



Kod dijete je cilj postupno mijenjati prehrambeni režim. Važno je obavijestiti sve članove obitelji i prijatelje da ne hrane vašu životinju "tajnim poslasticama"



iStock



ŠTO KAD PAS ili mačka MORAJU NA DIJETU

KUĆNI LJUBIMCI



Piše Lea Kreszinger
dr. vet. medicine
Veterinarska klinika Kreszinger
www.klinika-kreszinger.com

Od 25 do čak 40 posto pasa i mačaka prekomjerno je teško ili debelo. Najčešći su razlozi za to nedovoljno kretanja, hormonalne promjene (kastracija), dob i neprilagođena prehrana

Mnogi od nas iz različitih su razloga zanemarili svakodnevno kretanje ili bavljenje sportom. Posljedice vidimo na sebi, na djeci, ali i na našim ljubimcima. Najčešći su razlozi zbog kojih unos energije premašuje potrebe pasa i mačaka nedovoljno kretanja, hormonalne promjene (kastracija), dob i neprilagođena prehrana. Psi i mačke često jedu mnogo više nego što im je potrebno. Srećom, taj uzrok pretilosti je i najjednostavnije tretirati. Ako smatrate da vaš ljubimac malo jede, a veterinar vam kaže da ipak treba izgubiti na težini, to znači da ima spor metabolizam i jednostavno treba manje jesti.

ZDRAVSTVENI PROBLEMI

Hranidbene navike igraju važnu ulogu u razvoju pretilosti. Često je to ishrana bogata mastima ili šećerom, a još je češće uzrokovano dobronamjernim davanjem hrane "sa stola". Treniranje poslušnosti ili izvođenje trikova u

kojima vlasnik za motivaciju ili nagradu koristi poslastice može također uvelike povećati unos kalorija pa ga treba korigirati kroz regularne dnevne obroke. U kućanstvu s više životinja neka od njih može povremeno uzimati obroke "cimera" bez znanja vlasnika. Uobičajeno je i da su uvijek oni "drugi" članovi obitelji "krivci" koji hrane ljubimca. Postoje i medicinska stanja koja mogu uzrokovati pretilost kao što su hipotireoza, hiperadrenokorticism (Cushingova bolest) i drugi hormonalni poremećaji. No, to su ipak manje uobičajeni razlozi pretilosti. Od 25 do čak 40 posto pasa i mačaka prekomjerno je teško ili pretilo. Za potvrdu veterinar treba obaviti sistematski pregled, koji će pružiti informacije o zdravstvenom stanju. Debljina može pogoršati već postojeći artritis, probleme s kralježnicom, dijabetes, probleme s mokraćnim mjehurom kod mačaka (idiopatski cistitis), dermatološke tegobe, bolesti srca i dr. Pretile skotne kuje i mačke imaju veće šanse za komplikacije pri porodu. Kvaliteta života često je znatno smanjena, a prosječni životni vijek godinu-dvije kraći.

"UBIJANJE" LJUBAVLJU

Pravi znak brige za kućne ljubimce jest hraniti ih na odgovarajući način i ne "ubijati ih ljubavlju". Često životinje dodatno hrane drugi članovi obitelji, prijatelji i susjedi. U planiranju dijete budite iskreni prema veterinaru i ne optužujte ostale ukućane. Veterinar će izračunati idealnu tjelesnu težinu i pomoći vam da sastavite program mršavljenja. Cilj je postupno mijenjati prehrambeni režim. Važno je obavijestiti sve članove obitelji, susjede i prijatelje da ne hrane vašu životinju "tajnim poslasticama". Ako baš moraju, neka to kod pasa budu komadići mrkve ili suhi rižini keksi. Kod mačaka to su vrlo maleni (poput konfeta) komadići sušene kuhane ribe ili mesa. Možete kupiti i gotove niskokalorične poslastice.

Smanjenje količine hrane obično nije dovoljno za mršavljenje. Naprotiv, može uzrokovati promjene u ponašanju poput kopanja po smeću, stalnog "žicanja" itd. U ekstremnim situacijama može uzrokovati i prehrambene manjke. Danas možete kupiti gotove dijete formulirane za siguran gubitak težine, koje sadrže manje energije, a pružaju osjećaj sitosti.

POJAČANA AKTIVNOST

Umjerenom vježbanje također je važan dio programa. Ne vježbajte u vrućem i vlažnom okruženju ili preko mjere koju ljubimac može tolerirati. Preteški ljubimci imaju nižu toleranciju na takve uvjete. No, razinu aktivnosti svakako bi trebalo povećati. To može biti izazov kod pasa koji imaju i neke zdravstvene teškoće kao što su bolest srca ili artritis, a gotovo je nemoguće provesti s mačkama. Starijim kućnim ljubimcima može se propisati kontrolirana terapija lijekovima protiv bolova kako bi barem privremeno mogli biti fizički aktivni. Kraće šetnje nekoliko puta

Smanjenje količine hrane obično nije dovoljno za mršavljenje. Naprotiv, može uzrokovati promjene u ponašanju poput kopanja po smeću, stalnog "žicanja" itd.

dnevno na povodcu, s laganim povećavanjem udaljenosti tijekom nekoliko tjedana, mogu biti korisne. I psi i mačke vole igre pronalaženja, igru sa štapovima ili igračkama. Mačkama možete postaviti nekoliko posudica s malim količinama hrane na udaljena mjesta po kući, čime ih tjerate na kretanje. Ako ljubimac počne šepati ili ne može ustati nakon šetnje, odmah se obratite veterinaru. Obavezno razgovarajte s veterinarom ako počinjete restriktivnu dijetu, a ljubimac uzima određene lijekove.

IDEALNA GRAĐA

Naučite procijeniti idealnu građu vašeg ljubimca: linija struka može se vidjeti i rebra se mogu opipati, pri čemu bokovi i kralježnica nisu izbočeni, ali se lako mogu uočiti. Mnogi ljudi takvu građu smatraju premršavom, jer društvo je s vremenom prihvatilo pretile životinje kao normalne, no ustvari je ovo poželjan izgled ljubimca. Hrana namijenjena smanjenju tjelesne težine može sadržavati više vlakana ili više bjelancevina. Ako vašem ljubimcu ne odgovara jedna vrsta te hrane, pokušajte s drugom. Ne ostavljajte hranu da je uzimaju po volji tijekom dana, nego je ponudite dva puta dnevno pa je sklonite.

IZBOR HRANE

Je li za ljubimce bolja konzervirana ili suha hrana? Studije pokazuju da mačke radije jedu hranu iz konzerve (bogatija je bjelancevinama i tekućinom). Budući da one bolje reagiraju na gubitak težine uvođenjem visokoproteinske dijete, konzervirana hrana je bolji izbor. Psi reagiraju dobro na obje vrste hrane. I sve češće pitanje: BARF, da ili ne? Biologically Appropriate Raw Foods ili Bones And Raw Food (biološki prikladna sirova hrana) danas je sve popularniji način prehrane ljubimaca. Važno je reći da ova kva vrsta ishrane uvelike povećava vjerojatnost infekcije patogenima kao što su Salmonella, E. coli itd., naročito ako se vlasnici ne pridržavaju strogih uputa za rukovanje sirovim mesom i iznutricama. Preporučuje se da u kontakt s BARF-om ne dolaze djeca, starije ili imunokompromitirane osobe. BARF pripremljen kod kuće nerijetko nije nutricionistički izbalansiran. Dodavanje previše ili premalo vitamina i mineralnih dodataka mesu, kostima i iznutricama može dovesti do zdravstvenih problema. Nedavna studija pokazala je da čak 76 posto obroka BARF-a ima deficit barem jednog nutrijenta. Unatoč tome, nije dokazano da je BARF štetan. Većina pasa koji jedu BARF odlične su kondicije, sjajne dlake, zdravih zuba, imaju urednu i kompaktnu stolicu te rijetko pate od alergija na hranu ili probavnih smetnji. Stoga, odlučite li ljubimca hraniti BARF-om, uzmite u obzir navedeno i pridržavajte se uputa o sigurnosti zdravlja. Ako jedu BARF, preporučuje se mjesečno čišćenje kućnih ljubimaca od crijevnih parazita.



iStock

VAGANJE SVAKI TJEDAN

Ljubimca koji je na dijeti treba redovito vagati, npr. tjedno ili svaka dva tjedna. Razuman vremenski okvir za dolazak na željenu težinu za gotovo bilo kojeg psa ili mačku je tri do četiri mjeseca. Kućni ljubimci ne bi smjeli gubiti više od deset posto tjelesne težine na mjesec.