DE GROENE OS

OERKRACHT UIT DE NATUUR

E-book

Visies op honden- en kattenvoeding



Visies op voeding

Beste dierenvriend,

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

Maar wat is dan gezonde voeding voor honden en katten?

Er wordt tegenwoordig zoveel geschreven en verteld, dat het soms moeilijk is door de bomen het bos te zien. Er zijn zo veel opties, stromingen en merken dat een keuze maken moeilijk is. Wij zouden hier letterlijk boeken mee vol kunnen schrijven! Er is niet één waarheid, het dier bepaalt of een voeding goed is of niet.

Mocht je vragen over de middelen van De Groene Os hebben: elke woensdag en vrijdag van 9.00 tot 10.00 houden onze natuurgeneeskundig dierenarts en therapeuten een gratis telefonisch spreekuur: 023-534 8469.

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

Wij wensen je alvast veel leesplezier.

Hartelijke groet,
Het team van De Groene Os

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

© De Groene Os | versie 1 | april 2020

Inhoud

1. Domesticatie en evolutie 4
2. Over brokjes 6
3. Onze gedachten over hondenvoer 8
4. 10 tekenen dat je dier het verkeerde voer krijgt 11
5. Onze gedachten over kattenvoer 13
6. Versvleesvoeding bij honden en katten 15
7. Survive of thrive: kunnen honden en katten veganistisch eten? 17
8. Verlies je dier niet uit het oog 21



1. Domesticatie, evolutie en voeding

Je hoeft maar naar het gebit van je hond of kat te kijken om te zien dat deze dieren echte carnivoren zijn. Toch is het hoofdbestanddeel van veel commerciële diervoeding iets heel anders: namelijk graan of in een enkel geval aardappel of soja. Een deel van de dieren leven gezond en gelukkig met gangbare commerciële voeding, maar een ander deel ontwikkelt allerlei klachten. Een mogelijkheid is dat het lichaam en met name het spijsverteringsstelsel nog niet is aangepast aan brokjesvoeding.

Gebit

Het gebit van honden en katten is dus gemaakt voor vlees en niet om plantenmaterie te verwerken. Om plantmateriaal te eten heb je namelijk grote maalkiezen nodig. De kiezen van honden en katten zijn geschikt om vlees mee te 'knippen' en kunnen niet malen.

Wat eten panda's?

Iedereen weet dat panda's bamboe eten. Maar als je naar het gebit van panda's kijkt zijn dat echt nog de tanden en kiezen van een allesetende beer. Ergens in hun evolutie is het blijkbaar nodig geweest dat ze zich gingen toeleggen op het verorberen van bamboe. Hun gebit is alleen nog een beetje achtergebleven. En, de pandabeer heeft het ook nogal moeilijk met al die veranderende leefomstandigheden, want ze zijn aan het uitsterven. Maak van je hond of kat dus geen bamboe-etende panda!

Honden

De hond is geëvolueerd uit wolven die minder schuw waren dan hun soortgenoten. Deze minder schuwe wolven gingen vaak niet meer diep in het bos op jacht, maar hingen in plaats daarvan rond kampen van mensen. Daar ontstond eigenlijk al een soort samenwerking. De wolven ruimden de voedselresten op en fungeerden als een waarschuwingssysteem. Uit deze wolf ontstond de protohond die steeds tammer werd en uiteindelijk ook in het kamp werd gehouden. In vroegere tijden aten honden met de pot mee en kregen bijvoorbeeld delen van het karkas van prooidieren.

Dit verhaal is belangrijk omdat het aangeeft dat de hond niet alleen een carnivoor is, maar ook een echte opportunist die kan overleven op een heel wisselend dieet. Of dit opportunistische dieet ook zorgt voor een zo optimaal mogelijke gezondheid is een tweede.

Katten

Katten zijn obligate carnivoren. Dat betekent, anders dus dan bij honden, dat ze echt hoofdzakelijk vlees nodig hebben om te kunnen overleven. Het verschil zit in een aantal aminozuren, vitamine-achtige stoffen en vetzuren, die voor katachtigen essentieel zijn om uit vlees te halen. Andere diersoorten kunnen deze zelf maken uit andere bouwstoffen.

Er wordt wel gezegd dat katten nooit helemaal gedomesticeerd zijn of dat katten zelf hebben gekozen om gedomesticeerd te worden. Ik denk dat domesticatie altijd met wederzijds goedkeuren gebeurt. Er moet een bepaalde samenwerking met voordelen voor beide partijen zijn om te slagen. En dat is zeker ook bij de kat het geval.

Katten zijn tammer geworden toen mensen hun nomadische levensstijl opgaven en boerderijen bouwden. Daar waren voedselvoorraden waar ‘ongedierte’ op afkwam. Om deze muizen en ratten te bestrijden werden katten gehouden. De katten op hun beurt kregen een fantastisch en veilig jachtterrein aangeboden.



2. Over brokjes

De meeste honden en katten krijgen dagelijks brokken te eten. In deze tijd waarin we het altijd druk hebben, is het grote voordeel hiervan dat ze gemakkelijk te geven en hygiënisch zijn. Echter, veel brokken staan mijlenver van de oorspronkelijke voeding vandaan.

Hoewel er grote kwaliteitsverschillen tussen de verschillende merken zijn, bevatten brokken over het algemeen te weinig hoogwaardige eiwitten en vetten en te veel vulmiddelen zoals soja en restproducten uit de graanverwerkende industrie. Koolhydraten uit granen kunnen de darmen irriteren en je dier kan ook een allergie voor gluten (een eiwitsoort in tarwe en andere granen) ontwikkelen.

De geschiedenis van het brokje

Pas in de jaren dertig werd de eerste hondenbrok uitgevonden. Het idee hierachter was om een gemakkelijke, goedkope en complete voeding te maken waarbij geen tekorten zouden optreden. En in zekere zin is dat ook gelukt. Het is alleen voor veel dieren niet optimaal omdat er veel onnodige stoffen in zitten en van bepaalde essentiële stoffen juist weinig.

Uit de domesticatie en door te kijken naar de fysiologie (gebit, spijsverteringsstelsel) van honden en katten kunnen we concluderen dat ze gemaakt zijn om dieren te eten en geen granen en andere planten. Bepaalde planten kunnen wel deel uitmaken van hun dieet, maar het hoeft geen groot deel te zijn. In veel commerciële diervoeding is dat vaak wel het geval, want het is goedkoop en bederft niet zo snel.

Het hele verwerkingsproces van dit voer, de mijten die in droge brokken kunnen zitten en de toevoegingen om het voer houdbaar en ‘aantrekkelijk’ te houden, zijn factoren waar honden en katten op kunnen reageren. Sommige dieren krijgen bijvoorbeeld jeuk, allergische klachten of spijsverteringsproblemen. Zo is het bijvoorbeeld raadzaam om katten die diabetes hebben helemaal van de brokken af te halen. Uit de praktijk blijkt dat veel van deze

dieren geholpen zijn met een dieet dat bestaat uit vers vlees, eventueel aangevuld met een supplement en voor honden aangevuld met groente en fruit.

Zelf voer maken

Steeds meer mensen kiezen ervoor om zelf het (vlees)dieet van hun hond of kat samen te stellen. Dit wordt ook wel BARF (Biologically Appropriate Raw Food) genoemd.
Zelf het eten voor je carnivoor gaan samenstellen kan best even een drempel zijn.
Ook hygiëne wordt weleens genoemd als nadeel van rauw vlees voeren, maar gezonde honden en katten zijn hier juist helemaal op gemaakt. Niet voor niets is hun maag nog zuurder dan die van ons!

Voor mensen met een ernstig verzwakt immuunsysteem is dit inderdaad niet de handigste keus. Voor gezonde mensen is het vooral zaak een paar voorzorgsmaatregelen te treffen. Gebruik voor het rauwe voer aparte keukenmaterialen (mes, snijplank) en geef karkassen niet naast het speelkleed van de kinderen, maar lekker in de tuin. Was na het voeren van je dieren goed je handen.

Vegetariërs en veganisten kunnen moeite hebben met het voeren van delen van dieren waar daadwerkelijk nog een dier in te herkennen is. Besef echter dat dit de natuur is van je huisdier. Misschien helpt het ook om buiten te voeren. Als je echt moeite hebt met bijvoorbeeld karkassen, kun je ook (gedeeltelijk) diepgevroren rauwvleesvoeding geven. Dit is een stuk minder bewerkelijk.

Darmflora

Een groot voordeel van rauwvleesvoeding is dat er bacteriën in zitten! Commerciële voeding is dood gekookt en gepasteuriseerd. Voor een gezonde darmflora hebben honden en katten levende voeding nodig zoals rauw vlees. Het is een manier van de natuur om je hond of kat probiotica in te laten nemen. Deze darmflora is heel belangrijk voor een gezonde weerstand en spijsvertering.



3. Onze gedachten over hondenvoer

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

Over het combineren van hondenbrokken en vers vlees

Als het gaat over hondenvoeding kunnen de gemoederen soms hoog oplaaien. Grofweg zijn er twee kampen: eentje dat rauw (vers) vlees voert en eentje dat brokken (of blik) voert. Soms lijkt er weinig tussenin te zijn. In de praktijk blijkt echter dat veel mensen behoefte hebben aan een combinatie van brokken en vers vlees. En dan volgt dikwijls de discussie: kunnen brokken en vers vlees eigenlijk wel gecombineerd worden?

Waarom zou je dit willen combineren?

Er zijn verschillende redenen waarom je brokken en vers zou willen combineren. Wij zijn over het algemeen voorstander van rauw vers voer voor honden omdat dit in onze ogen beter past bij de natuur van de hond en verse nutriënten nodig zijn voor een gezonde hond. Een goede kwaliteit is dan wel belangrijk. Zeker als je meerdere grote honden hebt, kunnen de kosten dan behoorlijk oplopen. Gedeeltelijk een goede kwaliteit brok voeren kan dat probleem oplossen.

Andere redenen kunnen bijvoorbeeld zijn het gemak van brok voeren of om een optie achter de hand te hebben voor op reis. Voor sommige eigenaren is het zo simpel als ‘mijn hond doet het er goed op, waarom zou ik het dan aanpassen?’

Wat is erop tegen?

Als die honden het er nou goed op doen, waarom zou iemand er dan op tegen zijn? De reden is dat honden met een gevoelig spijsverteringsstelsel wel degelijk last kunnen krijgen van een mix van brokken en rauw vlees. Als belangrijkste oorzaak hiervan wordt genoemd de zuurgraad van de maag en dat deze verandert bij andere soort voeding. Vroeger werd om dit te ondervangen geadviseerd om tenminste acht uur tussen de verschillende soorten voer te laten. Inmiddels is duidelijk dat dit advies echt achterhaald is.

De zuurgraad van de maag

De zuurgraad van de maag van een hond is zeer laag: zo ongeveer rond de 2 pH. Dit is dus zeer zuur, nog zuurder dan die van de mens. Dat komt omdat de hond – een carnivoor en aaseter – botten moet kunnen verteren. Maagzuur heeft ook de functie om schadelijke bacteriën (bijvoorbeeld in een oud kadaver) te doden.

Een groot verschil tussen rauw vers vlees en brokken is de hoeveelheid koolhydraten en nog specifieker de hoeveelheid zetmeel. Het zijn deze zetmelen die de pH in de maag doen stijgen en dat is niet wenselijk omdat die lage zuurgraad nodig is voor het veilig verteren van rauw dierlijk materiaal. Ook het activeren van enzymen voor de verdere vertering van voedsel is afhankelijk van een lage zuurgraad. Ook kunnen bij een hogere zuurgraad ziekmakende bacteriën de maag makkelijker overleven en zo diarree veroorzaken. Onderzoeken die gedaan zijn naar het effect van voeding op de zuurgraad van de maag leveren echter tegenstrijdige resultaten op. Er is dus geen bewijs, wat het lastig maakt dit onomwonden aan te tonen.

Combineren of juist niet?

Voor honden die snel dunne ontlasting hebben of regelmatig misselijk zijn is het combineren van brokken en vers vlees niet het beste idee. Is het voor jou om wat voor reden dan ook wenselijk om beide soorten voer te geven en krijgt je hond er geen klachten door? Dan kun je dit gerust blijven doen. Er is geen onomstotelijk bewijs dat dit de spijsvertering van je hond negatief beïnvloedt.

Een andere situatie waarin wij het combineren met brokken niet zouden adviseren is bij een daadwerkelijk BARF(zelf samengesteld)-menu dat vleesbotten bevat. Deze botten hebben echt een extreem zure maag nodig om goed verteerd te kunnen worden.

De hond beslist

Uiteindelijk komt de discussie dus telkens op hetzelfde neer: doet de hond het er goed op? Zit hij of zij lekker in z'n vel en is hij gezond? Of is er regelmatig sprake van dunne ontlasting, misselijkheid of vachtproblemen? De 10 tekenen in het volgende hoofdstuk kun je aangrijpen om eens kritisch naar de voeding van je hond te kijken.

Ondanks dat ook wij regelmatig eigenaren adviseren hun honden rauw vers vlees te gaan voeren, kregen we hier laatst ook een les in. Een van de honden van een Groene Osser heeft al van jongs af aan last van spijsverteringsklachten, ondanks het beste verse rauwe voer en eliminatiediëten. Allerlei therapieën zijn uitgeprobeerd. Nu zijn dan eindelijk de symptomen onder controle met een simpele, maar hoogwaardige hypoallergene brok.



4. 10 tekenen dat je dier het verkeerde voer krijgt

Het aanbod in diervoer is waanzinnig groot. De ene verpakking is nog mooier dan de andere en er wordt van alles beloofd. Maar wat voor het ene dier goed is, hoeft voor het andere dier helemaal niet goed te zijn. De volgende 10 tekenen kun je aangrijpen om eens kritisch te overwegen of je van voer moet veranderen. Tip: bekijk de kwaliteit van je huidige voer eens op www.voerwijzer.com, een zeer interessante website!

1. Darmproblemen

Dunne ontlasting of juist terugkerende obstipatie kunnen een duidelijk teken zijn dat het huidige voer niet het juiste is voor je dier.

2. Winderigheid

Sommige dieren lijken nu eenmaal gevoeliger voor flatulentie dan anderen, maar het hoort nooit zo te zijn dat je de kamer uitvlucht door de stank. Winderigheid die exorbitant is qua geur of frequentie, wijst erop dat er iets niet helemaal goed gaat.

3. Jeuk

Jeuk kan door van alles veroorzaakt worden. Er kunnen vlooien (hond, kat) of mijten zijn of je dier kan ergens een allergie voor hebben. Dit kan voor iets uit de omgeving zijn, zoals pollen of metaal, maar je dier kan ook op iets in de voeding reageren.

4. Gewicht

Aankomen of afvallen zonder duidelijke oorzaak, kan te maken hebben met de samenstelling van het voer. Er kunnen bijvoorbeeld te veel koolhydraten in het voer zitten en te weinig andere nutriënten.

5. Oorproblemen (honden)

Als je hond steeds terugkerende oorproblemen heeft, of een oorontsteking die maar niet weg wil gaan, kan dat duiden op een voedselallergie.

6. Ziekte

Als honden en katten steeds na het eten moeten overgeven of over het algemeen niet lekker zijn, is het huidige voer misschien niet het juiste.
Paarden kunnen last krijgen van hun maag en bijvoorbeeld maagzweren ontwikkelen als het voerbeleid niet juist is.

7. Energielevel

Als je dier sloom is geworden nadat je van voer bent geswitcht of als het energielevel niet bij zijn leeftijd, ras en temperament past, kan het zijn dat dit voer niet de juiste nutriënten voor je dier bevat.

8. Gedragsproblemen

Voeding is de basis van alles! Als je dier opeens gedragsproblemen ontwikkelt nadat je van voer bent veranderd, sluit dit dan uit als oorzaak.
Een voorbeeld: een dier dat erg nerveus is, is niet gebaat bij voer met veel koolhydraten omdat die alleen maar meer supersnelle energie geven. Dan wil je meer gezonde vetzuren voeren en veel aminozuren die de juiste ontspannende en happy makende hormonen aanmaken.

9. Verminderde eetlust

Als je dier plotseling minder interesse toont in zijn eten, is het belangrijk om dit serieus te nemen en mogelijke oorzaken uit te sluiten. Het kan wijzen op ziekte. Voor honden kan het normaal zijn om af en toe een dag te vasten. Het kan echter ook aan het voer liggen.

10. Gefixeerd zijn op eten

Als je dier continu bezig is met eten bemachtigen (en hij dat normaal niet doet) kan het zijn dat het voer hem niet voldoende verzadigt of niet de juiste voedingsstoffen bevat.



5. Onze gedachten over kattenvoer

Volwassen katten zijn echt gewoontedieren en je krijgt niet zomaar iets bij ze gedaan waar ze geen zin in hebben. Iedereen die z'n kat eens ander eten wilde voorzetten heeft dat wel gemerkt. Dus zodra je de keuze hebt als je een nieuwe kat in huis haalt, maak dan een gezonde overweging en kies voor vers vlees of een goede soort natvoer (hoofdzakelijk vlees en geen of minimaal graan/plantaardige voedingsstoffen). Iedere soort natvoer is beter dan de duurste soort brokjes. Brokjes zijn vanwege hun gebrek aan vocht gewoon te droog.

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 heel 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.

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 nat voer 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.



6. Versvleesvoeding bij honden en katten

Brokjes zijn eigenlijk een soort eentonig astronautenvoer en daarom spreekt de variatie die versvleesvoeding biedt juist veel diereneigenaren aan. Alleen is niet alle rauwvleesvoeding voor honden even compleet als het lijkt. Maak je je bezorgd of je dier wel alle nodige vitaminen, mineralen en vetzuren binnenkrijgt? Aan sommige soorten vlees wordt een premix van vitaminen en mineralen toegevoegd. Ook het afwisselen van verschillende diersoorten en merken wordt aanbevolen. Toch blijft het een broos evenwicht en supplementen kunnen je dier helpen geen tekorten te krijgen.

Synthetische vitaminen

En hoe zit het dan met brokjes en premixen in kant-en-klaarversvlees? Bevatten die wel alles wat je dier nodig heeft? Sowieso is het goed om te onthouden dat veel hondenvoeding synthetische vitaminen bevat. Dat betekent dat de stofjes in het laboratorium zijn nagemaakt in plaats van ze uit voedsel te halen. Voor sommige stoffen maakt dat niet uit, maar de meeste vitaminen worden slechter door het lichaam opgenomen als ze zijn nagemaakt. Als je een goedkoper merk voert, geef er dan extra, goed benutbare voedingsstoffen zoals een goede multivitamine bij om tekorten te voorkomen.

3 supplementen bij versvleesvoeding

Dit zijn supplementen die eigenlijk tot de basisaanvulling zouden moeten behoren:

- **Multivitaminen & Mineralen Complex**
  Een multivitaminesupplement zou eigenlijk in elk basispakket moeten zitten omdat het tekorten voorkomt en helpt om een goede gezondheid te handhaven.

  Kant-en-klaarvoeding bevat vaak net genoeg vitaminen en mineralen om geen absoluut tekort te laten ontstaan, maar dit is iets anders dan uitgaan van een optimale dosering. Daarnaast kan bij stress, fysieke inspanning of ziekte de behoefte aan veel nutriënten stijgen.

Ons Multivitaminen & Mineralen Complex is breed samengesteld met vitamine A, C en D en een vitamine B-complex. Daarnaast bevat het zowel de belangrijkste mineralen en spoorelementen als de aminozuren L-lysine en L-thyrosine. Je kunt het gebruiken om dieren fit te houden en een goede weerstand te laten behouden.

- **Trias Omega**
  Ook de goede vetzuren omega 3, 6 en 9 zijn vaak ondervertegenwoordigd in diervoeding omdat het dure grondstoffen zijn en snel bederven (ranzig worden).

  In vers vlees zijn veel soorten vetzuren wat beter vertegenwoordigd. Dit is wel afhankelijk welke diersoorten je voert en ook hoe gezond die dieren waren.

  Van omega 3 en gamma-linoleenzuur kunnen snel tekorten ontstaan. Een droge, schilferige huid en vacht is dan vaak het eerste wat opvalt. Je kunt dit voorkomen door dagelijks een scheutje Trias Omega over het voer te doen.

- **Glucosamine Complex**
  Veel honden kunnen naarmate ze ouder worden stijf worden in hun bewegingen. Glucosamine Complex bevat glucosamine, chondroitine, MSM, vitamine C, calcium en magnesium in een perfecte verhouding. Zeker als een oudere hond niet voldoende botten kan of mag eten, is dit het aangewezen middel om standaard naast gezonde voeding te geven.



7. Survive of thrive: kunnen honden en katten veganistisch eten?

Steeds meer mensen willen goede diervoeding voor hun huisdier. Ze kijken verder dan hun neus lang is en supermarktvoer is allang niet meer de standaard. De keuze is reuze en er zijn 2 wonderlijke trends gaande. Aan de ene kant zijn er mensen die hun dier vrijwel uitsluitend (rauw) vlees voeren en aan de andere kant steeds meer mensen die hun viervoeter vegan of tenminste vegetarisch willen voeren.

We hebben al veel honden en katten zien opknappen van een dieet dat hoofdzakelijk uit (rauw) vlees bestaat. Maar kan vegan ook een gezonde keuze zijn?

Waarom zou je vegan willen voeren?

Vegan (veganistisch) eten voor mensen is natuurlijk veel meer dan alleen een trend. Als we willen dat het beter gaat met de aarde, moeten we met z'n allen minder vlees en meer planten eten.

Daarnaast daalt het besef steeds meer in dat diervriendelijk vlees simpelweg niet bestaat. Dieren zoals koeien, varkens en kippen hebben ook hersenen, een zenuwstelsel, complexe sociale relaties en een gevoelswereld. Zij hebben net zoveel recht op een volwaardig bestaan vrij van angst en stress als onze eigen huisdieren. Voor veel mensen staat de huidige manier van dieren houden, het afnemen van hun nakomelingen, het vervoer en slachtproces hier lijnrecht tegenover.

CO_2-uitstoot van een gezinsauto

Net zoals mensen hebben ook huisdieren impact op het milieu. Volgens sommige onderzoeken is deze impact groot en heeft dat mede te maken met wat er gevoerd wordt. Er is land nodig om mens en dier te voeden en voor plantaardig voedsel is veel minder ruimte en water nodig dan voor dierlijk voedsel.

De CO_2-uitstoot wordt geschat op zo'n 10% (kat) tot 20% (hond) van die van de eigenaar. Honden- en kattenvoer is goed voor 1 tot 2 % van de totale CO_2-uitstoot van het betreffende land. Hier gaan we de wereld niet mee redden, maar het land dat gebruikt wordt voor de productie van huisdiervoeder is wel relatief groot: zo'n 10% van de landbouwgrond.

Sommige onderzoekers adviseren minder gezelschapsdieren te houden, kleine honden te houden en vegetarisch te voeren. Globaal gezien zal dit echter niet een significante impact hebben. De huidige impact van huisdieren op het milieu aanpakken is vergelijkbaar met de impact van een wekelijkse eet -geen-dierendag.

De tijd dat er alleen rest- en bijproducten in honden- en kattenvoeding werd gebruikt is (gelukkig) allang voorbij. Sommige vleesdelen die wij mensen liever niet consumeren kunnen door dieren prima gegeten worden, maar de kwaliteit ervan is regelmatig belabberd. De kwaliteitscontroles moeten door het hele proces heen veel beter.

Tegenwoordig worden er wel degelijk extra dieren geslacht voor de verwerking in diervoeding en worden er ook delen gebruikt die ook door mensen gegeten hadden kunnen worden. Denk bijvoorbeeld ook aan de meer exotische diersoorten zoals kangoeroe. Voor dieren met allergieën is het goed dat dit er is, maar als je dier het niet nodig heeft, gaat het wel erg ver om dit zomaar te voeren.

Het voelt niet eerlijk om de rekening van het veranderende klimaat bij onze huisdieren neer te leggen. De dieren die er nu eenmaal zijn hebben recht op gezonde voeding die past bij hun soort, maar moet dat echt altijd 100% vlees zijn?

Hoe een kat een koe vangt

Jarenlang verkochten verpakkingen hondenvoer het beste met een wolf erop. Dat is natuurlijk, toch? In de meeste gevallen is er helemaal niet zoveel natuurlijks aan het voer dat we geven. Het is allemaal bewerkt in een grote fabriek. En al zou dat niet zo zijn, hoe natuurlijk is het voor bijvoorbeeld een kat om een rund te vangen en als prooi op te eten? Is 'natuurlijk' niet een wat loze kreet geworden? Natuur zit in ons allemaal, maar een huishond heeft geen natuurlijk leven meer en de meeste honden zijn hier hartstikke blij mee.
Aan de andere kant kan het volgens mij ook niet de bedoeling zijn om met allerlei kunst- en vliegwerk een voer gebaseerd op alleen planten compleet proberen te maken voor vleeseters.

Vergiftig je je kat met planten?

Katten zijn geen kleine honden. Honden en katten zijn beiden carnivoren, maar katten zijn obligaat carnivoor. Dat betekent dat ze uitsluitend zijn ingesteld op het verteren van vlees. Er zijn belangrijke verschillen tussen voeding gebaseerd op vlees en voeding gebaseerd op planten. Vlees bestaat eigenlijk heel eenvoudig uit proteïne en vet. Planten bestaan uit tientallen chemische bestanddelen die de plant beschermen.

Katten, als echte carnivoren, missen de natuurlijke ‘verdedigingen’ die omnivoren (alleseters) en herbivoren (planteneters) in de darmen en lever wel hebben.

De vertering van plantaardige proteïnen en vetten is moeizamer voor carnivoren en vooral de koolhydraten kunnen problematisch worden. Dit zie je bijvoorbeeld terug in glucuronidering bij katachtigen en fretten. Dit is een bepaald proces in het metabolisme.

In dit blog www.degroeneos.nl/etherische-olien-en-katten kun je meer lezen over het verwerken van plantaardige stoffen uit etherische oliën door katten. Maar ook honden kunnen niet met alle stoffen even goed omgaan, wat kan leiden tot intolerantie voor bepaalde plantstoffen of medicijnen die hiervandaan komen. Katten kunnen eigenlijk geen planten eten. Dit gaat zo ver dat een vooraanstaande professor aan de dierenfaculteit in Utrecht stelt dat je je kat langzaam vergift als je haar planten (dus ook granen) voert.

Bepaalde stoffen moeten honden en katten uit vlees en andere dierlijke producten halen. Stoffen waar tekorten aan kunnen ontstaan bij een vegetarisch of veganistisch menu zijn:

- taurine
- arachidonzuur
- vitamine A (retinol)
- vitamine B12
- arginine
- lysine
- methionine
- tryptophaan
- ijzer
- calcium
- zink
- vitamine D

Stoffen zoals bijvoorbeeld taurine kunnen synthetisch nagemaakt worden. Hoe goed de stof daarna wordt opgenomen en verwerkt in het lichaam is echter een tweede.
Dit laat nog buiten beschouwing dat plantaardige voeding de urine van vooral katten (maar ook van honden) veel te basisch maakt waardoor blaas- en nierproblemen kunnen optreden.

Er zijn verschillende merken die een complete diervoeding in een vegetarische of veganistische variant verkopen. Sommige mensen stellen het voer voor hun dier zelf samen. Maar niet alleen met vegetarische voeding, maar ook met vlees kan het zelf samenstellen foutgevoelig zijn. Laat het dieet (kant-en-klaar of samengesteld) daarom altijd uitgebreid checken door een voedingsdeskundige of dierenarts met verstand van voeding.

Verschil tekorten vs. optimale voeding

In theorie kan een hond vegetarisch of veganistisch eten en een kat vegetarisch. Met aanvulling van bepaalde voedingsstoffen kunnen ze hierop overleven. Maar er is een verschil tussen survive (overleven) en thrive (het goed hebben).

Een voorbeeld: iemand benadert ons met vragen over de gezondheid van haar kat. Het is een jong dier, nog maar 3 jaar oud. Toch heeft ze een 'oude kattenkwaal': hyperthyreoïdie (een te snel werkende schildklier). Na doorvragen blijkt de kat op een veganistisch dieet te staan. Soja kan een verstorende werking hebben op de schildklierfunctie en is vaak – en ook in dit geval – een hoofdbestanddeel van de voeding. Het baasje van de kat was er echter van overtuigd dat de klachten niets met de voeding te maken hadden en wilde vooral medicijnen en supplementen inzetten om haar kat beter te maken. Maar voeding is altijd de basis en daarom moet bij klachten gelijk naar het eten gekeken worden.

Andersom zijn ons ook honden bekend die zo allergisch waren voor vlees, dat vegetarisch of zelfs vegan een prachtige oplossing bleek.

Neem dan een konijn

We geven toe, ook wij hebben weleens gedacht, neem dan een konijn, of een ander plantetend huisdier. Toch vind ik dat ook te makkelijk gedacht. Er zijn nou eenmaal zat honden en katten die bij mensen wonen die oprecht de aarde en alle dieren erop een warm hart toedragen. Je kunt die honden en katten niet veranderen in konijnen. Als je als doorgewinterde veganist echt een probleem hebt met vlees en andere dierlijke producten en van plan bent om een nieuw dier te adopteren, dan zou ik je op het hart willen drukken om te kijken naar een herbivoor. Echt niet iedere hond of kat kan vegetarisch of veganistisch leven. Konijnen zijn geweldige, volwaardige huisdieren, maar denk ook eens aan cavia's of andere knaagdieren.

Wat vind je belangrijk?

Een tijdje terug sprak ik met Lotte Botter en het kwam op dit onderwerp. Ook zij heeft honden meegemaakt die floreerden op veel vlees en honden die juist zonder vlees beter in hun vel kwamen. Ik vond haar conclusie heel mooi: kijk naar het individuele dier en kijk naar wat jij belangrijk vindt. Een dier- en planeetvriendelijke keuze maken is absoluut belangrijk. Ook realistisch gezien is het waarschijnlijk niet haalbaar om alle honden en katten van de wereld 100% vlees te eten te geven. En dit is zeker voor honden ook niet nodig. Maar wees ook realistisch. Als veganisme zo belangrijk voor je is dat je ook je huisdier vegan wilt hebben, wees je ervan bewust dat niet ieder dier dit kan. Voor katten raden wij het af en ook voor honden zijn we voorzichtig. Het blijven carnivoren. Onze tips:

- Laat voer en dieet doorlichten door een voedingsdeskundige.
- Zorg voor jaarlijkse check ups bij de dierenarts waarbij ook bloedonderzoek wordt gedaan naar tekorten.
- Wees extra voorzichtig bij gezondheidsklachten.



8. Verlies je dier niet uit het oog

Er is er uiteindelijk maar één die bepaalt of het soort en het merk voer dat je aan je hond geeft het juiste is, en dat is je hond zelf. Kijk naar je dier.

Geef voer waar je je goed bij voelt en waar je hond of kat gezond bij is en blijft. Gebruik hierbij je gezonde verstand en kijk wat erin zit. Honden en katten (uitzonderingen met zeldzame allergieën daargelaten) hebben als hoofdingrediënt vlees nodig. Onnodige vulstoffen zoals kleur- geur en smaakstoffen horen, net zoals GMO's (genetisch gemodificeerde organismen), niet thuis in gezonde voeding.

Aan het uiterlijk en het gedrag kun je zien of je hond of kat 'het goed doet' op het voer dat hij eet. Is je hond op gewicht, glanst de vacht en is de huid eronder vrij van schilfertjes? Heeft je hond voldoende energie of juist te veel, ondanks voldoende uitdaging? Ook de ontlasting van je hond spreekt boekdelen over hoe de spijs verteerd wordt. Heel belangrijk is dat je hond het voer lekker vindt, het eetmoment moet een feestje zijn. Als een van deze aspecten te wensen overlaat, is het goed om het voer van je hond eens kritisch onder de loep te nemen.