

Overgewicht bij de hond

In Nederland hebben veel honden en katten (ernstig) overgewicht. Nog niet zo lang geleden heeft Pfizer, één van 's werelds grootste farmaceutische bedrijven, een nieuw medicijn op de markt gebracht: een pil die dierlijke obesitas zou moeten bestrijden. Maar om eerlijk te zijn is een te dikke hond of kat vrijwel nooit het slachtoffer van een genetische afwijking, maar het slachtoffer van een heel gewoon huishoudelijk voorwerp ... namelijk de blikopener.



Achter elke dikke hond of kat staat een mens die geen 'nee' kan zeggen tegen twee smekende bruine ogen en die ervan uitgaat dat wanneer een mens iets te eten of te drinken neemt, de hond of kat ook iets moet krijgen. Daarnaast wordt het als normaal gezien dat de hond ook de restjes van de maaltijden mag hebben of de pannen mag uitlikken. En vlak voor het naar bed gaan is het ook de gewoonte om de hond nog even een koekje te geven.

Calorieën

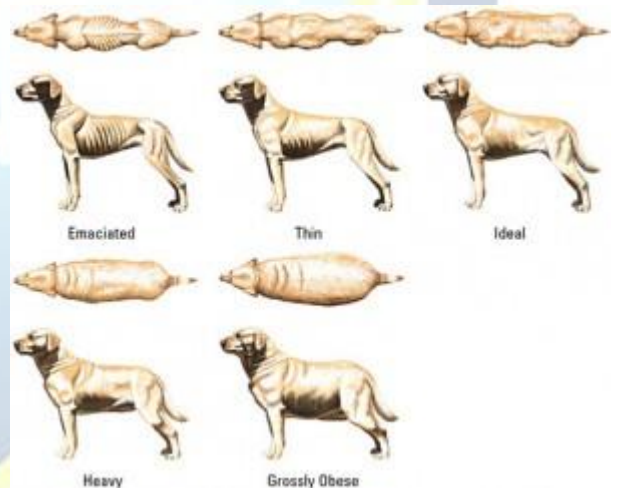
Alles bij elkaar opgeteld, krijgt een hond dagelijks aardig wat calorieën binnen die ervoor zorgen dat de hond al snel in gewicht aankomt. Het gevolg is dat de hond het risico loopt op het ontwikkelen van allerlei welvaartziekten die de Westerse mens al langer teisteren, zoals reumatische aandoeningen, hart- en vaatziekten, vervette lever, diabetes en bepaalde soorten kanker. Met als ultiem resultaat een drastisch afgenomen levensverwachting.

Veel mensen, zelfs dierenartsen, weten niet wat een juist gewicht bij honden is. Vuistregel is dat het dier te dik is als je de ribben van een hond niet gemakkelijk (zonder te drukken) kunt voelen. Eigenlijk zou je bij kortharige honden minstens drie of vier ribben moeten voelen bij het aaien van de hond. Een hond kan beter te dun dan te dik zijn. De hond is niet verantwoordelijk voor zijn overgewicht, dat is de eigenaar.

Gevaren van overgewicht

Volgens laatste onderzoeken in Amerika lijden meer dan 45% van de honden en 58% van de katten aan obesitas. Zelfs één of twee pond te veel kan al tot ernstige gezondheidsklachten leiden, zoals:

- hart- en vaatziekten
- minder uithoudingsvermogen
- ademhalingsproblemen
- het niet meer verdragen van warmte
- hoge bloeddruk
- diabetes
- leverinsufficiëntie
- alveesklierontsteking
- gewrichtsproblemen
- osteoartrose (afbraak van het kraakbeen)
- grotere risico's bij operaties/anesthesie
- verlaagd immuunsysteem
- verhoogde kans op tumoren



Afvallen

Het laten afvallen van een hond is eigenlijk heel simpel: gewoon minder voeren en meer bewegen. Stop met het geven van dikmakers als blikvoer, extraatjes en tafelrestjes. Geef

de hond twee maal per dag een afgepaste hoeveelheid eten, eventueel aangevuld met verse sperzieboontjes als maagvulling (let op: sperziebonen uit blik zijn veel te zout!). Die afgepaste hoeveelheid is altijd minder dan wat als richtlijnen op de voerverpakkingen staat. Meestal staat daar de maximumhoeveelheid op, die eigenlijk alleen maar geldt voor honden die de hele dag in touw zijn. Maar de meeste huishonden krijgen nu eenmaal niet die hoeveelheid dagelijkse beweging.

Belangrijk is ook de hoeveelheid voer te geven voor het gewicht dat de hond zou móeten hebben. Niet het (over)gewicht dat de hond heeft. Heel belangrijk: verwar je eigen maaltijdmomenten niet met die van de hond. Om de hond iets te kauwen te geven, kun je overdag een kauwbotje geven.

Beweging

Naast het verminderen van de hoeveelheid voer is het ook heel belangrijk om de hond meer te laten bewegen. Ga meer wandelen, joggen, fietsen, skaten of ga samen een leuke hondensport doen, zoals behendigheid, canicross, breiten sport of flyball. Gezond voor hond én baas.

Mensen zijn vaak geneigd om aandacht geven gelijk te stellen aan het geven van eten. Maar vergeet niet dat een hond net zo blij is met een extra rondje wandelen, een borstelsessie of een speeluurtje. Als je sport met de hond mag je als beloning best een voertje geven, maar trek de hoeveelheid beloningen dan af van de maaltijden. Als je traint met de hond, voer de hond dan nooit vooraf. Een hongerige hond leert beter en sneller dan een hond met een volle maag. Zelfs de stomste (of meest eigenwijze) hond wordt na een 24-urige vastenperiode het hondse equivalent van Einstein. Sowieso is het zo nu en dan overslaan van een maaltijd geen dierenmishandeling. Vooral bij kleine hondenrassen is het zo makkelijker om ze op het juiste gewicht te houden en ze op een gezonde manier oud te laten worden.

Bronnen

- Prevalence of obesity in dogs examined by Australian veterinary practices and the risk factors involved. P.D. McGreevy, P.C. Thomson, C. Pride, A. Fawcett, T. Grassi, B. Jones, Veterinary Record: Journal of the British Veterinary Association. 5-28-2005
- Prevalence and risk factors for obesity in adult dogs from private US veterinary practices, E.M. Lund, et al., International Journal of Applied Research in Veterinary Medicine 4-2-2006
- High incidence of metabolically active brown adipose tissue in healthy adult humans effects of cold exposure and adiposity, M. Saito, et al, Diabetes (2009)

Noot: dit bericht is eerder gepubliceerd in zomernummer 2015 van het magazine van de Schotse Herder Vrienden. Download hier het artikel.