



DE GROENE OS
OERKRACHT UIT DE NATUUR

E-book katten





E-book Katten

Beste dierenvriend,

Wat leuk dat je geïnteresseerd bent in onze kennis over katten en dit e-book hebt gedownload. Het is samengesteld uit de kattenblogs van onze veterinaire natuurgeneeskundige en staat vol praktische informatie en nuttige tips. Zij blijft ondertussen niet stilzitten en zal haar kattenkennis 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. Zij beantwoorden 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 kattenverzorging, graag zelfs, zolang je De Groene Os maar vermeldt als bron of een weblink legt naar www.degroeneos.nl.

Inhoud

Food for thought over katten	3
Heeft mijn dier een multivitamine nodig?	4
Tips voor het toedienen van supplementen bij kieskeurige dieren	6
Lentekriebels?	8
De grote voorjaarsschoonmaak	9
Praktische maatregelen om een dip in de weerstand te voorkomen	12
Een poepverhaal	14
Help mijn kast niest!	15
Door stress veroorzaakte blaasontsteking	17
Onzindelijk	20
Meer plezier van je senior dier	21
Hoe krijg ik mijn kat in beweging?	23
Dementie	24
Verharen!	26
Alles over nagels knippen	28
Tips voor een ontspannende massage	30
5 verrassende manieren om valeriaan te gebruiken	31
Wat te doen en laten bij vuurwerkangst	33
Vlooiënplaag?	34
Natuurlijke oplossingen tegen teken	36
Antibioticagebruik	37
Giftige stoffen voor katten en honden	39



Food for thought over katten

Wat is gezond?

Katten hebben baat bij voer dat tegemoet komt aan hun natuurlijke behoeften. Er zijn verschillende typen voer en het is belangrijk om goed te kijken naar je kat om te bepalen of het voer al dan niet moet worden aangepast.

Vetzuren

Katten hebben een natuurlijke drang naar vetachtige stoffen. Ze gebruiken dit niet alleen als energieleverancier, maar ze hebben het ook nodig voor een gezonde hormoonbalans en de bescherming van hun inwendige organen. Voeding met voldoende vetzuren is daarom zeer belangrijk. Het is een aanrader om de essentiële vetzuren (Omega 3, 6, en 9) bij te voeren. De meeste katten reageren hier erg goed op en dat is gelijk te zien aan hun vacht en huid.

Kattenvoer

Er zijn veel soorten geraffineerd kattenvoer op de markt, zoals brokjes en natvoer uit blik. Een nadeel van dit voer is dat er meestal weinig hoogwaardige eiwitten en vetten inzitten. Dit heeft verschillende redenen. Eiwitten en vetzuren zijn relatief kostbaar en daarbij kan door de vetzuren het voer sneller bederven. Hierdoor kan een zak voer potentieel minder lang houdbaar zijn. Daarvoor in de plaats bevat regulier kattenvoer vaak veel (goedkope) van graan afkomstige koolhydraten. Katten zijn echter van nature niet ingesteld op het verteren van granen. Van oorsprong halen katten hun voedingsstoffen uit verschillende delen van hun prooidieren. Als we dit als uitgangspunt nemen, is belangrijk om na te denken over het soort vlees dat we ze voeren: het moet van hoogwaardige kwaliteit zijn en afkomstig van gezonde dieren.

Biologisch vlees

Biologisch vlees heeft de voorkeur. Als het (prooi)dier een goede voeding heeft gehad en goed gezond is geweest, kunnen onze katten deze stoffen gebruiken voor hun voedingsbehoefte. Dit kan een reden zijn om te kiezen voor biologisch vlees of voor voer dat gemaakt is van biologisch vlees (EKO-keurmerk). Dieren uit de biologische veehouderij krijgen voeding van hoogwaardige kwaliteit en geen of nauwelijks antibiotica. Daarnaast heeft deze keuze ook een ethische kant. Als dierenliefhebber houden we van onze kat(ten) en waarschijnlijk ook van andere dieren en daarom willen veel kattenbaasjes dat de dieren waar het vlees in het kattenvoer van afkomstig is een dierwaardig bestaan hebben gehad.

Water

Naast voldoende energie en uitgebalanceerde voedingsstoffen hebben katten, net als andere dieren, ook water nodig om gezond te blijven. Dit kan voor katten een heikel punt zijn. Zeker om de blaas- en nierfunctie gezond te houden, is het belangrijk dat we ervoor zorgen dat de kat genoeg water binnenkrijgt.

Als de kat natvoer eet, wordt hiermee bijna de gehele waterbehoefte gedekt. Veel blikvoeding bestaat namelijk voor ongeveer 80% uit water. Vanwege de gevoeligheid aan de urinewegen van veel katten (met name gesteriliseerde katers) kan het toch goed zijn om het drinken van water extra aantrekkelijk te maken. Probeer eens onderstaande tips:

- **Andere plaats:** katten drinken graag op een rustige plaats en weg van de kattenbak én hun eetplaats.
- **Zorg voor keuzemogelijkheden:** door drinkbakjes op verschillende plaatsen in het huis te zetten, wordt water drinken extra aantrekkelijk. Zo kan er een bakje bij het eten, eentje op een wat hogere plek, eentje op een rustige plek in de woonkamer en eentje in de tuin gezet worden. Veel katten vinden een bakje in de tuin met regenwater helemaal het einde!
- **Een brede drinkbak heeft de voorkeur:** veel katten geven de voorkeur aan een brede schaal als drinkbak boven een klein, diep drinkbakje.
- **Water met een smaakje:** als de nood hoog is, kan water extra aantrekkelijk gemaakt worden met een smaakje. Een scheutje bouillon (pas op met zout) of kattenmelk kan ervoor zorgen dat de kat wel wil drinken.
- **Stromend water:** Sommige katten geven de voorkeur aan stromend water, bijvoorbeeld uit de kraan. Er zijn speciale drinkfonteintjes op de markt om aan deze behoefte te voldoen.



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?

'Multivitamine' of 'multi' is een term voor een voedingssupplement dat een breed scala aan vitaminen en/of 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 beschermend werking op hart en bloedvaten heeft) en verschillende carotenoïden 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. Sporelementen zijn mineralen die in zeer kleine hoeveelheden nodig zijn voor het goed functioneren van het lichaam.

Feiten en fabels

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-vitaminen en vetzuren in de darmen aanmaken. 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 geneeskunst) 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 in 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 zoals 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 hij of zij 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 of kat 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 vinden we toch echt te lang. De verhouding calcium/fosfor is zorgvuldig uitgebalanceerd en ook over de vormen waarin de vitaminen worden aangeboden is gewikt en gewogen.

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 aminozuren L-lysine en L-thyrosine. Deze zijn nodig voor de juiste werking van het immuunsysteem, de energiehuishouding en hormoonbalans.



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 voorbij gaan, helemaal wanneer dit wordt ingezet om een dier rustiger te maken.

Poeder

De meeste poeders worden door het eten gegeven. Voor katten 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 wil 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 katten 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). Zeker bij katten is dit de moeite van het proberen waard.

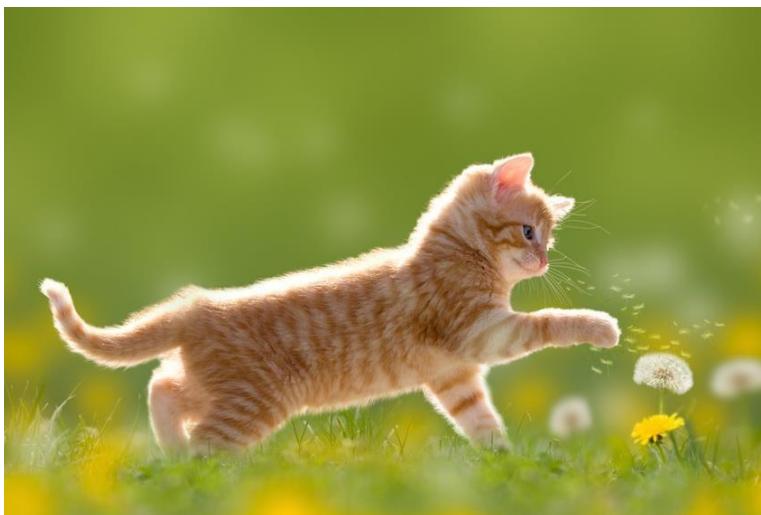
Het is ook een optie om de druppels of het poeder aan te lengen met water en het op de pootjes doen. De kat zal het dan oplikken. Het nadeel hiervan is dat het soms onduidelijk is hoeveel je kat precies heeft binnengekregen.

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

Bij katten (en sommige andere dieren) wil het ook wel eens voorkomen 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.



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.

Drainage Compositum

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 kat deze vetzuren 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 kat.

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

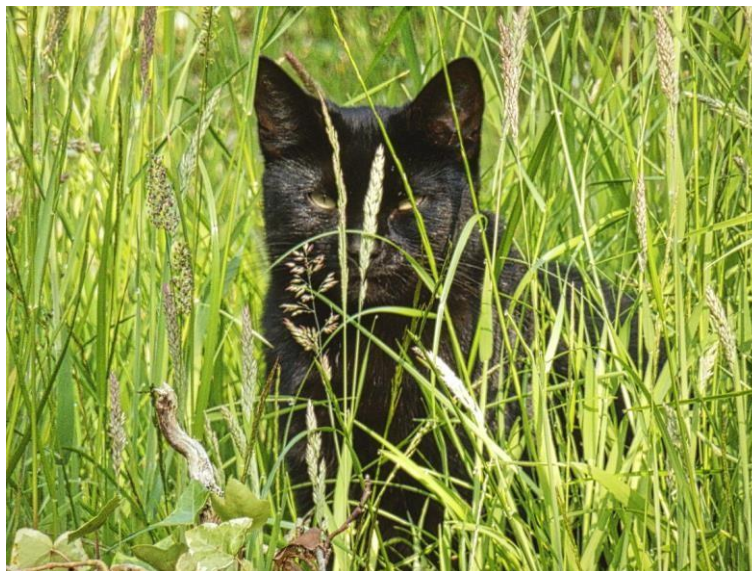
EPA (Eicosapentaeenzuur) is onder andere belangrijk voor het gezond houden van hart en bloedvaten. DHA (Docosahexaeenzuur) heeft grote invloed op het goed functioneren van de hersenen die voornamelijk bestaan uit vetten met een hoge concentratie DHA. Omega 3 is ook aan te bevelen tijdens dracht en lactatie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

Ook voedingsstoffen en kruiden (zoals Echinacea purpurea) kunnen helpen om een dier een boost te geven. Zo is vitamine B6 van belang voor de aanmaak van afweercellen en heeft hiermee een belangrijke functie voor het in stand houden van een gezond immuunsysteem. Vitamine B6 bevordert daarnaast de opname van L-lysine.

Ook zink (bijvoorbeeld in een samengesteld middel) kan gebruikt worden om een goede weerstand op peil te houden en besmetting te voorkomen. Het spreekt echter voor zich dat bij ernstige symptomen altijd de dierenarts geraadpleegd moet worden.



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 gistingsprocessen 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 darmreiner, 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 vervuילend 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.



Praktische maatregelen om een dip in de weerstand te voorkomen

Er zijn een aantal factoren die er aan kunnen bijdragen dat dieren in de herfst en winter een dip in de weerstand kunnen krijgen: verharen, meer binnen zitten en plotselinge weersverandering. 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. Zoals bijvoorbeeld bij gezonde voeding en veel beweging obesitas geen kans krijgt. 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

Hieronder verstaan we: het na een ziekte de nodige maatregelen te 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 best 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 de 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. Ze 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, voeding die de darmwand aantast (zoals granen/gluten).
- **Microbiologische stressoren:** huisklimaat in de winter, griepvirussen, ziekenhuisomgeving, microflora op huid- en slijmvliezen, darmflora.
- **Psychosociale stressoren:** verkeerde en niet dierspecifieke huisvesting en omgang: 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
- Voldoende lang bij het moederdier laten zijn en samen met eventuele nestgenoten
- Goede basissocialisatie
- Zo beperkt mogelijk enten, ontwormen, ontvlooiën (in plaats daarvan titeren)
- 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 lever, blaas en nieren en lymfebanen inwerkt. 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 zinrijk 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 bepaalde kruiden kunnen een weerstandboost aan je dier geven. Hier zijn verschillende middelen voor.



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 u zich 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 gemoedsrust 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. Helaas kan uw dier dan in een vicieuze cirkel belanden: de kliertjes worden juist geprikkeld en nog actiever. Laat dit daarom alleen doen als 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 namelijk 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 kunt u 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.



Help! Mijn kat niest!

Als je kat eens een keertje niest is er natuurlijk niet meteen reden voor paniek. Als het niezen echter vaak terugkomt of als er nog andere klachten bij optreden, kan er wel degelijk wat aan de hand zijn.

Wanneer naar de dierenarts

Rijd bij een enkele niesbui niet gelijk met gierende banden naar de dierenarts. Zijn er behalve het niezen ook andere symptomen zoals lusteloosheid en uitvloeijing (veel en/of geel snot of bloed) uit neus en ogen, wacht dan niet af, maar ga naar je dierenarts. Doe dat ook als er geen andere symptomen zijn, maar het niezen steeds terug blijft komen. De dierenarts kan een diagnose stellen en eventueel medicijnen voorschrijven. Afhankelijk van de precieze oorzaak, kun je vervolgens ook met natuurlijke middelen je dier helpen.

De meest voorkomende oorzaken van niezen

Niezen wordt opgewekt door irritatie in de neus. Het is een manier van het lichaam om bijvoorbeeld van stof af te komen. Maar er kunnen ook andere, serieuzere oorzaken zijn die ervoor zorgen dat een kat begint met niezen:

- Niesziekte
- Vreemd voorwerp in de neus (zoals een grasspriet)
- Poliepen in de neusholte
- Schimmelinfectie
- Tumor

Over niesziekte

Niesziekte is een veelvoorkomende aandoening bij katten. De acute versie kan levensbedreigend zijn. Er bestaat ook een chronische variant. Deze komt regelmatig voor bij katten die uit een overbevolkte situatie komen. Vooral erg jonge katten, oude katten en katten met een verminderde weerstand zijn gevoelig voor infecties. Doordat de slijmvliezen bij een infectie geïrriteerd raken, kan er ook makkelijk een secundaire bacteriële infectie optreden. Dit is de reden dat de dierenarts (preventief) antibiotica kan voorschrijven.

Een kat met niesziekte herken je aan niezen, snot uit de neus, oogontsteking (vieze ogen), lusteloosheid en koorts. Doordat de slijmvliezen geïrriteerd zijn, heeft de kat vaak ook minder eetlust. Er bestaat gelukkig een vaccin tegen niesziekte. Ingeënte katten kunnen nog steeds een infectie doormaken, maar de symptomen zijn dan minder heftig.

Herpesvirus

Niesziekte bij katten kan veroorzaakt worden door het *Feline Herpesvirus* en door het *Feline Calicivirus*. Beide zijn eigenlijk weer groepen van specifieke groepen virussen. Virussen hebben namelijk de gewoonte om vaak te muteren.

Herpesvirussen veroorzaken onder andere ook koortslip bij mensen. Dit virus blijft altijd in het lichaam aanwezig. Als er geen symptomen zijn, is het inactief, maar het lichaam raakt het nooit meer helemaal kwijt. Als er een periode van verminderde weerstand aanbreekt, bijvoorbeeld door ziekte of stress (verhuizing, andere gezinssamenstelling), kunnen herpesvirussen weer actief worden. Hetzelfde geldt voor virussen die niesziekte veroorzaken.

Wat kun je eraan doen?

Als de dierenarts niesziekte heeft vastgesteld en het om een acute infectie gaat, is het belangrijk om de adviezen van de dierenarts te volgen. Daarnaast kunnen kruiden en voedingsstoffen helpen om de algehele weerstand van je dier te ondersteunen.

L-lysine

L-lysine is een essentieel aminozuur dat een bijzondere werking heeft. Het verhoogt de weerstand, maar wel op een heel specifieke manier: het zorgt ervoor dat herpesvirussen (en daaraan verwante

virussen) zich niet meer goed kunnen 'voeden' en daardoor weer inactief worden. Hierdoor verdwijnen de symptomen.

Aminozuren hebben veel functies in het lichaam en zo ook het aminozuur lysine. Het is nodig voor de vorming van antilichamen (toch weer dat immuunsysteem). Het komt tevens in een hoge concentratie voor in spier- en bindweefsel en is belangrijk voor de aanmaak van collageen.

Een tekort aan L-lysine kan leiden tot concentratieklachten. Er is een verband gevonden tussen een tekort aan lysine en toename aan angst en stress. Lysine heeft namelijk een kalmerend effect op de serotoninereceptoren in het maag-darmstelsel.

L-lysine kan preventief worden ingezet in een onderhoudsdosering. Dit kan helpen als je weet dat je een kat hebt die gevoelig is voor is voor niesziekte en er iets stressvols te gebeuren staat, zoals verhuizen of Oudjaar. Als er al symptomen van milde niesziekte zijn, kan een hogere dosering gebruikt worden en horen de klachten vlot af te nemen.

L-lysine kan het beste worden gecombineerd met vitamine B6. Deze B-vitamine versterkt de werking van lysine en heeft zelf ook een belangrijke rol in het gezond houden van het immuunsysteem.

Slijm

Als een kat veel last heeft van slijmvorming in de neus, kan het helpen om druppels te geven die het slijm in de bijholtes van de neus opruimen. Ook zijn er middelen die de slijmvliezen verzorgen en de luchtwegen helpen vrij te houden.



Door stress veroorzaakte blaasontstekingen bij de kat

Sommige katten zijn erg gevoelig voor blaasontstekingen. Als katten eenmaal een blaasontsteking hebben gehad, blijven ze een tijd extra vatbaar voor een terugkerende infectie.

Een van de redenen waarom katten gevoelig zijn voor ontstekingen aan de blaas is dat katten van nature geneigd zijn om heel weinig water te drinken en daardoor niet veel plassen. Hierdoor krijgen bacteriën die via de plasbuis de blaas binnendringen veel meer kans zich te vermeerderen. Daarnaast wijken de leefomstandigheden van de meeste katten flink af van wat optimaal voor ze is. Denk

hierbij aan verkeerde voeding en aan omgevingsfactoren die stress kunnen opleveren, zoals het territorium delen met veel verschillende katten of het niet naar buiten kunnen. Deze stress is voor de kat heel vervelend en kan allerlei verschillende klachten geven, waaronder onzindelijkheid en blaasontstekingen.

Blaasontsteking

Een blaasontsteking bij een kat kan verschillende oorzaken hebben die ieder hun eigen aanpak vragen. Er zijn blaasontstekingen door blaasgruis/stenen, verkeerde voeding of door poliepen of andere afwijkingen in de blaas. Stress is ook een zeer belangrijke oorzaak. Hoe dat precies in z'n werk gaat, weten we niet. Wel komt er steeds meer kennis beschikbaar over alle verschillende factoren die hier een rol in spelen.

De symptomen

De klachten die het eerst in het oog springen bij een kat met een blaasontsteking zijn:

- moeite met of pijn bij het urineren
- vaker (kleine beetjes) plassen
- bloed in de urine
- plassen buiten de kattenbak
- overmatig poetsgedrag, met name rond het perineum

Als je kat deze klachten vertoont zonder dat daar een onderliggende medische oorzaak voor wordt gevonden, spreek je van Feline (kat) Idiopathische (we weten het niet) Cystitis (blaasontsteking), oftewel FIC.

Diagnose en oorzaak

De diagnose FIC wordt gesteld door andere oorzaken uit te sluiten. Dat kan bijvoorbeeld door de urine te onderzoeken op bacteriën of een echo of röntgenfoto van de blaas te maken.

Bij katten met FIC zien we vaak de volgende factoren :

- De **slijmlaag van blaaswand** is aangetast waardoor de blaaswand kan gaan ontsteken.
- **Ontstoken zenuwcellen** in de blaaswand geven neurotransmitters af die de klachten kunnen verergeren.
- **Stress** vormt een belangrijke oorzaak bij FIC. Een periode van stress of een stressvolle gebeurtenis zoals een verhuizing of dierenartsbezoek kan een aanval van FIC doen uitlokken.
- Naast het feit dat katten met FIC stress ervaren, is ook aangetoond dat deze katten **anders met stress omgaan**. Bij gezonde dieren zorgt stress voor het vrijkomen van verschillende hormonen uit de bijnieren, namelijk adrenaline, noradrenaline en cortisol. Bij FIC zijn de waardes van adrenaline en noradrenaline ook verhoogd, maar die van cortisol is juist lager. Hierdoor kan er minder goed met stress worden omgegaan. Daar waar adrenaline en noradrenaline zorgen voor de lichamelijke reacties bij een acute stresssituatie, zorgt cortisol er namelijk voor dat het dier kan omgaan met langdurigere stress.

Bij katten met FIC kunnen de klachten ook zomaar weer verdwijnen, maar de katten blijven extra gevoelig voor deze ziekte. Voorkomen is ook hier dus heel belangrijk. Ondanks het feit dat de klachten opeens kunnen verdwijnen, is het toch belangrijk om in te grijpen omdat de klachten heel vervelend en ondermijnend voor de gezondheid van je kat zijn. Zowel bij het voorkomen van een aanval als bij het ingrijpen, kunnen onderstaande maatregelen en middelen helpen.

Stress behandelen

Het is erg belangrijk om de oorzaak van de stress te achterhalen en die weg te nemen. Dit kan bijvoorbeeld inhouden dat je een kat die binnen moet blijven (bijvoorbeeld omdat het buiten i.v.m. het verkeer te onveilig is) in huis meer uitdaging gaat geven. Dat kan door meer te spelen met je kat en door bijvoorbeeld plekken met hoogteverschillen aan te bieden door plankjes op te hangen of een grote krab- en klimpaal neer te zetten.

Katten kunnen ook erg veel stress hebben van elkaar. Zorg dat katten binnen hetzelfde huishouden elkaar kunnen ontlopen als ze dat willen. Ook hier helpen hoogteverschillen. Soms is het toch beter om te zorgen dat een kat met FIC een eigen huisje krijgt zonder andere katten.

Katten kunnen ook territoriumstress ervaren van katten buiten het eigen huishouden. Dit zijn dan bijvoorbeeld buitenkatten die ze kunnen zien en ruiken. Als dit het geval is, probeer er dan voor te zorgen dat deze katten niet direct bij het huis en in de tuin kunnen komen.

Voedingssupplementen kunnen helpen om gevoelens van stress en nervositeit te verminderen. Een voorbeeld hiervan is bijvoorbeeld onze Rust Compositum. Let op: dit middel pakt dus niet de blaasontsteking zelf aan, maar kan samen met de juiste maatregelen helpen om je kat minder stressgevoelig te maken.

Eten en drinken

Vanzelfsprekend is een dieet dat is afgestemd op de rasechte vleeseter die je kat van nature is, de beste keuze. Daarnaast kan er ook een hoop winst behaald worden door ervoor te zorgen dat je kat meer gaat drinken. Naast de juiste keuze voor een drinkbakje (breed model) en de plaatsing daarvan (niet bij etensbak en kattenbak), kan het vochtgehalte van het voer ook verhoogd worden door meer natvoer te geven en minder droogvoer en een hoeveelheid water door vleesvoer te mengen.

Plassen aantrekkelijk maken

Als dieren (ook mensen) hun plas lang ophouden, wordt de urine meer geconcentreerd en door het niet legen van de blaas kunnen bacteriën zich vermenigvuldigen. Daarom is het belangrijk dat het plassen, oftewel het naar de kattenbak gaan, zo aantrekkelijk mogelijk gemaakt wordt.

Maatregelen die hierbij kunnen helpen zijn:

- Zorg voor 1 kattenbak per kat + 1 extra.
- Experimenteer met verschillende soorten kattenbakvulling om zo er eentje te kunnen kiezen die je kat prettig vindt.
- Verwijder dagelijks de drolletjes (en bij klontvormende kattengrid ook de plas) en ververs 1x per week de hele inhoud. Maak de kattenbak dan schoon met warm water en neutrale zeep.
- Zorg voor ruime bakken zonder deksel.
- De kattenbakken moeten op rustige plaatsen (niet in looproutes) staan en weg van eten en drinken.

Kruiden

Er zijn veel kruiden die kunnen helpen de weerstand in de blaas op peil te houden. Zij ondersteunen een normale vochtthuishouding en dragen zo hun steentje bij aan het terugdringen van de klachten die worden veroorzaakt door een blaasontsteking.

Een goed kruidencomplex bevat bijvoorbeeld de volgende kruiden:

- **Orthosiphon stamineus** (ook bekend onder de namen koemis koetjing, Javaanse nierthee en kattensnor): wordt in Zuidoost-Azië al eeuwenlang gebruikt bij allerlei klachten aan de urinewegen, vandaar de naam Javaanse nierthee. Onderzoeken hebben aangetoond dat het kruid ontstekingswerend is en de uitscheiding van urinezuren en niergruis stimuleert.

- **Arctostaphylos uva ursi** (beredruif): wordt traditioneel door de Noord-Amerikaanse indianen gebruikt bij ontstekingen van de urinewegen en werd al in de 13e eeuw naar Groot Brittannië gebracht. Beredruif werkt als een desinfectans voor de urinewegen. Daarnaast werkt het ook verzachtend door de looistoffen, ursolzuur, hyperoside en arbutine.
- **Phellodendron amurense** (kurkboom): bevat net als **Hydrastis canadensis** (Canadese geelwortel) veel berberine, een ontstekingsremmende stof. Van oudsher wordt dit kruid ingezet bij verscheidene soorten ontstekingen.

Naast een goede kruidentinctuur kan ook het vetzuur GLA worden ingezet om de blaaswand te helpen herstellen. Dit zit in de Teunisbloem.



Onzindelijk

Onzindelijkheid bij katten kan behalve een fysieke oorzaak, ook een oorzaak op emotioneel niveau hebben. In alle gevallen is het belangrijk om als eerste door een dierenarts te laten onderzoeken of er een medische oorzaak is, zoals blaasgruis, ontstekingen aan de urinewegen, problemen met de nieren, een bijwerking van medicijnen of verkeerd (te zout) voedsel.

Is dat niet het geval dan kunnen andere oorzaken of een combinatie van factoren een rol spelen. Een dierenarts kan een blaasontsteking constateren en die behandelen, maar het kan zijn dat de oorzaak van deze infectie van emotionele aard is. Als daar niets aan wordt gedaan, blijft de ontsteking terugkomen.

De redenen

Katten kunnen erg stressgevoelig zijn. Zij zijn gezelschapsdieren, maar zijn soms meer gehecht aan een plek dan aan een mens. Daarom kunnen ze enorm onder de indruk zijn van een verhuizing of zelfs van het verplaatsen van wat spullen. Ook een nieuw dier in huis kan aanleiding geven tot stress en daarmee tot onzindelijkheid. Bij katten op hoge leeftijd kan incontinentie ontstaan door dementie of zwakte van de blaas en de sluitspier.

Een kat kan ook territoriumstress ervaren. In buurten waar veel katten wonen, of het nu huiskatten of wilde katten zijn, komt het regelmatig voor dat een kat het huis van een andere kat binnendringt. Als de kat waarvan het huis wordt binnengetreden daar niets aan kan doen (hij is er niet, of is misschien minder dominant), dan kan dat een hoop stress veroorzaken. Een gevolg hiervan kan onzindelijkheid zijn. De eigen kat gaat dan geur afzetten in de buurt van deuren en ramen en op plekken langs de looproute van de indringer. In dit geval is het zaak dat we ingrijpen en ervoor zorgen dat de vreemde kat niet meer binnen kan komen. Een handige oplossing is een kattenluikje met een chiplezor dat alleen opengaat voor de eigen gechipte kat (of katten).

Ook kan de kattenbak het probleem zijn. Deze kan op de verkeerde plaats staan (op een te drukke plaats, of juist teveel weggestopt of te dicht bij de etensbak), verkeerde vulling hebben (die onaangenaam is aan de pootjes), niet schoon genoeg zijn of door te veel katten in het huis gebruikt worden. Als je meerdere katten hebt, kan het aanschaffen van extra kattenbakken soms de oplossing voor het probleem zijn.

Algemeen

Ondanks het feit dat onzindelijkheid in huis een erg vervelend probleem is waar je ook als eigenaar veel stress door kan ervaren, is het van belang om in gedachten te houden dat dieren dit absoluut niet expres doen. Er is altijd een oorzaak voor, maar het kost soms tijd en moeite om die te achterhalen. Kom je er niet uit dan zou een gedragsdeskundige uitkomst kunnen bieden.

Ook met natuurlijke producten kun je je dier ondersteunen. Welke dat moeten zijn, is afhankelijk van de oorzaak en moeten altijd gegeven worden in combinatie met de juiste maatregelen.



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 'APK-afspraak' te maken.

- **Voorkom overgewicht**

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 van je dier 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 van je dier 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 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 seniorvoer voor katten was 6 jaar!

De kwaliteit voer voor het oudere dier is belangrijk. Geef ze hoogwaardige eiwitten. Eiwitten zijn nodig voor het herstel van lichaamsweefsels. 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? En hoe houd je je kat fit? 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 er op 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.
- **Spelen**
Hoe meer oudere katten worden uitgedaagd, hoe speelser ze weer worden. En dat is goed want het houdt ze fit. Prik een moment op de dag om even een kwartiertje met je kat te spelen. Als je meerdere katten hebt, zorg dan ook dat iedere kat echt even aan de beurt komt en niet alleen de jongste/drukste van het stel. Tips nodig om je kat in beweging te krijgen? Kijk bij 'hoe krijg ik mijn kat in beweging'.
- **Massage**
De meeste oudere katten zijn gek op aandacht. Lekker op schoot of bij je liggen. Ook voor katten kun je Ttouch® gebruiken. Jij leert weer eens wat nieuws, het stimuleert de leervermogens van je dier én het ontspant het lijf.
- **Puzzelen**
Met katten kun je ook hersenwerk doen. Laat ze bijvoorbeeld brokjes uit een wc-rolletje hengelen. En voor als jullie de smaak helemaal te pakken krijgen, zijn er in de dierenwinkel ook diverse kant-en-klare puzzels te koop.



Hoe krijg ik mijn kat in beweging

Dé manier om je huistijger in beweging te krijgen is door middel van spelletjes die het jagen nabootsen. Om je kat fysiek én tussen de oren in balans te houden kan een dagelijks speelkwartiertje een onmisbaar hulpmiddel zijn. Zowel kittens, volwassen katten als actieve senioren kunnen behoefte hebben aan spelletjes met de eigenaar; een spelletje met een ander hoeft voor hen niet zo.

Kijk naar de individuele behoeften van je dier. Dit kan in een huishouden met meerdere katten verschillen. Zo vliegt een van mijn poezen tegen de muren op en wordt onzindelijk als er te weinig gespeeld wordt, terwijl mijn kater heus wel even mee wil doen, maar er niet om komt vragen. Door regelmatig te spelen houd je je kat fit en op het juiste gewicht en kan probleemgedrag voorkomen worden. Een paar tips voor een uitdagend spel:

- **Najagen**
Katten worden getriggerd als ze iets zien wegschieten wat ze kunnen gaan najagen. Beweeg het

speeltje daarom altijd van je dier af. Het naar een kat toegooien van muisjes of hengelspeeltjes wekt vaak irritatie op, waardoor de kat wegloopt en de beduusde eigenaar met het speeltje achterlaat.

- **Muizenvanger of vogelterrorist?**

De ene kat wordt wild bij een speeltje dat over de grond beweegt zoals een nepmuis of een balletje en de andere jaagt juist graag op 'vogels'. Test eens uit of je kat een grondjager of een luchtjager is en pas het spel daar op aan. Laat de 'vogel' (een hengel met veertjes bijvoorbeeld) op verschillende snelheden bewegen en ook af en toe landen. Laat de kat succes hebben door de prooi te laten vangen. Dit is goed voor het zelfvertrouwen. Zou jij willen spelen met iemand waar je nooit van wint?

- **Om het hoekje**

Dit is onweerstaanbaar voor je kat: laat een muis aan een touwtje om een hoekje (van een meubel of achter de deur) verdwijnen. Gegarandeerd dat je kat er achteraan gaat! Muizen kun je ook laten verdwijnen onder kleden en lakens of in de holletjes van de krabpaal.

- **Huis-, tuin- en keukenmaterialen**

Speelgoed voor de kat hoeft niets te kosten. Een propje papier of aluminiumfolie, eikeldopjes of veertjes, het is allemaal beproefd speelmateriaal en gratis. Let wel altijd op de veiligheid en speel samen met de kat en houd het in de gaten. Pas bijvoorbeeld op met kittens en bollen wol; ze kunnen hierin verstikt raken.

- **Houd speeltjes 'nieuw'**

Nieuwe speeltjes zijn interessant. Als je een stuk of wat speeltjes hebt, speel je met een of twee. De volgende keer weer met wat anders. Door hierin af te wisselen, lijkt het voor de kat steeds weer nieuw.

Twee dingen die weleens voor kattenspeeltjes worden aangezien, maar daar niet geschikt voor zijn, zijn mensenhanden. Bij jonge katjes is dit soms nog schattig, maar kleintjes worden groot en dan kan het serieus zeer doen.



Dementie

Net zoals bij mensen komt bij dieren de ouderdom vaak met gebreken. Ook bij katten kan dementie 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 boodschapperfunctie 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 uit de praktijk:

- De kat die bij de verkeerde deur staat te wachten om naar buiten gelaten worden.
- 's Nachts onrustig rondtrippelen en miauwen. Ook onzindelijkheid (met name 's nachts) komt veel voor.
- Dieren kunnen makkelijker verdwalen: laat katten niet meer op de openbare straat komen (dit is overigens te allen tijde risicovol).

Dementie? Of toch iets anders?

Deze 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 kringspieren 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 kat ze kan gaan zoeken. 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 vitamines (zoals veel B-vitamines) 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).



Verharen

Je kat laat een tapijt achter op de pas gestofzuigde bank. 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 op stal en in ons huis krijgen door het vele kunstlicht hier minder van mee. Probeer daar rekening mee te houden en 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 katten liggen het liefst tegen of óp de cv. Geef katten een slaapplek 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

- katten 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 worden ingezet bij dieren die moeizaam door de ruiperiode heenkomen, maar helpt ook bij kale plekken.



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.

Kunnen ze die nagels niet zelf bijhouden?

Katten hebben vijf tenen aan de voorpoten en vier aan de achterpoten. Ze 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.

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.

Wanneer moeten nagels geknipt worden?

Soms is het lastig inschatten wanneer nagels geknipt moeten worden. Voor katten is er niet een hele 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 schaar 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 kitten aan het nagels knippen zodat dit geen problemen oplevert als je kat zes kilo weegt en geen zin heeft in een polonaise het lijf. Als je dier niet al van jongs af aan bij je is opgegroeid, dan moet je roeien met de riemen die je hebt. 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? Hou 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 te 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 voerbeloningen.
- 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.



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.

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 het 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 benen/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 bij je kat met je handpalm vingertoppen over de grote spieren van de hals, de schouders, de bilpartij en de 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.



5 verrassende manieren om valeriaan te gebruiken

Er zijn verschillende kruiden waar katten gek op zijn en die bekend staan als 'kattenkruid'. Valeriaan is daar een van. Ik kwam daar zelf achter toen mijn kat er vandoor begon te gaan met de gebruikte theezakjes slaapthee en er fanatiek overheen ging rollen. Na wat speurwerk bleek het de valeriaan te zijn die ze zo lekker vond. Voor mensen is dat bijna niet voor te stellen, want de gedroogde wortels stinken namelijk verschrikkelijk.

Valeriaan kan op verschillende manieren voor katten worden gebruikt en is heel goed in te zetten bij de opvoeding en voor het bijsturen van gedrag.

Cat's love

Echte valeriaan (*Valeriana officinalis*) is een sterke, winterharde Europese inheemse plant die al eeuwenlang in de kruidengeneeskunde gebruikt wordt. Geneesheren uit de Klassieke Oudheid zoals Hippocrates (460 v. C – 377 v. C) en Galenus (131 v. C – 201 v. C) raadden het kruid al aan tegen slapeloosheid. De plant heeft deze lange medische geschiedenis te danken aan de ontspannende en kalmerende werking.

In verschillende talen wordt de verwijzing gemaakt naar valeriaan als zijnde kattenkruid: de Engelsen noemen het Cat's love, de Fransen Herbe aux chats en de Duitsers Katzenwurz.

De stoffen die verantwoordelijk zijn voor de aantrekkingskracht op katten zijn isovalereenzuur en actinidine. Overigens kunnen deze stoffen ook lokkend werken bij knaagdieren. Volgens de overlevering zou de Rattenvanger van Hamelen valeriaan bij zich gedragen hebben!

Opvoeding

Valeriaan als tinctuur kun je goed gebruiken om het gedrag van katten bij te sturen, juist vanwege het feit dat ze er zo dol op zijn:

- **Zindelijkheidstraining**

Een paar druppels valeriantinctuur in de kattenbak zorgt ervoor dat de bak aantrekkelijker wordt en kan daarom helpen bij de zindelijkheidstraining.

- **Krabben aan meubels**

Als katten de bank of een ander meubel gebombardeerd hebben tot perfecte krabplek, is de eerste stap om ervoor te zorgen dat er voldoende geschikt materiaal aanwezig is waar ze wél aan mogen krabben. Maar wat nu als ze die mooie krabpaal links laten liggen? Maak de plekken waar wel gekrabd mag worden aantrekkelijker door ze te behandelen met een paar druppeltjes valeriantinctuur.

- **Katten in/uit de tuin**

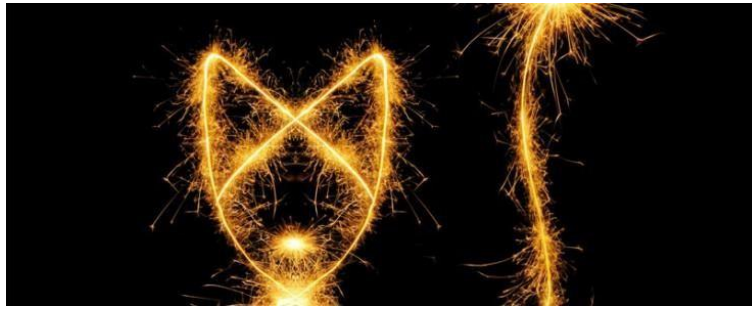
Katten kunnen een zootje maken van een zorgvuldig onderhouden tuin. Als je een grote tuin hebt en er is een stuk waar je de katten juist wél wilt hebben dan kun je daar een paar valeriaanplanten zetten. Dit zal dan hun favoriete tuinplek worden. Houd er bij het planten van valeriaan wel rekening mee dat het mogelijk ook knaagdiertjes kan aantrekken. Als je in de stad woont en je kat binnenhoudt, kun je een afgesloten kattenparadijsje aanleggen. Naast kattengras, peterselie, kattenkruid (*Nepeta faassenii* of *Nepeta cataria*) en pepermint, hoort valeriaan daar zeker bij!

- **Katten aan elkaar laten wennen**

Katten die valeriaan in een hoge dosis ruiken, raken eerst een beetje high en gaan erin rollen. Vervolgens worden ze heel relaxed. Dit kan helpen om katten aan elkaar te laten wennen. Zorg er verder bij nieuwe katten altijd voor dat er ruim voldoende vluchtroutes door het huis zijn en laat ze eventueel eerst aan elkaar geur wennen door ze (tijdelijk) in aangrenzende kamers te houden.

- **Mandje**

Katten die nieuw in huis komen kun je hun slaapplekjes wijzen door een paar druppeltjes valeriantinctuur op hun mandje/kussentje te doen. Dit trucje kan ook helpen als poeslief de oude doos die je eigenlijk al tijden wil weggooien verkiest boven haar nieuwe kussentje.



Wat te doen en laten bij vuurwerkangst

Wat voor mensen een feestavondje is, kan voor dieren een regelrechte hel zijn. Veel 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 eind oktober al 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 (verstoppen) 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 het dier echt nog ontspannen blijft. Daarna moet het heel langzaam worden opgevoerd en moet je het 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.

Kalmeringsmiddelen

Als extra ondersteuning kunnen er verschillende middelen worden ingezet. Uiteraard is er een 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 dat 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.

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 mogelijk ergens een holletje van te creëren. Laat voor de katten tussendeuren in huis open zodat ze naar een rustiger vertrek kunnen en biedt extra schuilplaatsen aan door bijvoorbeeld extra dozen neer te zetten. Houd gordijnen dicht, zodat er wat minder lichtflitsen in huis zijn. Goede jaarwisseling!



Vlooiënplaag?

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

Chemische middelen

Als er al een vlooiënplaag over de vloer is, kan het voor ieders gezondheid het beste zijn om toch naar een chemisch anti-vlooiënmiddel 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 kan lossen. Een enkele vlo hoeft niet het einde van de wereld te betekenen. In de praktijk zien we vaak dat dieren die overdreven met anti-vlooiënmiddelen 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 (6 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 vlooiën en teken.

De omgeving

Heel goed stofzuigen en schoonmaken is erg belangrijk. Om te voorkomen dat vlooiën weer uit de stofzuiger springen kun je wat Theeboomolie in de stofzuigerzak druppelen. Theeboomolie doodt de vlooiën 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 en dergelijke. Het is niet aan te raden vaak te dweilen! Vlooiën zijn namelijk gek op vocht.

Na het stofzuigen kan de 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.

Vlooiënval

Een andere manier om vlooiën in huis weg te vangen is een zelfgemaakte vlooiënval. 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) je kat 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; dan zinken ze naar de bodem en kunnen ze in ieder geval niet 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.

Veel 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

Kokosnootolie kan voor katten worden gebruikt tegen vlooiën. Het kan zowel inwendig (over het voer) als uitwendig toegepast worden. 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 schapenteek (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 uit het Middellandse Zeegebied, de Dermacentor-teek, maar 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 is de tekenbelasting zo hoog dat je zelfs in tuinen en stadsparken tekenbeten en de beruchte rode ring (erythema migrans) kan oplopen. Als jij en je dier regelmatig in een gebied komen waar veel (besmette) teken zijn, 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.

Natuurlijke tips

Als eerste is het belangrijk om te zorgen voor een zo gezond mogelijk dier. Dat begint bij een goede voeding. Voor 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.

Toch een teek?

Als een teek nog niet vastzit kun je hem pakken, dood drukken en weggooiden. Als een teek wel vastzit, verwijder hem dan met een speciale tekenverwijderkaart of 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.

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:

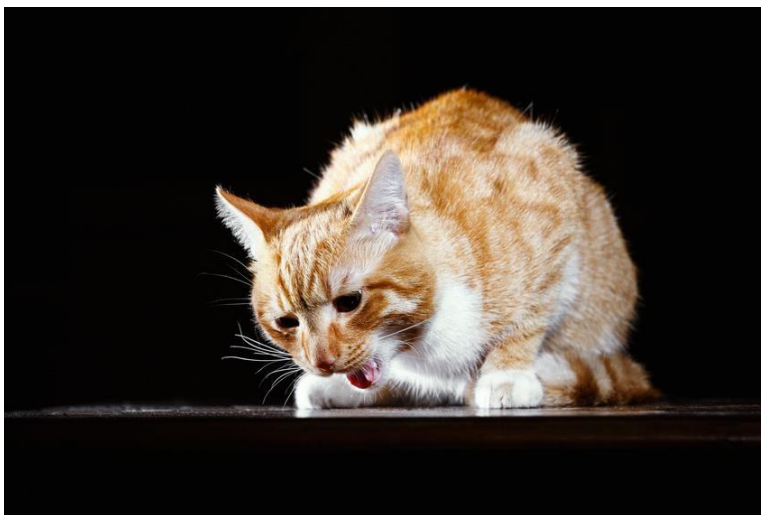
- De dierenarts zal alleen antibiotica voorschrijven als dit strikt noodzakelijk is.
- Er zal vaker een kweek van een infectie gemaakt worden om uit te zoeken welk antibioticum het best werkzaam is bij deze specifieke infectie.
- Een kweek is wettelijk verplicht bij de toepassing van de zogenaamde 3^e keuze middelen. Dit zijn antibiotica met een zeer breed spectrum 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 van je dier. 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 aan het versterken van het immuunsysteem leveren, zoals Echinacea purpurea, Hydrastis canadensis, Pau d'Arco en Uncaria tomentosa.

Om het herstellende 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'-artikelen voor katten.



Giftige stoffen voor katten en honden

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 dieren en kinderen. 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 in zitten 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! Heeft u zo'n schooier, maak er dan werk van om hem beter onder controle te krijgen. Tijdens de uitlaatrondte 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. Nepbomen zijn van plastic en 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 vastgesteld. 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 en 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 perzikipitten.
