (palmlelie): een graag gebruikt kruid bij verschillende klachten aan het bewegingsapparaat.

Een onderdeel dat tot de basissupplementen behoort, is een goed vetzuurpreparaat. Essentiële vetzuren zijn bij veel lichaamsprocessen betrokken en kunnen helpen bij het gezond en soepel houden van het bewegingsapparaat.



Tips om soepel te bewegen

Er wordt ons vaak gevraagd of wij kunnen helpen het bewegingspatroon (manier van bewegen) van een dier te verbeteren. Als je ziet dat het bewegen niet meer soepel gaat, is belangrijk om met je dier naar de dierenarts te gaan. Vervolgens kun je de adviezen en oefeningen ondersteunen met de voedingssupplementen die worden beschreven aan het eind van dit artikel.

Soorten bewegingstherapie

Na de diagnose van de dierenarts zijn er verschillende professionals die met manuele therapie en bewegingstherapie je dier kunnen behandelen. Welke therapeut je kiest, hangt vooral af van de hulpvraag en van welke therapie je het meest aanspreekt. Een greep uit de mogelijkheden:

- **Fysiotherapie**

Fysiotherapeuten voor dieren hebben een flinke studie op zak: na de afronding van de humane opleiding hebben zij de specialisatie fysiotherapie voor dieren gevolgd. Fysiotherapie is vooral toepasbaar voor honden en paarden. Sommige therapeuten behandelen echter ook katten. De fysiotherapeut heeft verschillende technieken tot zijn of haar beschikking zoals massage, bewegingstherapie en hydrotherapie.

- **Ttouch®**

Ttouch® en Tteam® zijn door de Canadese Linda Tellington Jones ontwikkeld technieken. Ttouch® is een manier van aanraken (een manuele techniek) en Tteam® een manier van trainen en 'grondwerken'. Hierbij doet je dier nieuwe ervaringen op door middel van speciale oefeningen op een parcours. De methode is erop gericht om je dier een nieuw lichaamsbewustzijn te geven waardoor spanning in het lijf kan verminderen. Dit heeft dan weer invloed op de mogelijkheden in beweging en daardoor op het gedrag. Over deze therapie is veel informatie beschikbaar in de vorm van boeken en workshops waardoor je, na wat begeleiding, de technieken thuis goed kunt toepassen.

- **Acupunctuur en shiatsu**

Acupunctuur en shiatsu (drukpuntmassage) zijn onderdeel van de traditionele Chinese geneeskunde en worden al duizenden jaren toegepast. Beide technieken houden zich bezig met de doorstroming van energie (qi) door de meridianen (de energiebanen) in het lichaam. Door op bepaalde plaatsen gericht druk uit te oefenen of naaldjes in te brengen, kan de energie in het lichaam worden gestuurd, aangewakkerd of juist getemperd worden. Het is opvallend hoe goed dieren ontspannen tijdens een behandeling bij een acupuncturist.

- **Osteopathie en craniosacraaltherapie**

Osteopathie is een manuele techniek waarbij een holistische benadering centraal staat. In de holistische geneeskunde wordt niet alleen de aandoening behandeld, maar wordt ook naar de mens of het dier als geheel gekeken en naar de basis waar de ziekte uit voortgekomen is. De osteopaat kijkt naar het bewegingsapparaat en neemt in zijn of haar benadering ook verschillende orgaanstelsels en het craniosacraal systeem mee: schedel, hersenvliezen, ruggenmerg(vlies) en hersenvocht circulatie.

Craniosacraaltherapie is ontstaan vanuit de osteopathie. Hierbij wordt het bindweefsel

behandeld door middel van zachte manuele technieken die een ontspannende werking hebben.

Beide zijn hele subtiele therapieën waarbij geen gebruik wordt gemaakt van naalden, medicijnen of apparaten.

Let op!

Van veel therapieën zijn de titels onbeschermd. Dat betekent dat iedereen de titel kan gebruiken en zich therapeut kan noemen terwijl er grote verschillen in opleiding zijn. Het is daarom verstandig om vooraf te informeren hoe iemand is opgeleid en hoeveel ervaring iemand heeft.

Wat kun je zelf doen?

Als je je dier wilt helpen om soepel te blijven bewegen, kun je de volgende stappen ondernemen:

- **Voorkom overgewicht**

Als je dier te zwaar is, geeft dit extra druk op het bewegingsapparaat en dat kan het bewegen belemmeren. Voorkom dat je dier te mollig wordt en pak overgewicht aan.

- **Regelmatig bewegen zonder overbelasting**

Om spieren, botten en gewrichten sterk te houden is het belangrijk om vaak te bewegen zonder je dier te overbelasten. Voor oudere dieren kan dit betekenen dat ze vaker maar korter moeten bewegen. Bied je dier ook mentale uitdagingen, bijvoorbeeld door spelletjes of een clickertraining. Bij deze training leert je hond dat het geluid van de clicker betekent dat hij een beloning (brokje) heeft verdiend. Je drukt op de clicker op het moment dat je hond het door jou gewenste gedrag vertoont. Omdat hij het geluid van de clicker gaat associëren met een verdiende beloning, zal hij het gedrag waarvoor je clickt steeds vaker gaan herhalen.

- **Je dier laten zwemmen**

Zwemmen is een uitstekende vorm van bewegen. In water kan je dier onbelast bewegen terwijl de spieren juist flink aan het werk worden gezet. Voorwaarde is wel dat je dier graag zwemt en dat het water niet te koud is.

- **Zorg voor het kwetsbare dier**

Oudere dieren verdienen wel een beetje comfort. Kijk voor je dier nog eens kritisch naar de slaapplekken. Voorkom tochtige plekken, hoge instappen of andere moeilijk bereikbare plekken. Zorg ook voor een mand die groot genoeg is zodat je dier zelf kan kiezen hoe het wil liggen en niet in een bepaalde houding gedwongen wordt.

Ondersteunende middelen van De Groene Os

Ook voedingssupplementen kunnen helpen om het bewegingsapparaat in goede conditie te houden. Glucosamine Complex met onder andere calcium, magnesium en vitamine C helpt om de gewrichten, de spieren en het zenuwstelsel gezond te houden. Het middel vormt een uitstekende combinatie met Cox Compositum. Dit is een kruidentinctuur met onder andere Boswellia, die bij oudere en kwetsbare dieren de chronische verschijnselen verlicht. Ook extra vetzuren in de vorm van Trias Omega helpen om de gewrichten soepel te houden.



Alles over vakantie met je hond

Het is volop vakantietijd en natuurlijk kijken we ernaar uit om op reis te gaan. En wat is er nou leuker dan vakantie? Vakantie mét je hond natuurlijk!

Vorbereidingen

Veel van de voorbereidingen zullen afhangen van de vakantiebestemming waar je voor kiest. Zo heeft ieder land zijn eigen invoer- en transport regels. Wist je bijvoorbeeld dat het in Duitsland verplicht is om honden in een autogordel te vervoeren? Ook zijn er bepaalde inentingën verplicht. Je dierenarts kan je hier meer over vertellen. Ook de manier van reizen maakt veel verschil. Pak je de auto of het vliegtuig.

In verschillende landen (bijvoorbeeld Frankrijk en Duitsland) gelden regels voor honden van bepaalde rassen en groottes. Dit kan inhouden dat je je hond aangelijnd moet houden, in bezit moet zijn van een muilkorf en voor sommige rassen zelfs dat ze helemaal niet meekunnen.

Uiteraard is je dier allang gechipt; wist je dat dit nu in alle EU landen verplicht is? Check samen met je dierenarts of het paspoort ook klopt. Het is verstandig om naast je gewone penning een tweede penning met je vakantieadres en telefoonnummer aan het tuigje of halsband van je hond te bevestigen.

Je kiest natuurlijk een vakantieadres waar honden welkom zijn, maar ook lokaal kunnen er bepaalde regels zijn. Zoek bijvoorbeeld uit of er losloopgebieden zijn of dat er gebieden zijn die vol zitten met wild. Dat laatste is niet handig als je een hond met een groot jachtinstinct hebt.

De reis zelf

De meeste baasjes die met hun hond op vakantie gaan zullen kiezen voor een autovakantie. Weet je hoe je hond reageert op lange autoritten? Probeer je dier hier van tevoren aan te laten wennen. Een reis met een hond die niet lekker wordt van autorijden kan een lange rit worden...

Zorg dat je hond niet met een volle maag de auto in hoeft en begin een á twee weken van tevoren met Maag Compositum als je weet dat je hond een gevoelige maag heeft.

Het is gezond voor jezelf en nodig voor je hond om iedere twee tot drie uur te pauzeren en even de benen te strekken en een plas te kunnen doen.

Laat je hond nooit alleen achter in de auto! Ook niet eventjes of met de ramen open. Ieder jaar denken mensen dat ze wel even een boodschap kunnen doen met de hond in de auto en ieder jaar overlijden hierdoor honden. Neem geen risico en doe dit niet!!

Afhankelijk van hoe lang de reis duurt kan je hond wel wat afleiding gebruiken. Kleine kauwbotjes kunnen in de auto beter vermeden worden i.v.m. met verslikkingsgevaar, maar groter kauwmateriaal is eventueel wel een optie. Als er meerdere personen meereizen die geen auto hoeven te besturen is het zelfs een optie een klein hersenwerkje (zie het volgende artikel *Hersенwerk voor honden*) te doen.

Teken en ziektes

Naast verplichte inenting kan het in sommige landen een goed idee zijn om je hond extra te beschermen tegen bepaalde ziektes. Denk hierbij bijvoorbeeld aan het Middellandse Zeegebied. Hier komen bepaalde soorten teken en muggen voor die nare ziektes (zoals leishmania en ehrlichia) kunnen overbrengen. Overleg met je dierenarts of het nodig is je hond hiertegen te beschermen.

EHBO

Naast de standaard EHBO-kit met gaasjes, een thermometer, pincet en schaar gaan er bij ons ook altijd wat extra zaken mee: een tube Groene Leem Wond(er)pasta (o.a. ter verkoeling bij insectensteken), een tekenverwijderkaart of -lasso, een flesje All Septicum (voor de weerstand) en Pees Compositum (bij een zwaarbelast bewegingsapparaat). Ook Multi Milk is een fijn uitwendig hulpmiddel bij vallen en stoten.

Checklist

Meenemen voor optimaal vakantieplezier:

- Het hele gezin (inclusief hond).
- Dierenpaspoort met chipnummer.
- EHBO-koffer.
- Telefoonnummer van je eigen dierenarts en lokaal de dichtstbijzijnde (tip: bewaar in de EHBOkoffer én in de telefoons).
- Eigen voer.
- Water voor onderweg. In landen waar de waterkwaliteit niet geschikt is voor consumenten kan het zijn dat die ook niet geschikt is voor honden. Zorg dan voor extra flessenwater.
- Tuigje (of halsband) met penning met je telefoonnummer, een reserve-exemplaar én een penning met de gegevens van je vakantieadres.
- Lijn en reserveliјn. Houd er rekening mee dat op je vakantieadres misschien minder loslooplekken zijn of misschien veel wild zit. Met een lange lijn en goed passend tuig kun je je hond toch wat bewegingsvrijheid geven.
- Eigen mand of deken. Een vertrouwde geur zorgt ervoor dat de hond zich een stuk sneller op zijn gemak voelt.
- Extra deken(s) om de auto en meubels op het vakantieadres te beschermen.
- Bodempin met sterke lijn voor de kampeerdere (uiteraard de hond niet zonder toezicht vastleggen). Check de sterkte van de lijn en musketon goed. Mijn ervaring is dat deze (helaas) te wensen over kunnen laten.
- Speeltjes en kauwbotten. Ideaal als je eens ergens een hapje wilt eten. Het hondenequivalent van kleurpotloden voor kinderen.
- Zaklamp! Handig voor een laatste plasronde in een donker bos; een lamp voor op je hoofd is ook erg handig.

- Afhankelijk van het land waar de reis (door)heen gaat: muilkorf, autogordel voor honden, autokennel.

Actieve vakantie

Op vakantie loop je vaak zo vanuit je bed de natuur in. We maken extra lange wandelingen of gaan wel eens steppen. Plan je een hele actieve vakantie? Begin dan nu in Nederland alvast de conditie op te bouwen, anders wordt het niet echt een pretje voor je hond. Ook is het beter voor het baasje om fit aan zijn of haar actieve vakantie te beginnen.

Nederlandse honden zijn over het algemeen ook niet zo gewend aan bergen. Bedenk dat deze ondergrond heel anders is en de voetkussentjes kan beschadigen. Smeer deze eventueel in met een mengsel van glycerine en kamferspiritus om ze harder te maken. Denk ook aan een uitrusting zoals een speciaal tuigje dat geschikt is voor bergwandelingen. Hier kan je hond mee worden opgetild om bijvoorbeeld veilig over een te groot rotsblok geholpen te worden.



Hersenenwerk voor honden

Er wordt steeds meer over gepubliceerd: hersenenwerk voor honden (en andere dieren).

Onze huisdieren hebben behoefte aan balans tussen fysieke en mentale uitdaging in combinatie met voldoende rustmomenten. Hersenenwerk zijn eigenlijk puzzels of snuffelspelletjes waarbij je hond op zoek gaat naar kleine hoeveelheden voer of speelgoed, al naar gelang wat je hond het leukste vindt.

Dit zoeken is zeer intensief voor je hond. Het is niet alleen mentaal inspannend, maar onderschat ook het fysieke aspect niet. Het is geen vervanging voor een flink stuk rennen, maar de neus maakt overuren waardoor de ademhalingsfrequentie en hartslag stijgen. Werken met de neus is zeer vermoeiend! Niet alleen voor gezonde honden is het samen met de baas doen van hersenenwerk een verrijking, maar ook voor oudere of geblesseerde honden kan dit een uitlaatklep zijn. Ook uitermate geschikt voor regenachtige dagen!

Bij onderstaande spelideeën is het belangrijk om het samen te doen. Het is geen bezigheidstherapie voor als de mens van huis is. Alles draait om beheersing; samen een puzzel oplossen in plaats van de puzzel met brokjes en al door de kamer smijten.

Spelletjes

Onderstaande spelletjes zijn slechts ideeën, gebruik vooral je eigen fantasie en pas ze aan naar wat je hond echt motiveert.

- Ga naar een discountwinkel en sla in: koekjesvormen in een houder, plastic bakjes, badsponzen, muffinblikken, etc. Alles waar je een snoepje of speeltje in kan verstoppen waar je dier naar kan zoeken. Maak het in het begin niet te moeilijk, maar houd wel in de gaten dat je dier beheerst te werk gaat. Als je een tijdje regelmatig hersenwerkjes met je dier doet, zie je overal een puzzel in!



Spulletjes om naar uit te kijken

- Bewaar oude kleren (vooral jeans zijn geschikt). Verstop snoepjes in de zakken. De pijpen kunnen worden opgerold om in de rol de brokjes te verstoppen. Je hond moet dan duwen met zijn neus om te 'ontrollen' om bij de snoepjes te komen. Yogamatten zijn hier ook heel geschikt voor.



Ivy duwt met zijn neus de yogamat steeds verder om bij een brokje te komen

- Je kunt ook oud textiel in losse knopen leggen en daar snoepjes in verstoppen.
- Verstop wat lekkers in een muffinblik en zet daar wat bovenop: wc-rollen, ballen, plastic bekertjes of iets dergelijk zodat je hond dit eraf moet pakken om bij het lekkers te komen.



Het muffinblik in actie

Gebruik het huis of de tuin als enorm hersenwerk: verstopt snoepjes of het favoriete speeltje en laat je hond het zoeken. Maak het in het begin weer niet te moeilijk, je hond moet eerst leren hoe leuk dit wel niet is en dat gebeurt alleen door hem succes te laten hebben. Zorg er in het begin dus voor dat je hond kan zien waar je het verstopt. Maak het steeds wat moeilijker (je hond kan het niet zien en maak de verstopplek moeilijker). Dit is erg geschikt om een simpele brokkenmaaltijd te verstoppert!

- Een vorm met koekjesuitstekers doet prima dienst als hondenpuzzel! Je kunt het moeilijker maken door propjes papier op het brokje te doen of er een deksel of (thee)doek op te leggen die je hond er eerst af moet halen om aan de puzzel te kunnen beginnen.



Goed begeleiden! Beheerst de vormpjes eruit pakken en niet alles overhoop gooien

Deze is meer geschikt voor katten: maak een piramide van wc-rolletjes en lijm ze aan elkaar met de open kant naar buiten gericht. Hierin verstopt je brokjes of een speelgoedmuis die je kat er uit mag hengelen.

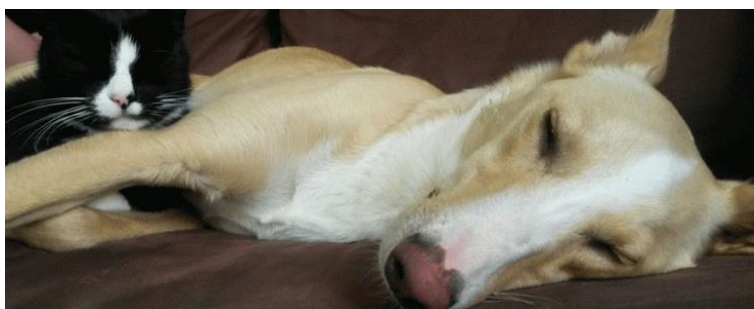
- Wc-rolletjes en honden: frummel één kant dicht en doe de 'schat' erin. Vouw nu de andere kant dicht. Het is wel het beste om dit te doen vóór het stofzuigen, want het wc-rolletje overleeft het niet.



Alles draait om beheersing: “wachten” en “toe maar”

Draai plastic bloempotjes ondersteboven en verstop het favoriete speeltje onder een van de potten en laat je hond zoeken.

- Neem een plastic bekertje of bakje en doe er een snoepje in. Leg er de badspons op. Je hond moet beheerst de badspons eraf pakken om bij het snoepje te komen. In het begin zul je een beetje moeten sturen! En pas op dat hondlief de badspons niet véél interessanter vindt dan het brokje.



5 tips om een geblesseerde hond bezig te houden

Deze week voltrok zich bij ons thuis een klein ‘drama’ voor een van onze dieren. De hond des huizes, een levenslustige eenjarige podenco wiens grootste passie rennen is, raakte geblesseerd. De dierenarts concludeerde een geïrriteerd kniegewricht door een verdraaiing of verrekking. Hij mag voorlopig niet van de lijn tijdens het uitlaten, oftewel hij kreeg de gevreesde ‘lijnrust’. Als hij z’n vriendjes in het park ziet, wil hij wel, maar gaat (en mag) het even niet. Naast verplichte rust en gecontroleerde beweging krijgt hij Pees Compositum om het herstel verder te ondersteunen.

De lijnrust

Er kunnen verschillende redenen zijn waarom je hond (tijdelijk) minder kan of mag bewegen. Zo moeten oudere dieren met bewegingsproblemen of honden die herstellend zijn van een operatie het soms even rustig aan doen. We hebben een aantal uitgebreid beproefde tips op een rijtje gezet die op een leuke manier je hond bezighouden tijdens periodes van verplichte rust:

- **Impulscontrole oefenen**

Deze oefeningen zijn er op gericht om je hond te leren niet zomaar eten of een speeltje te pakken, maar eerst even bij jou te 'checken'. Zo kunnen deze oefeningen gebruikt worden om je hond te leren niet zomaar iets van de straat te eten. De volgende link helpt je op weg:

www.impuls-controle.nl/impulscontrole.htm

- **Zet z'n neus (en z'n hersens) aan het werk!**

Hersenwerk voor honden is momenteel enorm populair en op allerlei niveaus uit te voeren. Verstop z'n brokjes eens in de tuin, maak een grabbelton met ballen, ander speelgoed en verstopte snoepjes of ga met een heus speurbuisje aan de slag. Voor de fanatiekelingen (van alle rassen en leeftijden) zijn er ook verschillende cursussen in het speuren.

- **Quality time**

Mensen hebben nogal eens haast. Honden niet. Tijden waarin je hond minder kan bewegen zijn uitstekend te benutten om meer in contact te komen met je dier. Geniet van elkaars aanwezigheid! Laat hem maar eens de hele omgeving afsnuffelen waar hij wil. Bedenk wat een informatie die neus toch allemaal verwerkt. Op die manier krijgt een klein rondje aan de lijn toch betekenis. Een andere bezigheid die honden graag met hun 'familie' doen is kauwen. Neem een kauwsnack mee naar het dichtstbijzijnde park, zoek een mooie boom uit, ga in de schaduw zitten en geef je hond de kauwsnack. Voor je hond de bevestiging: wij horen bij elkaar. Er is maar één must: telefoon thuis laten en genieten van het simpelweg samen zijn met je hond.

- **Hondenijsje**

Een heerlijke verkoeling zonder wilde speelpartijen in het water. Vries een paar hondenkoekjes met wat fruitpuree of vleesbouillon in met behulp van een ijsvormpje. Gebruik een stukje buffelhuid als stokje. Spoel het ijsje even af met lauw water voor je het aan je hond geeft. Hiermee voorkom je dat bij de eerste lik zijn tong aan het ijsje blijft plakken.

- **Brokjes vissen uit een bak water**

Een variatie op de eerder genoemde grabbelton: vul een teiltje met water en gooi er wat ballen of ander speelgoed in dat bestand is tegen water. Doe er ook een paar snoepjes of brokjes bij (liefst brokjes die niet meteen uit elkaar vallen). Gegarandeerd snorkelplezier! Dit spelletje kan ook met alleen speelgoed gespeeld worden. Laat je hond de speeltjes uit de teil apporteren. Als dit lukt kun je proberen om je hond een specifiek speeltje uit de teil te laten halen, bijvoorbeeld de bal en niet de stok of de kong.

Inmiddels mag onze podenco alweer wat meer bewegen, maar deze periode van rust viel met de bovenstaande tips alleszins mee en was zelfs een ware eye-opener!



Verharen

Je komt terug van de stal en vindt meer haar op je trui dan op je paard, je hond laat een tapijt achter op de pas gestofzuigde bank en je zwarte kat vindt een witte blouse de perfecte slaappleats. Jawel, het verharen is weer begonnen!

De meeste dieren verharen tweemaal per jaar. In het vroege voorjaar vervuult een dier zijn winterjas voor een zomervacht. In het najaar valt de zomervacht uit, terwijl de winterjas wordt aangemaakt.

Sommige dieren vervuilen hun seizoensjas moeiteloos, maar opvallend veel dieren komen maar moeilijk door de rui heen. Ook zijn er dieren die een verre van oorspronkelijke vacht hebben (dichte onderlaag en dunne bovenlaag) waardoor de rui al lastiger verloopt. Als we kijken welke factoren invloed hebben op de ruiperiode dan kunnen we dieren die zeer langdurig ruien een handje helpen met een aantal simpele maatregelen:

- **Licht**

De rui wordt onder andere ingezet door het korter of langer worden van de dagen. Dieren ons huis krijgen door het vele kunstlicht hier minder van mee. Probeer daar rekening mee te houden door je huisdieren op een matig verlichte plaats te laten slapen.

- **Temperatuur**

Temperatuur is een belangrijke factor voor de kwaliteit van de vacht. Bij de moderne manier van dieren houden kan dat weleens verstoord zijn. Veel honden en katten liggen het liefst tegen of óp de cv. Geef ze daarom een slaappleats waar ze niet vlak naast de kachel liggen. Veel problemen met de rui en vacht hangen samen met de droge, warme lucht van de centrale verwarming.

- **Hormonen**

Hormonen sturen veel lichaamsprocessen aan en hebben een belangrijke invloed op de kwaliteit van de huid en vacht. Een gezond hormoonstelsel is dus essentieel voor een soepele vachtwisseling. Provarium Breeding kan helpen om een gezonde hormoonbalans te houden.

- **Vachtverzorging**

Sommige problemen ontstaan door je dier te veel te wassen en te borstelen. Dit kan leiden tot een zeer langdurige rui, te veel talgaanmaak of een hele droge huid. Veel wassen is niet goed voor de van nature waterafstotende vacht. Probeer alleen te wassen als je dier écht heel vies is of tegen ongedierte behandeld moet worden. Te veel borstelen kan de haarzakjes overmatig stimuleren. Wat 'te veel' is verschilt per dier. Voor de meeste kortharige honden is eenmaal per

week borstelen ruim voldoende. Bij langharige dieren moeten vooral klitten voorkomen worden. Tijdens de rui kun je dit iets vaker doen.

- **Spijs en spijsvertering**

Gezonde voeding is de basis van een goede gezondheid. Vetzuren zoals in Trias Omega zorgen voor een gezonde huid en vacht en kunnen helpen om je dier sneller door de rui heen te laten komen.

Als de lever te veel moet werken, bijvoorbeeld door verkeerde voeding of vervuiling door chemicaliën, is het goed deze extra te ondersteunen. De lever heeft diverse belangrijke functies, zowel voor de spijsvertering en het aanmaken van verschillende vitamines als voor het aanmaken van hormonen. Tweemaal per jaar een reinigingskuur in de vorm van Drainage Compositum kan uitkomst bieden. Hierbij is wel een belangrijke voorwaarde dat je dier gezond genoeg is om de afvalstoffen weg te kunnen werken en het eventjes wat rustiger aan mag doen.

Vachtkruiden

Vachtkruiden biedt een uitgekiende mix van kruiden en voedingsstoffen om de huid en vacht van je dier te ondersteunen. Vachtkruiden kan niet alleen worden ingezet bij dieren die moeizaam door de ruiperiode heenkomen, maar helpt ook bij kale plekken.



Hier heeft de hond wel oren naar!

En niet alleen de hond...

Dit artikel gaat vooral over honden, maar de genoemde adviezen zijn ook geschikt voor katten met oorkriebel! Dus spits de oren...

Soorten en vormen

Honden: ze zijn er in alle denkbare vormen en maten, zo ook hun oren. De voorouder van de hond, de wolf, heeft spitse, staande oren. Toen domesticatie optrad en de hond vanuit de wolf evolueerde, is onder andere de vorm van de oren veranderd. Dit zou een bijkomend effect van domesticatie kunnen zijn.

Bij een onderzoek in de voormalige Sovjet-Unie werden vossen gefokt waarbij steeds de minst agressieve dieren werden geselecteerd om mee verder te fokken. Binnen een paar generaties was te zien dat de vachtkleur en aftekeningen begonnen te veranderen en dat de oren meer gingen hangen. Er zijn nog steeds veel hondenrassen die staande oren hebben zoals herders, poolhonden, sommige terriërs, gezelschapshondjes en oertypen. Deze honden zijn net zo gedomesticeerd als honden met hangende oren. Het is de mens die per ras en gebruik van de hond is gaan selecteren op eigenschappen van o.a. de oren.

Sommige honden zijn gevoeliger voor klachten aan de oren dan andere. In de praktijk blijkt dat met name honden met hangende oren en honden met veel haar rondom de gehoorgang last kunnen krijgen. Dit heeft vooral te maken met onvoldoende zuurstof bij de gehoorgang. Veroorzakers van een infectie voelen zich prima thuis in een broeierig, zuurstofarm klimaat. Een dierenarts of trimsalon kan advies geven over hoe de vacht het beste kan worden verzorgd zodat verschijnselen aan de oren worden beperkt. Te veel haar bij de gehoorgang kan bijvoorbeeld weggeknipt worden. Grote hangende oren kunnen ook regelmatig even over het hoofd omhoog worden gespeld (met een niet te strak haarspeldje) of getapet met schilderstape (afhankelijk van de hoeveelheid haar).

Wanneer naar de dierenarts?

Er zijn verschillende signalen die erop kunnen wijzen dat je hond last heeft van de oren. Het is dan goed om te laten onderzoeken wat er aan de hand is. Let op de volgende verschijnselen:

- schudden met de kop
- overmatig krabben
- stinkende oren
- uitscheiding uit de oren
- janken of piepen
- kop naar één kant dragen of zelfs helemaal overhellen naar één kant □ slecht horen

Naar aanleiding van de symptomen en na onderzoek van de gehoorgang kan de dierenarts een diagnose stellen. Soms kan er bijvoorbeeld sprake zijn van een vreemd voorwerp (zoals een grasaar) in de gehoorgang. Ook kan de dierenarts zien of het trommelvlies nog intact is. Als dit niet het geval is, mag er niks in het oor gedruppeld worden vanwege de open verbinding naar het middenoor.

Wat kun je zelf doen?

Teunisbloemolie is een uitstekend middel om oraal aan de hond te voeren om de gehoorgang gezond te houden. Teunisbloemolie is namelijk een van de weinige oliën met een hoog gehalte aan vrij beschikbaar GLA (een stofje uit omega 6) dat de gevoelige slijmvliezen in de gehoorgang verzorgt.

Om deze slijmvliezen zo goed mogelijk te ondersteunen kan Teunisbloemolie gecombineerd worden met probiotica. Dit zijn gunstige darmbacteriën. Een van de meest natuurlijke vormen van probiotica is vuile pens. Voer het maar eens aan je hond. Waarschijnlijk vindt hij het zalig!

Ook All Septicum kan oraal worden ingezet om het immuunsysteem te versterken wanneer er oorklachten zijn. Vooral als er sprake is van indringers. Deze tinctuur bevat de kruiden Hydrastis canadensis (Canadese geelwortel), Echinacea purpurea (rode zonnehoe) en Uncaria tomentosa (kattenklauw) die het lichaam van binnenuit helpen om indringers onschadelijk te maken. Het zijn bekende kruiden om de weerstand te versterken.

Het oor zelf kan behandeld worden met Sint-Janskruidolie (ook wel Johannesolie genoemd). Deze olie is in de goede reformzaak te vinden. Om het oor schoon te maken kun je gebruik maken van een schone doek met een beetje Sint-Jansolie erop waarmee je de binnenkant van de oorschelp en de aanzet van de gehoorgang schoonmaakt.

Als oordruppels kan er een druppel All Septicum door een theelepeltje Sint-Jansolie gemengd worden, waarna je met een pipet wat druppels van dit mengsel in het oor kan druppelen. Sint-Jansolie helpt bij kriebel en werkt een beetje aan oorsmeer de gehoorgang uit.

Wij raden het gebruik van een pure tinctuur als oordruppels af. Een tinctuur bevat te veel alcohol wat irriterend is voor het slijmvlies. Gebruik ook liever geen wattenstaafjes: deze kunnen te ver in de gehoorgang worden ingebracht. Dit kan niet alleen pijn doen, maar ook gevaarlijk zijn.



Alles over nagels knippen

Het is gezellig knuffelen met onze huistijgers en slaapkamerwolven, totdat de krassen in je lijf staan na een knuffel- of speelsessie. Laatst liep ik op een vrolijke zomerse dag in korte broek door het hondenbos om besprongen te worden door een jonge, onstuimige Duitse Staande. De krassen en blauwe plekken mocht ik als souvenir mee naar huis nemen. Niet alleen een betere preventie en excuses van de eigenaresse, maar ook een nageltrimbeurt van de hond, zou ik op prijs gesteld hebben.

Kunnen ze die nagels niet zelf bijhouden?

Katten krabben hun nagels aan de krabpaal (hopelijk; en niet aan de bank). Je zou verwachten dat je als kattenmens dan toch weinig onderhoud hebt aan die nageltjes. En honden die veel wandelen zullen hun nagels toch ook wel afslijten?

Sommige dieren hoeven inderdaad niet geknipt te worden, die slijten hun nagels genoeg af waardoor deze kort blijven. Maar dit zijn uitzonderingen. Sommige dieren gebruiken ook hun bek om zichzelf een pedicure te geven, maar toch is dit niet altijd voldoende. Het gevaar van te lange nagels (buiten het feit dat het echt pijn kan doen bij mensen) kan een afwijkende stand van de pootjes zijn. De dieren kunnen gevoelig gaan lopen. Katten kunnen een beetje onhandig worden doordat ze aan dekentjes blijven hangen. Te lange nagels kunnen ook afbreken en scheuren, bijvoorbeeld tijdens het spelen. Het kan dan gebeuren dat de nagel te dicht op 'het leven' breekt, waardoor het pijn doet en gaat bloeden.

Hubertusklauw

Bij dieren die zelf hun nagels keurig in model houden, is het wel belangrijk de vijfde teentjes regelmatig te controleren om ingroeien en breken te voorkomen.

Iedere hond heeft aan de voorpoten vijf tenen waarvan eentje als een soort 'duim' hoger aan de binnenkant van de poot, waar het de grond niet raakt. Sommige honden hebben ook een vijfde teen aan de achterpoten, deze wordt ook wel wolfsklauw of Hubertusklauw genoemd. Sommige rassen (vooral Franse) hebben zelfs een dubbele Hubertusklauw met twee nagels. Katten hebben vijf tenen aan de voorpoten en vier aan de achterpoten.

Wanneer moeten nagels geknipt worden?

Soms is het lastig inschatten wanneer nagels geknipt moeten worden. Voor honden is het een goede richtlijn om ervoor te zorgen dat de nagels de grond net niet raken. Je moet er met gemak een vel papier onder kunnen schuiven.

Voor katten is er niet zo'n duidelijke richtlijn. Bij mijn eigen oude binnenkatten houd ik in de gaten of ze niet blijven hangen aan meubels en dergelijke en of ze netjes hun nagels kunnen intrekken. Ik controleer de nagels vaak in het voorbijgaan als de dieren bij ons op de bank liggen.

Het knippen der nagels

Voor het goed en snel knippen van nagels van honden en katten zijn speciale nagelknippers in de handel. Het is aan te raden deze te gebruiken omdat het veiliger is dan een schaartje en het er speciaal voor gemaakt is om de sterke nagels van dieren te knippen.

In het meest gunstige geval wen je gelijk je jonge pup of kitten aan het nagels knippen zodat dit geen problemen oplevert als Fido 50 kilo weegt en geen zin heeft in een polonaise aan zijn lijf. Als je dier niet al van jongs af aan bij je is opgegroeid, dan moet je roeien met de riemen die je hebt. Gelukkig kun je een oudere hond wel degelijk nieuwe 'tricks' aanleren. Neem vooral de tijd. Ga niet aan het nagels knippen beginnen als je zelf geïrriteerd bent. Gebruik veel (voer)beloningen en leg er niet te veel druk op. Desnoods doe je één of een paar nageltjes en probeer je het morgen nog eens.

Voor de meeste dieren is het het handigst als ze liggen. Je kunt dan ook goed bij de achterpoten. Als je een dier hebt dat vooral de voorpoten heel spannend vindt omdat ze dan het tangetje aan zien komen (en dan net wegspringen als je wilt knippen) kun je je dier ook laten staan. Pak het voorpootje op met de voetzooltjes naar boven gericht. Voor sommige dieren is dit rustiger.

Het levende gedeelte

In de nagel zit een bloedvat of 'het leven'. Bij dieren met lichte nagels is dit vaak duidelijk te zien. Als daarin geknipt wordt gaat het flink bloeden en doet het pijn. Het is de bedoeling om hier schuin boven te knippen. Om goed te zien waar je moet knippen kun je dit het beste bij daglicht doen. Is 'het leven' echt moeilijk te zien? Houd dan een zaklampje achter de nagel; nu is het beter zichtbaar.

Hoe vaak moeten nagels geknipt worden?

Bij sommige dieren zie je duidelijk dat de nagels te lang zijn. Je pakt je tangetje en zorgt dat je goed licht hebt. Bij nadere inspectie kun je er soms amper wat van afhalen omdat je anders in 'het leven' en daarmee ook in het zeer gevoelige deel van de nagel knipt. De nagel is dan eigenlijk langdurig nét te lang geweest. Het bloedvat is dan meegegroeid met de nagel. Het bloedvat kan ook weer terugkrimpen zodat de nagel op de juiste lengte geknipt kan worden. Om dit terugkrimpen te bevorderen is het goed om zeer regelmatig (bijvoorbeeld iedere week) net boven het bloedvat de nagel iets korter te knippen. Het bloedvat krimpt dan terug en op den duur heeft je dier weer de juiste lengte nagel. Wonderlijk toch?

Misgeknipt

Zelfs ervaren trimsters en dierenartsen kunnen mis knippen en het bloedvat raken. Dit kan flink bloeden. Een van de meest simpele, goedkope hulpmiddelen om te helpen het bloeden te stelpen, is een plantje dat nog weleens afgedaan wordt als onkruid: weegbree; grote weegbree, oftewel *Plantago major* om precies te zijn.

Dit is een prima plantje om in de tuin (want dan heb je altijd bij de hand) te laten groeien. Als je een bloedende nagel (of ander wondje) hebt pluk je het blad, wast het en kneust het blad voordat je het op de wond drukt. Mocht het bloeden niet stoppen, leg dan het blad om de poot en doe

daaromheen een verband. Bij grote bloedende wonden en bij twijfel ga je natuurlijk niet naar de tuin, maar naar de dierenarts.

Tips op een rijtje

- Gebruik een speciale nagelkniptang.
- Knip bij daglicht.
- Knip liever vaker om het bloedvat kort te houden.
- Neem de tijd en gebruik voerbelingen.
- Vergeet de vijfde teen niet; deze slijt amper af.
- Knip de nagels als het dier net lekker uit is geweest of gespeeld heeft en gaat ontspannen.
- Heb je het idee dat de nagels te lang zijn, maar dat als je naar 'het leven' kijkt, je er niet veel van af kan halen, dan is het bloedvat meegegroeid. Knip voorlopig iedere week een heel klein stukje van de nagel om het bloedvat terug te laten krimpen.
- Plant wat grote weegbree (Plantago major) in je tuin om kleine bloedingen te stelpen. *****



Angst kun je niet belonen

Omgaan met de (vuurwerk)angst van je hond

'Vroeger' dachten we dat honden (en andere dieren) geen emoties hadden. Inmiddels weten we wel beter. Het feit dat hier steeds meer kwalitatief goed onderzoek naar wordt gedaan heeft geleid tot het achterhalen van ooit veel gehoorde adviezen. Ken je 'm nog? 'Je moet angstige bij je hond negeren'. Niks is minder waar!

Negeren is onmogelijk

Als je hond bang is voor bijvoorbeeld vuurwerk of onweer, is, het negeren van je hond om meerdere redenen een slecht idee. Ten eerste is je hond negeren verschrikkelijk moeilijk. Iedere keer als je naar hem kijkt, iets tegen hem zegt ben je hem namelijk niet aan het negeren. En dat doe je waarschijnlijk vaker dan dat je zelf denkt. Om dit echt consequent uit te voeren is bijna onmogelijk en niet effectief.

Wat is angst?

Definitie: een beklemmende, onaangename emotionele toestand veroorzaakt door sterke negatieve verwachtingen ('gevaar'); leidt tot verhoogde waakzaamheid, toegenomen activiteit van het autonome zenuwstelsel (hartkloppingen, beven e.d.) en spierspanning.

Het autonome zenuwstelsel kunnen we niet beïnvloeden, het regelt bijna alle onbewuste functies van het lichaam, zoals ademhaling, spijsvertering, hartslag, bloeddruk, spijsvertering en stofwisseling. In geval van angst zal het sympathische zenuwstelsel geactiveerd worden: adrenaline komt vrij en het dier kan vluchten en vechten; kortom, reageert angstig. Het stelt het lichaam in staat om snel in actie te komen.

Hoe ontstaat angst?

Er kunnen verschillende factoren meespelen bij het ontstaan van angst:

- genetische aanleg
- (vroeg) socialisatie niet in orde (bijvoorbeeld te vroeg weg bij de moeder)
- ziekte/pijn
- trauma (vuurwerk, ongeluk)
- relatie met leefgenoten (verstoorde relatie met eigenaar, veel stress in huis bijvoorbeeld door een scheiding)
- huisvesting niet goed
- leefomstandigheden (inclusief verhuizing)
- te weinig/te veel beweging en uitdaging
- voeding (bijvoorbeeld te energierijk, energie niet kwijt kunnen)
- hormonen

Hoe herken je angst bij je hond?

- lage lichaamshouding
- oren naar achteren
- staart laag of zelfs tussen de poten
- opgezette vacht
- trillen
- urine laten lopen
- piepen
- vluchten
- verstoppen
- haren verliezen
- veranderingen in eetlust □ maag-darmproblemen

Gedrag versus emotie

Negeer je een angstig kind ook? Ga je wachten tot het kind gedrag laat zien wat je prettiger vindt tot je hem of haar een knuffel geeft? Nee toch?

Angst is een emotie en geen gedrag op zich. Angst is zelfs een emotie die een dier blokkeert om goed te leren. Het gedrag gaat op de automatische piloot.

Om te weten hoe we gedrag wél kunnen beïnvloeden, is het belangrijk iets te weten van de basisprincipes over hoe dieren leren.

Operante conditionering

Bij het leerprincipe 'operante conditionering' gaat het erom dat je dier leert dat hij invloed heeft op de omgeving door middel van het tonen van bepaald gedrag. Hij leert bijvoorbeeld dat als hij eerst netjes gaat zitten voordat hij een straat oversteeft, hij een snoepje krijgt. Het gaat om een actief denkproces. Bij een negatieve emotie als angst is er geen sprake meer van een actief denkproces.

Klassieke conditionering

Bij 'klassieke conditionering' gaat het over een automatische reactie, zoals bij Pavlov en zijn kwijlende honden als er een bel ging. De bel was de voorspeller van voedsel geworden. Bij mij thuis is de hond de bel geworden. De katten hebben namelijk geleerd dat ze eten krijgen als de hond en ik terugkomen van de eerste ochtendwandeling en na de wandeling om 17.00 uur. Sla ik die laatste over omdat we tussen de middag (waarna er niet wordt gevoerd) lang zijn weggeweest, dan lijkt hun hele biologische klok in de war te zijn en kunnen ze niet meer goed voorspellen wanneer ze om eten kunnen vragen.

De emotie veranderen

De angst van je hond is een onvrijwillige reactie en kan niet gestimuleerd worden door je hond op dat moment te aaien, iets lekkers aan te bieden of met hem te spelen. Sterker nog, je hebt kans dat je de emotie van je hond juist ten positieve verandert waardoor er ruimte ontstaat om ander gedrag aan te leren! Gedragsspecialisten maken hier wel gebruik van onder de noemer 'counter conditioning'.

Negeer je hond niet als hij angstig is! Ga aan de slag om de emotie van je hond te veranderen, zodat hij ook weer kan leren. Roep bij ernstige klachten altijd de hulp in van een gedragsspecialist. Deze kan je een gericht en individueel advies geven.

Er kan ook ondersteund worden met natuurlijke middelen om je dier te helpen zich te ontspannen zodat het wat makkelijker wordt de emotie te beïnvloeden. Te denken valt hierbij aan voedingstoffen zoals magnesium, eventueel gecombineerd met kruiden zoals Sint-Janskruid en hop.



Wat te doen en laten bij vuurwerkangst

Wat voor mensen een feestavondje is, kan voor dieren een regelrechte hel zijn. Veel honden en katten ervaren spanning door vuurwerk. In dit artikel geven we je een aantal tips om ervoor te zorgen dat de jaarwisseling minder stressvol verloopt. Met stip op 1: begin nú met trainen en ondersteunende middelen en combineer de verschillende tips om tot een goed resultaat te komen.

'Bomprooftraining'

Dieren die met knallen geconfronteerd worden en hier zenuwachtig van worden, kunnen bevriezen, ontwijken (verstoppert) of vechten (confronteren). Je kunt je dier helpen om te leren met vuurwerk om te gaan. Als je veel begrijpt van de lichaamstaal van je dier, stresssignalen goed weet te herkennen en weet hoe dieren leren, kun je zelf aan de slag met een speciale cd met vuurwerkgeluiden (ook wel vuurwerk-cd genoemd, o.a. op internet te koop voor ongeveer €8).

Naast geluid veroorzaakt vuurwerk ook lichtflitsen en trillingen. Creatieve eigenaren kunnen ook hiermee mee aan de slag. Het is heel belangrijk dat het geluid van de cd in het begin zo zacht staat dat je dier echt nog ontspannen blijft. Daarna moet het heel langzaam worden opgevoerd en moet je je dier veel belonen.

Je moet vroeg (eind oktober) beginnen met de training om de schrikreactie op vuurwerk te verminderen. Als je dier extreem reageert en het dit jaar nog niet lukt, begin er dan volgend jaar nog veel vroeger mee en geef jezelf en je dier desnoods een jaar de tijd om te oefenen.

Voor hondeneigenaren worden ook individuele vuurwerktrainingen aangeboden. Het individuele aspect is belangrijk omdat iedere hond in een stressvolle situatie een eigen aanpak verdient en een eigen tempo zal hebben.

Kalmeringsmiddelen

Als extra ondersteuning kunnen er verschillende middelen worden ingezet. Uiteraard is er de keus tussen natuurlijke middelen en medicijnen van de dierenarts. Een berucht middel is Vetranquil (ook in de handel onder de namen Calmivet en Sedalin). Dit medicijn wordt gebruikt als spierverslapper. Er zijn echter aanwijzingen dat het de zintuigelijke waarneming niet verandert, maar juist scherper maakt. Je dier heeft dus net zoveel stress van het vuurwerk, alleen kan het zijn overlevingstactiek om weg te kruipen niet meer toepassen! Een zeer traumatische ervaring en niet zelden zijn dieren na gebruik van dit middel alleen maar angstiger geworden. Als je je dier kalmeringsmedicijnen wilt geven, laat je dan door de dierenarts goed informeren over de mogelijke bijwerkingen.

Gelukkig zijn er ook combinaties van voedingsstoffen en kruiden die helpen te ontspannen, stress te verminderen en je dier ontvankelijker te maken voor leerervaringen zoals de hierboven beschreven 'bomprooftraining'. Zo'n middel is Rust Compositum.

Dit compositum zit vol met natuurlijke rustgevers:

- **Magnesium:** werkt ontspannend en ontkrampend op alle weefsels waardoor je dier tot rust kan komen.
- **Sint-Janskruid:** heeft een opwekkende werking en helpt om evenwichtig te blijven in stressvolle situaties.
- **Meidoorn:** zorgt voor het behoud van een normale bloeddruk, ook tijdens stresssituaties.
- **Hop:** heeft een rustgevende en ontspannende werking.
- **L-tryptofaan:** is de voorloper van het bekende serotine en heeft een rustgevende en opbeurende werking.

Ook bij het geven van dit ondersteunende middel is het voor de beste werking belangrijk om eind oktober/begin november al te beginnen. En dit is ook gelijk een voordeel, want de eerste fanatieke knallers steken namelijk vaak al in het najaar de kop op.....

Vijf..., vier..., drie..., twee..., één....

De tijd is daar, het is oudejaarsdag en er mag vuurwerk worden afgestoken. Houd katten ruim op tijd binnen (al vanaf de ochtend). Zij kunnen namelijk schrikken van het geknal en niet meer naar huis durven. En vergeet vooral het kattenluikje niet dicht te maken als de kat binnen is!

Het is nu simpelweg niet meer veilig voor dieren om zonder toezicht buiten te zijn. Honden moeten echter buiten hun behoefte doen. Probeer je hond op een rustig moment en op een rustige plek uit te laten en zorg voor een stevig, goed passend tuig (geen halsband!) waar ze niet uit kunnen

ontsnappen. Laat je hond zeker niet los, hij kan gaan vluchten en je op zo'n moment niet horen roepen.

Ondanks alle voorzorgsmaatregelen toch een angstig dier in huis? Het is belangrijk dat het in een vertrouwde omgeving is en thuis de mogelijkheid heeft om weg te kruipen op een veilige plek. Probeer zo ergens een holletje van te creëren. Laat voor katten tussendeuren in huis open zodat ze naar een rustiger vertrek kunnen en biedt extra schuilplaatsen aan door bijvoorbeeld dozen neer te zetten. Houd gordijnen dicht zodat er wat minder lichtflitsen in huis zijn.

Steunen, niet troosten

Een hond is een roedeldier en om deze reden graag bij de baas. Waarschijnlijk een open deur, maar blijf dus thuis bij je hond. Hiermee ontcrachten wij het vaak ten onrechte aangeraden negeren van de hond. Je hond leeft op dit moment in een zeer stressvolle situatie en is dus niet in staat te leren. Als je hond nu volkomen genegeerd wordt, zal hij blijven hangen in zijn eerste reactie en hier niet doorheen kunnen komen. De nieuwste inzichten laten zien: steunen, niet troosten. Dat betekent dat je een steunpilaar voor je hond mag zijn. Hij mag tegen je aan komen liggen, je mag hem even kroelen, maar ga niet mee in de angst. Niet samen in kommer en kwel gaan zitten; er hoeft niet betutteld te worden, maar houd het juist luchtig. Goede jaarwisseling!



Tips voor een ontspannende massage

De meeste mensen vinden een massage erg prettig; het is de perfecte manier om te ontspannen. Maar wist je dat de meeste dieren er ook dol op zijn om gemasseerd te worden? Er zijn massagetherapeuten voor dieren en er bestaan speciale cursussen waar je als eigenaar de kneepjes van het vak kunt leren. Zin om er nu al mee te beginnen? Met een paar do's en don'ts kun je gelijk aan de slag.

Waarom masseren?

Dierenmassage werkt rustgevend en kan daardoor ter ondersteuning worden ingezet bij een gedragstherapie. Denk hierbij wel altijd aan je eigen veiligheid, bijvoorbeeld bij dieren die af en toe agressief zijn.

Een massage kan worden gebruikt als aanvulling op de warming-up of cooling down bij zware inspanning. Regelmatige massage verbetert de bloedcirculatie, houdt de gewrichten soepel en zorgt voor een sneller herstel.

Herhaald masseren verstevigt de band tussen dier en eigenaar. Een bijkomend voordeel is dat je het lichaam van je dier goed leert kennen en daardoor onregelmatigheden in de vacht, bespiering en temperatuur sneller ontdekt.

Voordat je begint een paar tips:

- Zorg dat je zelf rustig en ontspannen bent. Neem de tijd en zet andere verantwoordelijkheden zoals werk en boodschappenlijstjes even uit je hoofd. Zorg dat je niet gestoord wordt en zet de telefoon uit.
- Geef geen massage als je dier niet gezond is. Ga ook niet met massage aan de gang als er een vermoeden is van een botbreuk of wanneer je dier op de een of andere manier gewond zou kunnen zijn.
- Houd je dier goed in de gaten, want hij geeft zelf aan wat hij prettig vindt en wat niet en hoe lang de massage kan duren. Voor de een is dat een paar minuutjes, de ander blijft langere tijd staan.
- Beperk de massage tot de grote spiergroepen: schouders, bilpartij, bovenste spieren aan de poten en hals. Masseer niet op gebieden waar weinig bespiering of vetweefsel is (direct op het bot), dit kan onprettig zijn voor je dier. Laat kwetsbare gedeeltes zoals rug, nek en gevoelige delen van de poten over aan professionals.

Aan de slag!

Begin en eindig de massage altijd met langzame, rustige aaibewegingen van het hoofd naar de staart. Strijk ook langs de poten. Probeer bij de daadwerkelijke massage een bepaald ritme vast te houden, bijvoorbeeld van je eigen (rustige!) ademhaling. Op dit ritme verstevig je je grip en laat je weer los.

Ontspannende massage en massage voor of na inspanning

Wrijf met je handpalm (grote hond) of vingertoppen (kleine hond, kat) over de grote spieren van de hals, schouders, bilpartij en dijen. Beweeg met je handpalm of vingertoppen over de huid in een kleine cirkel. Maak deze cirkel met de klok mee en gebruik de meest minimale druk die nodig is om de huid te bewegen.

Massage om gewrichten soepel te houden

Begin met het wrijven over de huid rondom de gewrichten en verwarm zo de spieren. Leg vervolgens beide handen over het gebied en druk lichtjes in een opwaartse beweging op de huid/spieren. Door het telkens aandrukken en loslaten van de spieren bevordert je de bloedcirculatie en haal je de spanning af van de spieren en de huid rondom het gewricht. Druk nooit op weefsel waarbij je direct contact hebt met het bot. Eindig de massage door weer te wrijven over het gebied rondom het gewricht.

Massageolie?

In principe is er voor een massage van je dier geen massageolie nodig. Door de vacht is er namelijk minder weerstand dan bij massage van een mensenhuid. Toch kun je dierenmassage nét dat beetje extra geven door een van onze smeermiddelen te gebruiken. Kies bijvoorbeeld voor Multi Milk.

Multi Milk

Multi Milk is een massagelotion die de doorbloeding een extra boost geeft en een verwarmende en ontspannende werking heeft. Deze lotion helpt bij stijve spieren na lichamelijke belasting en bij ochtendstijfheid. Het middel kan tevens worden toegepast om banden en gewrichten soepel te houden bij ouderdomsverschijnselen. Multi Milk kan ook worden aangebracht op de buik voor een ontspannend effect.



Meer plezier met je senior dier

Van oudere dieren kun je zó veel plezier hebben. Tot nu toe zijn al mijn katten senioren uit het asiel of op oudere leeftijd uit een herplaatsing gekomen. En ik heb er geen moment spijt van gehad! Ze zijn allemaal zo dankbaar voor een warm huisje en geven daar al hun pluizige gezelligheid voor terug.

Als je een dier van jongs af aan hebt, kan het best confronterend zijn om te merken dat je beestje ouder aan het worden is. Ze worden langzamer en hebben behoefte aan andere activiteiten en zorg. In dit artikel delen we graag wat tips voor een gezonde én leuke oude dag.

Fysiek

☐ Preventieve check-ups

Helaas komt ouderdom vaak met gebreken. Veel van die gebreken zijn goed te behandelen als ze tijdig worden ontdekt. Zo kan worden voorkomen dat je dier er te veel last van krijgt. Maak dus ruimte in je agenda en budget om ten minste 1x per jaar bij de dierenarts een check-up te laten doen. Ook (natuurgeneeskundig) therapeuten bieden vaak de mogelijkheid om een 'APKafpraak' te maken.

☐ Voorkom overgewicht

Overgewicht versnelt het verouderingsproces. Laatst op het hondenveld schrok ik me rot toen ik een, in mijn beleving, bejaarde (en veel te zware) Labrador stond te aaien. Hij bleek pas zes te zijn. Was deze hond op een gezond gewicht geweest dan was hij waarschijnlijk een stuk vitaler. Overgewicht is een risicofactor voor aandoeningen zoals diabetes, hart- en vaatziekten, artrose en andere bewegingsklachten. Zorg dus dat je dier niet te dik wordt. Het kan nodig zijn om het voedingspatroon aan te passen. Doe dit altijd met beleid en vraag advies bij twijfel.

☐ Pak kleine kwaaltjes aan

Behandel alle kleine kwaaltjes zoals een huidprobleem, kale plekken en spijsverteringsklachten. Zo voorkom je dat dit ten koste gaat van de vitaliteit en verminder je de kans op het ontstaan van grotere problemen.

☐ Houd je dier fysiek en mentaal in beweging

Rust roest. Zorg dat je dier z'n lijf en z'n hersens blijft gebruiken. Alles wat niet gebruikt wordt gaat namelijk in functie achteruit. Hoe je dat doet? Daarover later in dit artikel meer.

Heeft mijn dier seniorenvoeding nodig?

De spijsvertering van het oudere dier verandert. Voedingsstoffen worden minder goed opgenomen en vaak is de stoelgang langzamer en moeizamer. De behoefte aan eiwit stijgt, terwijl de energiebehoefte (door het veranderde bewegingspatroon) vermindert. Kan een seniorenvoeding dan nuttig zijn?

De meeste seniorenvoeding verschilt van de normale diervoeders omdat ze minder energie bevatten en vaak wat meer eiwit. Het voer is meestal ook makkelijker weg te kauwen (i.v.m. een slechter gebit). Ook kunnen er kruiden en voedingsstoffen aan zijn toegevoegd voor bijvoorbeeld een betere gewrichtsfunctie.

Er zijn goede en slechte seniorenvoeders op de markt. Ten eerste is vaak de leeftijd vanaf wanneer dit seniorenvoer wordt aangeraden wel erg vroeg. Dit geeft je te denken of het niet gewoon een manier is om wat extra te kunnen verdienen op een zak brokken. De jongste leeftijd die ik ben tegengekomen op een zak seniorvoer voor katten was zes jaar!

De kwaliteit voer voor het oudere dier is belangrijk. Geef ze hoogwaardige eiwitten. Eiwitten zijn nodig voor het herstel van lichaamssweefsels. Voor carnivoren zijn eiwitten uit vleesvoeding minder belastend voor de nieren dan eiwitten uit granen. Let er ook op dat je dier voldoende vezels krijgt. Deze zijn belangrijk voor een vlotte, normale stoelgang. Psylliumvezels kunnen hier bijvoorbeeld bij helpen. Daarnaast is een ruime aanvoer van vitaminen en mineralen nodig. Dit komt omdat bij oudere dieren niet alleen de spijsvertering minder goed verloopt (waardoor de opname ervan vermindert), maar ook omdat de behoefte aan vitaminen en mineralen kan stijgen bij bepaalde klachten. Een goed multivitaminenpreparaat helpt hierbij.

Vraag om advies

Bij problemen zoals een verminderde gewrichtsfunctie, is het meestal niet voldoende om een voer te kiezen waarin stoffen zijn toegevoegd om deze klachten te verminderen. De juiste, hoge doseringen worden simpelweg niet gehaald. Daarnaast zie ik vaak dat de kwaliteit van de gebruikte stoffen te wensen overlaat. Het heeft dus de voorkeur om een specifiek advies in te winnen voor je dier. Oudere dieren zijn geen eenheidsworst.

Senioren dagbesteding

Oudere dieren kunnen je zo veel leren. Ze hebben niet zoveel haast meer, maar genieten met volle teugen van aandacht en lekker samen buiten zijn. Ze brengen een bepaalde mindfulness in je leven. Denk je dat een ouder dier een beetje saai is? Verveel je je tijdens het rustige wandelingetje met je hond? Hier wat tips om de beweging er in te houden:

- **Ttouch® Ttouch®** en **Tteam®** zijn door de Canadese Linda Tellington Jones ontwikkeld technieken. Ttouch® is een manier van aanraken (een manuele techniek) en Tteam® een manier van trainen en 'grondwerken'. Hierbij doet je dier nieuwe ervaringen op door middel van speciale oefeningen op een parcours. De methode is erop gericht om je dier een nieuw lichaamsbewustzijn te geven waardoor spanning in het lijf kan verminderen. Dit heeft dan weer invloed op de mogelijkheden in beweging en daardoor op het gedrag. Over deze therapie is veel informatie beschikbaar in de vorm van boeken en workshops waardoor je, na wat begeleiding, de technieken thuis goed kunt toepassen.
- **Een oude hond kun je nieuwe trucjes leren**
Een oude hond kun je wel degelijk nieuwe trucjes leren. Pak de clicker er weer eens bij en leer hem wat nieuws aan. Aan wilde trucjes heeft je hond misschien geen behoefte meer, maar wat dacht je van op het commando 'touch' met z'n neus je handpalm aanraken? Of juist op 'target'

een memoblaadje? Dat blaadje kun je vervolgens op allerlei objecten plakken. Tijdens de wandeling kun je een rustige slalom om een stel paaltjes proberen of je hond op 'target' allerlei obstakels aan laten raken.

□ **Speuren**

Veel zintuigen gaan achteruit, maar z'n neus doet het waarschijnlijk nog prima (en in ieder geval een stuk beter dan die van ons). Leer je hond kleine spoortjes uit te lopen. Neem een favoriet speeltje of een klein potje (bijvoorbeeld een oud vitaminepotje) en boor daar een gat in. In het potje kun je een paar snoepjes doen. Zorg dat je hond blijft zitten, liggen of staan en loop een duidelijk spoor door het gras, een paar meter is voldoende. Vervolgens geef je de aanwijzing 'zoek' en wijst met je hand naar de grond om de hond te stimuleren zijn neus te gebruiken. Als hij het speeltje of het potje gevonden heeft is het feest! Het potje is belangrijk omdat jij dan de beloning geeft (je 'deelt de buit'). Je gebruikt wat voor hem de grootste beloning is. Maak het spoortje geleidelijk aan wat lastiger: langer of met een bocht erin. Een ondergrond van gras is het makkelijkste, daarna aarde. Je zult merken dat weertypes en windkracht ook veel uitmaken in hoe makkelijk het speuren gaat. Speuren geeft enorm veel voldoening en is echt teamwork. Het is ook tijdens de wandeling heel makkelijk te doen. Zo wordt het toch een uitdagend rondje! Speuren is heel intensief voor lichaam en geest. Houd het daarom kort: twee tot drie spoortjes per keer.

□ **Hersenwerk**

Puzzelen met de hond is goed om hem mentaal scherp te houden. Je kunt zowel binnen als buiten aan de slag. Verstop tijdens de wandeling bijvoorbeeld brokjes bij een oude knoestige boom of in het gras.



Dementie

Net zoals bij mensen komt bij dieren de ouderdom vaak met gebreken. Ook dementie kan bij honden en katten voorkomen. De correcte term daarvoor is Cognitief Disfunctie Syndroom (CDS).

Wat is het?

De precieze oorzaak van CDS is nog niet vastgesteld. Waarschijnlijk gaat het om een teveel aan vrije radicalen in de hersenen in combinatie met een verminderde doorbloeding. Ziekte, ouderdom en stress kunnen zorgen voor een verhoogd gehalte van vrije radicalen. Deze stoffen kunnen op hun beurt weer zorgen voor een verhoogde ontstekingsgevoeligheid in het lichaam. Met dit type ontstekingen (ook wel laaggradige ontstekingen genoemd) worden steeds meer aandoeningen in verband gebracht, waaronder Alzheimer bij de mens.

Tot slot kan een verstoring in de productie van neurotransmitters ook een bijdrage leveren aan het ontstaan van CDS. Neurotransmitters zijn stofjes die een belangrijke boodschappersfunctie in het zenuwstelsel vervullen en allerlei hersenfuncties aansturen. Een voorbeeld van zo'n neurotransmitter is dopamine, een stofje dat zorgt voor een gevoel van welzijn en blijdschap.

Kenmerken

Gedragsveranderingen zoals vergeetachtigheid, angst, agressie en onzekerheid zijn de meest voorkomende verschijnselen bij CDS. Dit kan zich uiten in verschillende gedragingen. Een paar voorbeelden:

- De kat die bij de verkeerde deur staat te wachten om naar buiten gelaten worden.
- 's Nachts onrustig rondtrippelen en blaffen/miauwen. Ook onzindelijkheid (met name 's nachts) komt veel voor.
- De hond die alle training vergeten lijkt te zijn. Commando's worden niet meer opgevolgd en verlatingsangst kan weer de kop op steken.
- Dieren kunnen makkelijker verdwalen: let op met honden uitlaten (laat ze niet los) en laat katten niet meer op de openbare straat komen (dit is overigens te allen tijde risicovol).

Dementie? Of toch iets anders?

De bovenstaande voorbeelden kunnen allemaal het gevolg zijn van verminderde cognitieve functies. Er kunnen echter ook andere medische oorzaken aan ten grondslag liggen. Er zijn bepaalde ouderdomsgebreken die ook tot meer slapen en gedragsafwijkingen kunnen leiden, zoals hartafwijkingen, schildklierproblemen en problemen met nieren en blaas. Het spreekt voor zich dat dit laatste ook voor onzindelijkheid kan zorgen. Het is daarom belangrijk om dit te laten onderzoeken. De kat die onzindelijk is omdat hij de kattenbak niet meer kan vinden heeft een totaal andere behandeling nodig dan de kat die onzindelijk is omdat zijn kringsspieren niet meer zo goed werken.

Het is dus van groot belang dat oudere dieren regelmatig worden gecontroleerd door de dierenarts. De meeste dierenartsen bieden tegenwoordig een 'APK-pakket' speciaal voor het oudere dier aan. Voor veel van deze aandoeningen is het belangrijk om er op tijd bij te zijn.

Dementie kan helaas niet genezen worden. Als de verschijnselen echter op tijd worden herkend, kan er wel gewerkt worden aan het vertragen van het proces.

Hersengymnastiek

Wist je dat bingo heel goed is voor ouderen? Dat komt omdat hersenspelletjes als bingo en memorie de geest scherp houden. Onze dieren moeten dus ook aan de bingo!

Rustige spelletjes en hersenwerk houden het brein in goede conditie. Verstop brokjes of snoepjes zodat je hond of kat ze kan gaan zoeken. Oefen regelmatig commando's met je hond, zodat deze fris in het geheugen blijven. Daag je kat nog regelmatig uit met een speeltje, maar pas de snelheid een beetje aan.

Hersenveroudering tegengaan

Er zijn verschillende voedingsstoffen die kunnen helpen om hersenveroudering tegen te gaan. Het meest toegepast zijn de omega 3-vetzuren. Hersenen bestaan voor een groot gedeelte uit deze vetzuren en voor een goede hersenfunctie is voldoende omega 3 essentieel. Onderzoek wijst uit dat DHA (Docosahexaeenzuur), een stofje uit omega 3, onder andere zorgt voor een verbeterde concentratie en verbeterde leervermogens.

Een supplement dat bestaat uit een mix van lijnzaadolie en andere plantaardige oliën met essentiële vetzuren zoals Trias Omega heeft de voorkeur. In een goed supplement zitten extra antioxidanten zoals vitamine E en ook rozemarijn om het ranzig worden van de oliën te voorkomen.

Een goed uitgebalanceerde multivitamine geeft een enorme boost aan het aantal antioxidanten in het lichaam, waardoor het proces van hersenveroudering kan worden vertraagd en (laaggradige) ontstekingen worden verminderd. Daarnaast zijn veel vitaminen (zoals veel B-vitaminen) een precursor (voorloper) van de verschillende neurotransmitters. Ze worden door het lichaam gebruikt om neurotransmitters van te bouwen.

Een kruidensupplement met een ontspannende en verzorgende werking op de bloedvaten kan ook ondersteuning bieden. Een voorbeeld hiervan is Rust Compositum. Crataegus oxyacantha (meidoorn) en Ginkgo biloba (tempelboom) verzorgen de bloedvaten. Magnesiumcitraat, L-tryptofaan en Hypericum perforatum (Sint-Janskruid) helpen te ontspannen en ondersteunen de cognitieve functies (alle processen die betrokken zijn bij het opnemen en verwerken van informatie).



Schijndracht

Schijndracht of schijnzwangerschap wordt bij verschillende diersoorten waargenomen, maar het meest bij honden. Het komt voor bij niet-gesteriliseerde teven. Hoewel het in de meeste gevallen een vrij onschuldige 'kwaal' is, kan het ook gezondheidsrisico's met zich meebrengen of voor grote onbalans zorgen bij de hond (en daarmee zeer waarschijnlijk ook bij de eigenaar).

Waarom worden dieren schijndrachtig?

Om de oorzaak van schijndracht te begrijpen, moeten we terug naar de voorouders van de hedendaagse huishond: de wolf.

In een wolvenroedel krijgt alleen de alphateef pups. De rest van de wolven blijft onbevrucht. Voor het voortbestaan van de roedel is het van groot belang dat deze pups niets overkomt én dat de alphateef snel de roedel weer kan leiden. Dit is het moment waarop schijndracht optreedt. Andere teven in de roedel gaan fysieke kenmerken van een drachtige en zogende teef vertonen. Ze geven

melk aan de pups en verzorgen ze alsof het hun eigen pups zijn. Ze nemen de moedertaak over van de alfadeef.

Hoewel de meeste gedomesticeerde honden qua uiterlijk weinig gelijkenis meer vertonen met de wilde wolf, is de essentie van veel hondengedrag hetzelfde gebleven als dat van hun voorouders. Een van deze erfenissen is dat ook onze huishonden schijnzwanger kunnen worden. Eigenlijk is schijndracht dus een normaal verschijnsel. Wanneer het echter veelvuldig optreedt of wanneer je hond er te veel last van heeft (of jij te veel last van het gedrag van je hond), kan het verstandig zijn om toch in te grijpen.

Hoe kun je schijnzwangerschap herkennen?

Vaak is als eerste waar te nemen dat je hond zich vanaf de loopsheid anders gaat gedragen. Veel schijnzwangere honden trekken zich terug, vertonen nestbouw, worden snauwerig, eten minder goed en willen minder graag naar buiten. Andere teven worden extreem aanhankelijk of erg pieperig.

Ze kunnen op zoek gaan naar surrogaat pups en slepen alles wat voor een pup door kan gaan (sokken, pantoffels, speeltjes) naar hun 'nest'. Lichamelijk zie je vaak dat er sprake is van gewichtstoename en melkgift.

De oorzaak van dit gedrag ligt in de aanmaak van hormonen. Bij dieren die bevrucht zijn, begint het hormoon progesteron te stijgen. Bij onbevruchte, schijndrachtige teven gebeurt hetzelfde. Na de bevalling daalt het progesteron weer en zorgt het hormoon prolactine ervoor dat de melkproductie op gang komt.

Sommige honden doorstaan de schijnzwangerschap zonder al te veel problemen. Anderen hebben er duidelijk last van en voelen zich niet goed, ook voor jou is dit vaak een vervelende periode.

Ondersteunende maatregelen bij schijndracht

Een van de risico's van een regelmatig terugkerende schijnzwangerschap is dat zich knobbeltjes of afwijkingen in de melkklijsten (dat zijn alle melkklieren aan één kant) kunnen vormen. Ook kan in ernstige gevallen het risico op insulineresistentie toenemen. Dit kunnen redenen zijn om te besluiten je hond te laten steriliseren.

Schijndracht hoeft echter niet in alle gevallen een reden voor sterilisatie te zijn. Veel afleiding, schraal voeren, veel beweging en het zo veel mogelijk negeren van afwijkend gedrag van je hond, helpen haar om sneller door de schijnzwangerschap heen te komen. Ook is het niet verstandig om de tepels aan te raken en veel over de buik te aaien: dit kan juist stimulerend werken.

Eventuele reguliere medicijnen, waaronder prolactineremmers, kunnen vervelende bijwerkingen hebben zoals maag- en darmproblemen (kramp en misselijkheid) of veranderingen in het gedrag.

Bij sommige teefjes die gevoelig zijn voor schijndracht wordt dit minder nadat ze een keer een nestje gehad hebben. In dit verband kan het veelvuldig schijnzwanger zijn uitgelegd worden als een gemis aan eigen pups. Wanneer je een nestje overweegt, is het belangrijk om al van tevoren op zoek te gaan naar goede baasjes voor de pups. Het is een hele verantwoordelijkheid om ervoor te zorgen dat ze allemaal een liefdevolle baas krijgen.

Middelen

Voor het beste resultaat raden wij aan om te beginnen met preparaten die de lever ondersteunen. De lever is een orgaan dat zeer veel functies heeft en onder andere van belang is voor het aanmaken

van hormonen. Veel hormonale verstoringen kunnen al verbeteren door als eerste de lever aan te pakken. Preparaten die daarvoor kunnen worden ingezet zijn bijvoorbeeld middelen met artisjok, mariadistel, engelwortel en paardenbloem.

Vitex agnus castus (Monnikspeper) wordt veel onderzocht voor het gebruik bij mensen met verschillende hormonale verstoringen. Het stimuleert de hypofyse, het centrale regelorgaan van de hormoonhuishouding. Ook bij dieren heeft dit middel een balancerend effect op de hormoonhuishouding.

Tot slot is het ook van belang om voldoende essentiële vetzuren te geven. Ook deze stoffen zijn belangrijk voor het in stand houden van een gezonde hormoonhuishouding.



Vlooienplaag?

Is het een tijdje vochtig weer geweest en daarna weer warm? Ja hoor, daar springen ze weer tevoorschijn: vlooien! Met deze tips voorkom je dat een heel legertje vlooien zich op je dier of in je huis gaat nestelen.

Chemische middelen

Als er al een vlooienplaag over de vloer is, kan het voor ieders gezondheid het beste zijn om toch naar een chemisch antivlooienmiddel te grijpen. Besef wel dat dit eigenlijk gewoon gif is wat dan op je dier en in je huis komt. Gebruik deze middelen alleen wanneer je het echt niet meer op een andere manier op kunt lossen. Een enkele vlo hoeft niet het einde van de wereld te betekenen. In de praktijk zien we vaak dat dieren die overdreven met antivlooienmiddelen worden behandeld huidklachten kunnen ontwikkelen.

Als er in het verleden veel medicijnen en chemische vlooienmiddelen zijn gebruikt, is het goed om in het voor- en najaar een kuur (van zes weken) met Lever Compositum te doen. In een 'schoon systeem' slaan andere middelen namelijk beter aan, is de kans op huidproblemen kleiner en is het bloed ook vaak minder aantrekkelijk voor parasieten zoals vlooien en teken.

De omgeving

Heel goed stofzuigen en schoonmaken is erg belangrijk. Om te voorkomen dat vlooien weer uit de stofzuiger springen kun je wat Theeboomolie in de stofzuigerzak druppelen. Theeboomolie doodt de vlooien niet, maar verlamt ze. Vaak de stofzuigerzak legen is daarom essentieel. Het is aan te raden dit legen buiten te doen. Besteed extra tijd en aandacht aan het schoonzuigen van plinten en naden in houten vloeren. Het is niet aan te raden vaak te dweilen! Vlooien zijn namelijk gek op vocht.

Na het stofzuigen kan de honden- of kattenslaapplaats worden ingesprayd met lauw water en Theeboomolie. Mandje of dekens vervolgens in de volle zon laten drogen. Was dit alles regelmatig en daarna ook weer buiten in de zon laten drogen.

Vlooienva

Een andere manier om vlooiën in huis weg te vangen is een zelfgemaakte vlooienva. Neem een flinke diepe schotel met water en daarin een drupje afwasmiddel. In het midden plaatst je een drijfkaarsje. Zet dit 's nachts op een veilige plaats en steek het kaarsje aan. De vlooiën worden 's nachts door de warmte van het kaarsje aangetrokken. Door het afwasmiddel breekt de oppervlaktespanning van het water en verdrinken de vlooiën.

Kammen en je dier zelf behandelen

Kam in de zomer (en in de warme periodes van het voor- en najaar) honden en katten iedere dag met een speciale vlooiënkam. Hierdoor kun je op tijd ingrijpen als er meerdere vlooiën te vinden zijn. Als je een vlo op je dier ziet zijn er namelijk nog meer vlooiën in huis. Zet tijdens het kammen een bakje water met een druppel afwasmiddel naast je neer om daar de vlooiën in te doen; ze zinken dan naar de bodem en kunnen niet meer wegspringen. Haren en 'vlooiënpoepjes' haal je van de kam met een vochtig wc-papiertje. Als er zwarte korreltjes van je dier komen en je twijfelt of het vlooiënpoepjes zijn, kun je dat gelijk zien: op een vochtig papiertje zullen ze namelijk roestbruin kleuren.

Honden kunnen daarna behandeld worden met Olie van de Hoop of Theeboomolie. Wrijf een druppeltje in de kraag, achter de oren, bij de staartaanzet en in de liezen. Deze middelen doden de vlooiën niet, maar houden ze wel op afstand. Het goed schoonmaken van je huis en de andere maatregelen blijven net zo belangrijk.

Theeboomolie kan ook door een neutrale shampoo gemengd worden. Hiermee kan je hond gewassen worden. Voor het wassen van dieren geldt: vooral niet te vaak en heel goed uitspoelen, anders raakt de huidfunctie ontregeld.

Heel belangrijk: dit mag absoluut niet bij katten! Veel etherische oliën, waaronder Theeboom en Wintergreen (in Olie van de Hoop) zijn giftig voor katten.

Veel honden en katten zijn gek op een zandbad; mogelijk helpt dit ook tegen vlooiën. Geef ze als het even kan dus deze mogelijkheid, bijvoorbeeld in de tuin.

Inwendig

Etherische olie van knoflook wordt gebruikt tegen vlooiën en teken. Ook dit is weer niet geschikt voor katten! Voor honden moet dit verdund worden en is het belangrijk een goede kwaliteit olie te nemen die geschikt is voor inwendig gebruik. Deze is bijvoorbeeld te verkrijgen via de Silverlinde. (www.silverlinde.com). Deze olie stinkt ontzettend! Bewaar het flesje daarom in een weckpot in de schuur o.i.d. Eventueel het flesje nog in aluminiumfolie doen en dan in de weckpot.

Etherische olie moet altijd verdund worden: voor honden kan dit goed met een lepel honing of yoghurt en dan over het voer. De meeste dieren eten graag knoflook.

Kokosnootolie kan voor zowel honden als katten worden gebruikt tegen vlooiën. Dit is namelijk een vette plantenolie en geen etherische olie. Het kan zowel inwendig (over het voer) als uitwendig worden toegepast. Plekken als staartaanzet, buik en poten worden met een klein beetje (half

theelepeltje of minder) ingesmeerd. Deze vette olie kan wel vlekken geven op meubels, dus het insmeren kun je het beste doen vlak voor je dier naar buiten gaat.



Natuurlijke oplossingen tegen teken

Het aantal teken in Nederland groeit (helaas) gestaag, evenals het aantal besmette teken. Teken kunnen gastheer zijn van verschillende ziekteverwekkers. Een gevaarlijke is de borrelia burgdorferi: de bacterie die de ziekte van Lyme (borreliose) kan veroorzaken. Het is algemeen bekend dat mensen deze ziekte kunnen krijgen, maar minder bekend is dat ook honden, katten en paarden besmet kunnen raken. Borreliose is een serieuze en lastig te behandelen aandoening. Dus ook hier geldt: voorkomen is beter dan genezen.

Risico's

Er bestaan verschillende soorten teken. De meest voorkomende in Nederland is de schapenteeke (Ixodes ricinus) die onder andere de ziekte van Lyme kan veroorzaken. Het risico op besmetting neemt toe als teken langere tijd vast blijven zitten om zich te voeden aan het bloed of als ze verkeerd behandeld worden tijdens het verwijderen.

Een andere tekensoort is afkomstig is uit het Middellandse Zeegebied, de Dermacentor-teek, maar deze wordt incidenteel ook aangetroffen in Nederland. Deze tekensoort kan verschillende ziekten overbrengen waaronder babesiose (tekenkoorts, een ziekte die de rode bloedcellen aantast).

Natuurlijke aanpak? Of toch chemisch?

De hoeveelheid teken kan lokaal sterk verschillen. In sommige gebieden zijn de teken zo talrijk dat je zelfs in tuinen en stadsparken tekenbeten en de beruchte rode ring (erythema migrans) kunt oplopen. Als jij en je dier regelmatig in een gebied met veel (besmette) teken lopen, kan het een goede keuze zijn om voor een chemisch middel kiezen om te voorkomen dat de teken je dier te lijf gaan. Voor honden en katten zijn er onder andere pipetten en halsbanden in de handel. Vraag je dierenarts hierover om advies.

Met mijn eigen hond heb ik vorig jaar een chemisch middel geprobeerd, wat redelijk hielp, maar dit jaar pakken we het aan met natuurlijke middelen. Tot nu toe vind ik iets meer teken, maar het blijft wel binnen de perken.

Natuurlijke tips

Als eerste is het belangrijk om te zorgen voor een zo gezond mogelijk dier. Dat begint bij goede voeding. Voor honden en katten het liefste vers vlees. Daarnaast is een tweejaarlijkse reinigingskuur met Lever Compositum aan te raden. Een 'schoon' systeem zorgt er namelijk voor dat een dier veel minder aantrekkelijk is voor allerlei indringers.

Home made anti-tekenspray

Een spray met etherische oliën kan helpen als geurscherm voordat je met je hond (of paard) de natuur ingaat. Deze spray is in verband met de etherische oliën niet geschikt voor katten.

Doe in een plantenspuit 1 liter lauwwarm water en de volgende etherische oliën:

- 10 druppels theeboom
- 10 druppels eucalyptus
- 10 druppels lavendel
- 5 druppels citroengras

Hier je dier goed mee inspraken. Inmiddels is het een achterhaald verhaal dat teken zich vanuit bomen laten vallen. Ze zitten juist in hoog gras en kreupelhout. Ze kruipen vervolgens via de poten naar warme plekjes, zoals de liezen, oksels en hals. Besteed hier dus extra aandacht aan bij het inspraken.

Deze spray kun je ook voor jezelf gebruiken. Let er vervolgens op dat je kleding goed aansluit en blijf op de paden.

Knoflook

Voor sommige dieren is het voeren van knoflook aan te raden. Knoflook heeft een zuiverende werking op het bloed waardoor het bloed minder aantrekkelijk wordt voor parasieten. Het heeft dus niet met de geur te maken en het is ook niet de bedoeling dat je dier naar een knoflookbolletje moet gaan ruiken.

Knoflook in hele grote hoeveelheden is giftig voor honden. 5 gram verse knoflook per dag per kilo lichaamsgewicht kan een giftige werking hebben. Dat zou betekenen dat een hond van 10 kilo 50 gram verse knoflook naar binnen zou moeten werken. Er is echter veel minder van nodig om de voordelen van knoflook te benutten. Handig om te weten: er zijn speciale bonbons van schapevet met knoflook in de handel (verkrijgbaar bij de dierenwinkel). Ik vind deze heel prettig werken omdat de honden het heerlijk vinden.

Het is ook een optie om door het voer een etherische olie van knoflook te geven; dit is heel effectief, maar vraagt ook wat werk. Je geeft dan 1 druppeltje op een lepel honing of biologische yoghurt over het voer. Deze olie ruikt heel sterk en moet goed afgesloten bewaard worden, bijvoorbeeld in een weckpot. Sommige mensen bewaren het zelfs in de schuur.

Toch een teek?

Controleer bij thuiskomst jezelf, je gezinsleden en dieren of er niet toch een teek over het lichaam loopt of misschien al vastgebeten zit. Als een teek nog niet vastzit, kun je hem pakken, dood drukken en weggooien. Als een teek wel vastzit, verwijder hem dan met een speciale tekenverwijderkaart of andere tekenverwijderaar (bijvoorbeeld een tekenlasso).

Een tekenkaart is een handzame tekenverwijderaar ter formaat van een bankpas. Het heeft in een van de hoeken twee inkepingen: een voor volwassen teken en een voor de hele kleine teken (nimfen). Met deze kleine inkeping kun je ook wespen- of bijenangels verwijderen.

Het voordeel van het gebruik van de tekenkaart is dat bij het verwijderen de teek niet wordt samengedrukt of gedraaid. Deze handelingen kunnen een teek irriteren waardoor hij zijn maaginhoud leegt in de bloedbaan. Dit verhoogt de kans op het overdragen van ziektes.

Om dezelfde reden mag de teek niet verdoofd worden met alcohol of etherische olie. Als de teek is verwijderd, kun je de plek schoonmaken met een druppeltje All Septicum of een druppeltje Theeboomolie (niet voor katten!).

Het is een goede gewoonte teken die vastgebeten hebben gezeten te bewaren met de datum en de plaats waar jij of je dier deze teek heeft opgelopen. Mochten er symptomen optreden die kunnen duiden op borreliose of een andere aandoening, kan de teek als aanvullend onderzoek worden onderzocht en geregistreerd.

Twijfel je of jij of een van je dieren misschien toch iets heeft opgelopen van een tekenbeet? Neem dan het zekere voor het onzekere en bezoek de huisarts of de dierenarts.



Antibioticagebruik bij je dier

Antibiotica worden door de dierenarts bij (secundaire) bacteriële infecties voorgeschreven voor het bacteriedodende effect of voor het remmen van de bacteriegroei. Door veelvuldig of onjuist gebruik van antibiotica kan resistentie ontstaan. Antibioticaresistentie betekent dat bepaalde bacteriën niet meer gevoelig zijn voor de werking van een of meerdere antibiotica-soorten.

Antibioticaresistentie is met name bij mensen (denk aan de resistente ziekenhuisbacterie MRSA) en in de intensieve veehouderij een groot probleem. In 2011 is een wetgeving opgesteld met nieuwe richtlijnen met betrekking tot het gebruik van antibiotica voor landbouwhuisdieren. Sinds 2013 is deze wetgeving ook van kracht in de gezelschapsdierensector.

Wetgeving in het kort:

- Antibiotica mogen alleen bij een individueel dier gebruikt worden nadat dit dier eerst grondig door een dierenarts is gediagnosticeerd.
- Preventief gebruik van antibiotica tot een minimum beperken.

- Middelen met een breedspectrum werking mogen alleen nog gebruikt worden als is aangetoond dat middelen met een smalspectrum onvoldoende werkzaam zijn.

Gevolgen van bovengenoemde wetgeving voor je dier:

- De dierenarts zal alleen antibiotica voorschrijven als dit strikt noodzakelijk is.
- Er zal vaker een kweek van een infectie gemaakt worden om uit te zoeken welk antibioticum het best werkzaam is bij deze specifieke infectie.
- Een kweek is wettelijk verplicht bij de toepassing van de zogenaamde 3^e keuze middelen. Dit zijn antibiotica met een zeer breedspectrum werking of belangrijk voor humaan gebruik; □ De dierenarts zal de natuurlijke afweer van je dier vaker zijn werk laten doen.

Met name met dit laatst genoemde punt is De Groene Os heel blij. Niets in onze ogen is zo belangrijk als een goed werkend natuurlijk immuunsysteem. Het beperken van antibioticagebruik is een belangrijke winst, aangezien antibiotica de darmflora van je dier uit evenwicht brengen. Dit geeft een verstoring van het immuunsysteem en een ontregelde spijsvertering met als gevolg bijvoorbeeld diarree en een verminderde opname van voedingsstoffen.

Om de natuurlijke afweer van je dier te optimaliseren, zijn er in de natuurgeneeskunde diverse kruiden die hierin kunnen ondersteunen. Hierbij kun je denken aan het gebruik van prebiotische vezels zoals Psyllium Husk. Deze vezels stimuleren de groei van goede darmbacteriën (probiotica). Door de overvloed aan goede bacteriën krijgen de slechte bacteriën minder kans en worden als het ware uit de darm verdrongen. In All Septicum en Weerstand Compositum zitten kruiden die een belangrijke bijdrage leveren aan het versterken van het immuunsysteem zoals Echinacea purpurea, Hydrastis canadensis, Pau d'Arco en Uncaria tomentosa.

Om het herstellend vermogen van de huid te ondersteunen, zijn voor uitwendig gebruik Groene Leem Wond(er)pasta, Wond(er)crème en Zink Zwavelpasta geschikt.

Goede voeding en stressbeperking zijn van vitaal belang voor een gezond lichaam, een gezonde geest en dus ook voor een goed functionerend immuunsysteem. Geef je dier voldoende rust, maar ook voldoende mentale en fysieke uitdaging. Ons advies is om je dier op een zo natuurlijk mogelijke wijze te voeren en zo min mogelijk gebruik te maken van bewerkte voeding. Meer informatie over gezonde voeding kun je vinden in ons 'food for thought'-artikel.



Giftige stoffen voor honden en katten

Onze huizen en tuinen zijn een leefomgeving vol gevaren voor huisdieren. Sommige honden vinden bepaalde gevaarlijke stoffen ontzettend eetbaar en katten kunnen huiskamerplanten zomaar voor kattengras aanzien.

Als ze in grote hoeveelheden worden ingenomen, zijn heel veel stoffen giftig (zelfs water!). Sommige stoffen zijn echter extra gevaarlijk omdat ze al bij een kleine dosering giftig kunnen zijn. Vermoed je dat je huisdier iets gevaarlijks heeft gegeten of gedronken, neem dan onmiddellijk contact op met de (spoed)dierenarts! Ga nooit op eigen houtje het braken opwekken. Braken is namelijk niet bij alle stoffen de juiste aanpak.

- **Medicijnen**

Bewaar medicijnen en supplementen ver buiten bereik van kinderen en dieren. Medicijnen voor mensen zijn anders samengesteld dan dierenmedicijnen en kunnen heel gevaarlijk zijn voor dieren. Voorbeelden hiervan zijn juist de middelen die in bijna ieder huishouden te vinden zijn: aspirine, ibuprofen en paracetamol.

- **Schoonmaakmiddelen**

Berg schoonmaakmiddelen veilig op en gebruik bij voorkeur alleen biologische producten. Deze zijn veiliger voor het milieu en je huishouden. Houd er rekening mee dat honden en katten, als ze de kans krijgen, ook uit de toilet kunnen drinken waar helaas nog steeds vaak onnodig agressieve reinigingsmiddelen en/of wc-blokjes gebruikt worden.

- **Vuilnis**

Zorg voor een goed sluitende vuilnisbak. Hier kunnen gevaarlijke stoffen inzitten die voor een rondstruinend dier heel eetbaar kunnen lijken. Dieren kunnen ook tijdens het struinen met hun vacht langs schadelijke stoffen strijken en die vervolgens oplikken.

- **In het park**

Honden zijn enorme opportunisten. Dit heeft ze als soort gebracht waar ze nu zijn, maar het kan ze ook in de problemen brengen! Heb je zo'n schooier, maak er dan werk van om hem beter onder controle te krijgen. Tijdens de uitlaatronde in stadsparken kan je hond namelijk van alles naar binnen werken wat gevaarlijk is, zoals resten alcohol en drugs (cannabis) en sigarettenpeuken. Veel honden vinden mensenpoep onweerstaanbaar. Over het algemeen zijn mensen die in parken poepen niet zo gezond en zitten er in deze ontlasting vaak drugs en medicijnen. In grote steden raken regelmatig honden in coma (of erger) doordat ze junkenpoep

hebben gegeten. In landelijk gebied is het extra oppassen bij landerijen die net met pesticiden bewerkt zijn.

- **Kerst**

Met Kerst brengen we een hoop feestelijkheden in huis. Veel populaire kerstplanten zijn giftig voor dieren. Denk hierbij aan de maretak, alle soorten hulst, de taxus, de amaryllis en de kerstster. Ook veel decoratie kan gevaarlijk zijn. Glinsterende linten en slingers kunnen je hond of kat helemaal dol maken waarna ze ermee gaan spelen wat tot verstikkingsgevaar kan leiden. Maar denk ook aan de kerstboom! Zorg dat deze veilig staat zodat er geen breekbare spullen uit kunnen vallen. Voorkom dat je dieren aan de boom kauwen. Plastic nepbomen kunnen verstikking en verstoppingen veroorzaken. Echte bomen zijn ook niet geschikt als kauwmateriaal: ze kunnen maag-darmklachten geven. Let er om deze reden ook op dat je dier niet uit de emmer water van de kerstboom kan drinken.

- **Chocolade**

In de feestmaand hebben we ook meer chocolade in huis. Chocolade bevat voor honden en katten de giftige stof theobromine. De hoeveelheid waarin dit giftig is, is nog niet duidelijk. Er zijn mensen die hun dier iedere dag een bonbon geven zonder dat er klachten ontstaan, maar een andere realiteit is ook dat er ieder jaar in december meer dieren bij de dierenarts belanden omdat ze ziek geworden zijn door de chocolade waarvan ze gegeten hebben.

- **Planten**

Ook planten in ons huis en onze tuin kunnen overmatig giftig zijn. Let erop dat dieren hier niet bij kunnen komen. Katten hebben behoefte aan het eten van kattengras. Het is belangrijk dit aan je kat te geven zodat ze niet haar toevlucht zoekt tot planten die niet bedoeld zijn om op te eten. Veel voorkomende huis- en tuinplanten zoals rododendron, herfsttijloos, jasmijn, klimop, narcis, doornappel, vingerhoedskruid, goudenregen en nachtschade (tomaten en aardappels) kunnen beter buiten bereik van je dieren blijven.

- **Composthoop**

Als je een composthoop in de tuin hebt, sluit deze dan goed af en meng de compost regelmatig. Sommige producten die op de composthoop belanden zijn niet geschikt voor dieren. Denk hierbij aan pitten van steenvruchten zoals abrikozen en perziken.
