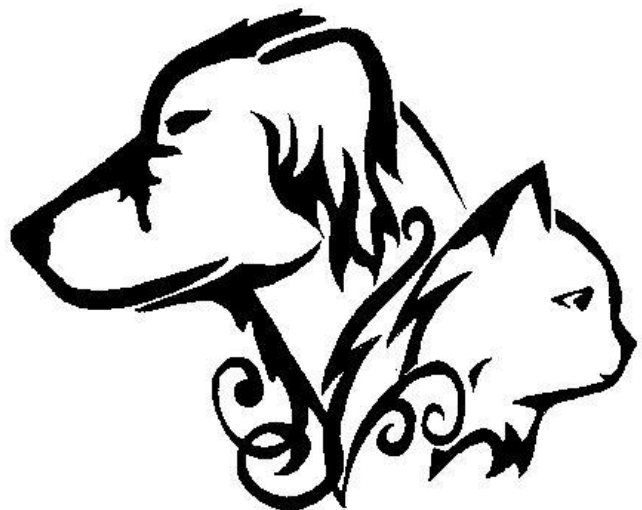




Juka klärt auf...

Thema des Monats:

**Übergewicht – Vorbeugung
und Bekämpfung**



Übergewicht – Vorbeugung und Bekämpfung

Übergewicht schadet der Gesundheit und verringert das Wohlbefinden. Dies gilt nicht nur für uns Menschen, sondern auch für unsere Hunde und Katzen. Übergewichtige Tiere sind nicht nur weniger beweglich. Auch schwerwiegende Krankheiten wie Diabetes, Herz-Kreislauf-Störungen oder Knochen- und Gelenkerkrankungen treten häufiger auf. Um Übergewicht und den damit verbundenen Begleiterkrankungen vorzubeugen, gibt es viele Möglichkeiten:

Bewegung wirkt sich positiv auf die Energieverbrennung und den Muskelaufbau aus. Lassen Sie Ihren Hund also nicht nur eben im Garten sein Geschäft verrichten, sondern unternehmen Sie lange Spaziergänge, bei denen Ihr Hund auch tatsächlich körperlich gefordert wird (natürlich dem Alter und der Rasse angepasst). Animieren Sie Ihre Katze zu regelmäßigen Spielen. Für gesunde Katzen ist auch Treppensteigen ein gutes Training. Stellen Sie also ruhig den Futternapf in einer Etage auf, die die Katze nur durch aktive Bewegung erreicht. Sowohl für Hunde als auch Katzen kann der Einsatz von Futterbällen sinnvoll sein – das Tier ist so länger mit der Nahrungsaufnahme beschäftigt und bewegt sich nebenher auch noch.

Ein ebenso wichtiger Faktor wie die Bewegung ist die **Ernährung**. Achten Sie schon im Jungtieralter darauf, wie Sie Ihr Tier füttern, denn bereits jetzt werden die Grundlagen für das spätere Leben gelegt – auch was die Neigung zu Übergewicht betrifft. Fettzellen, die in der Jugend angelegt werden, werden nie wieder verschwinden – sie können lediglich durch eine Diät „entleert“ werden, die Neigung zu Übergewicht bleibt aber bestehen. Zu große Menge oder ungeeignetes Futter bzw. Leckerchen mit einem zu hohen Fett- oder Kohlenhydratgehalt fördern das Risiko von Übergewicht. Die richtigen Eiweiße hingegen wirken sich positiv auf den Muskelaufbau und unter Umständen sogar auf die Fettverbrennung aus. Fasern können das Sättigungsgefühl verstärken und die Verdauung anregen – denken Sie an den positiven Effekt von Ballaststoffen für den Menschen! Insgesamt ist es wichtig, schon früh auf eine ausgewogene Ernährung zu achten – wobei dies nicht bedeutet, dass Ihr Tier täglich etwas anderes zu essen bekommen sollte, eher im Gegenteil! Ein ausgewogenes Futter enthält alle benötigten Nährstoffe im richtigen Verhältnis, dazu muss es aber nicht heute Rind, morgen Hühnchen und übermorgen Fisch sein. Ernährungsphysiologisch ist dies nicht notwendig, und tatsächlich orientieren Hunde und Katzen sich weniger am Geschmack, sondern am Geruch eines Futtermittels. Die Unterschiede zwischen den einzelnen Geschmacks- bzw. Geruchsrichtungen sind überdies bei den meisten Futtermitteln minimal, z. B. liegt bei einem Futter „mit Fisch“ in der Regel der Fischanteil bei gerade einmal 4 %. Sollte Ihre Katze zu denen gehören, die offensichtlich nur Fisch (oder Hühnchen oder Rind oder...) mögen, so hat dies eher mit Gewöhnung zu tun (und evtl. mit dem Futter zugesetzten Lockmitteln). Aber auch, wenn Sie als Tierbesitzer darauf achten, Ihrem Tier jeden Tag etwas anderes auf den Tisch zu bringen, so kann dies langfristig zu Problemen führen

– es ist nachgewiesen, dass durch Abwechslung der Appetit gesteigert wird und dies langfristig die Gefahr von Übergewicht erhöhen kann.

Hier noch ein kleiner Hinweis am Rande: Problematisch wird es auch, wenn die Tiere, die zu einer dieser beiden Gruppen gehören, irgendwann im Leben eine Diät einhalten müssen, z. B. weil die Nieren nicht mehr richtig arbeiten. Oft kommt es dann zu Akzeptanzproblemen – entweder weil es nicht nach Fisch schmeckt oder weil es dann nicht mehr jeden Tag etwas anderes geben kann. Da das Thema „Futterauswahl“ den Rahmen dieses Artikels sprengen würde, möchten wir Sie bitten, bei Interesse an weiteren Informationen die Futtermittelberatung in unserer Praxis in Anspruch zu nehmen.

Also zurück zum eigentlichen Thema:

Widmen wir uns dem Punkt „Kastration und Übergewicht“: Die Aussage, dass eine **Kastration** ein Tier an Gewicht zu nehmen lässt, ist nur sehr bedingt richtig. Nach der Kastration sind manche Tiere nicht mehr so aktiv wie vorher und darüber hinaus ist durch die Veränderung des Hormonhaushaltes der Energieverbrauch reduziert. Dies lässt sich jedoch durch ein rechtzeitiges Anpassen der Ernährung verhindern, indem man entweder die Futtermenge verringert (durchschnittlich um 30%) oder aber auf ein Futter speziell für kastrierte Tiere umsteigt, das bei reduziertem Energiegehalt doch alles enthält, was das Tier benötigt – und es überdies auch noch satt macht. Es ist also nicht die Kastration an sich, sondern der veränderte Bedarf des Tieres, der zur Gewichtszunahme führt, wenn dem nicht durch eine entsprechende Anpassung der Ernährung begegnet wird.

Für **Senioren**, die sich nur noch wenig bewegen, ist ebenfalls eine Ernährungsumstellung ratsam, um altersbedingtem Übergewicht und im Idealfall auch anderen Alterungserscheinungen entgegen zu wirken. Für Übergewicht im Alter sind Hunde übrigens empfänglicher als Katzen.

Unabhängig davon, ob Sie nun Übergewicht vorbeugen oder vorhandenes Übergewicht bekämpfen möchten: Der **tägliche Energiebedarf** sollte kalkuliert und möglichst exakt eingehalten werden. Die Angabe „zwei volle Hände“ oder „ein Napf voll“ bringt immense Schwankungen mit sich und kann einer langfristigen Gewichtskontrolle im Wege stehen. Wird eine Gewichtsreduktion angestrebt, so ist dies natürlich von grundlegender Bedeutung! In diesen Fällen ist es auch wichtig, das passende Diätfuttermittel auszuwählen. Gute Diätfuttermittel enthalten bei reduziertem Energiegehalt alle Nährstoffe, die Ihr Tier benötigt, um ohne Mangelerscheinungen abzunehmen. Spezielle Fasern und hochwertige Eiweiße machen satt und fördern gleichzeitig die Fettverbrennung und den Muskelaufbau. All dies ist bei der Alternative „FDH“ („Friss-die-Hälfte“) nicht gewährleistet. Die Akzeptanz dieser Diätfuttermittel ist unserer Erfahrung nach in den meisten Fällen überaus gut.

Wer seine Lebenskraft täglich zu erneuern vermag und es versteht, alle hinderlichen Einflüsse zu verdrängen, ist wahrhaftig fähig, sein Leben richtig zu leben.

(Weisheit aus China)

Tierarztpraxis Tamara Winking

Blumenstraße 5
46499 Hamminkeln-Dingden
Tel. 02852/508330

www.tierarztpraxis-dingden.de



[www.facebook.com/
tierarztpraxis.dingden](http://www.facebook.com/tierarztpraxis.dingden)



Sprechzeiten:

Terminsprechstunde:

Mo.-Fr. 09:00-12:00 Uhr (außer Donnerstag)
15:00-17:00 Uhr (außer Mittwoch)

Offene Sprechstunde:

Mo.-Fr. 17:00-18:30 Uhr (auch Mittwoch)



Lesen Sie in der nächsten Ausgabe:

Juka erklärt, was es mit dem Sachkundenachweis auf sich hat.