

Jak dieta wpływa na zachowanie psów?

Nan Arthur

Wybredne podniebienie, nadmierne szczekanie, luźny stolec, wzdęcia, wahnięcia nastroju, niespokojny sen, świąd, zaburzenia kompulsywne, reaktywność, agresja, nadmierna aktywność i pogryzienia mogą być objawami złego żywienia.

Jednakże, dopiero od niedawna behawioryści i trenerzy zastanawiają się nad tym, czy dieta wpływa na zachowanie psów. Na szczęście pojawia się coraz więcej badań i dowodów na to, że karma rzeczywiście wpływa na zachowanie psów. Podobnie dzieje się z ludźmi i dobrze wiemy o tym, że nasz nastrój może się polepszyć lub pogorszyć w zależności od tego co jemy. Aby uniknąć problemów związanych z żywieniem psów, najpierw sami musimy się czegoś nauczyć. Proponuję rozpocząć nasze poszukiwania od przyjrzenia się modelowi żywienia ludzi. To pozwoli nam zrozumieć, jak wybór odpowiedniej diety wpływa w pozytywny sposób na nasze zachowanie. Następnie będziemy mogli odnieść się do tego, jak zachowują się nasze psy i jak możemy na to wpływać.

Na stronach internetowych Ośrodka Terapii Dzieci i Młodzieży **Child Wisdom** (www.childwisdom.org/dietbehavior/) znajdziemy wiele interesujących informacji na temat wpływu diety na zachowanie dzieci. Przytoczę poniżej pewien fragment artykułu odnoszącego się do dzieci, dlatego że, moim zdaniem opisywane tam kwestie pojawiają się często w trakcie wizyt u problematycznych psów: **„Nadwrażliwość na pokarmy/Alergie – Niektórzy ludzie przejawiają objawy depresji lub zachowują się w sposób nieracjonalny po spożyciu (często bezwiednie) pewnych pokarmów, na które są nadwrażliwi lub uczuleni. Takie zjawisko, nazywane czasami „alergią mózgu”, jest już szeroko opisywane i niekiedy występuje u pacjentów, którzy nie wykazują żadnych zaburzeń psychicznych. W klasycznych przypadkach alergii pokarmowej mamy do czynienia z reakcją antygen – przeciwciała (IgE zależną) i ten typ alergii występuje stosunkowo rzadko.**

Obserwuje się ją u około 5% dzieci i 2% dorosłych. Natomiast nadwrażliwość, inaczej nazywana nietolerancją pokarmową, występuje u około 25% Amerykanów. Badanie krwi na obecność przeciwciał nie jest wiarygodne i dlatego najczęściej identyfikujemy te „niedobre” dla alergika pokarmy drogą eliminacji (o nadwrażliwości na dany pokarm mówimy jeśli objawy znikają po wyeliminowaniu z diety na okres kilku dni wszelkich źródeł danego pożywienia i pojawiają się ponownie po spożyciu tego pokarmu). Każdy pokarm może wywołać reakcję, lecz do najczęściej opisywanych należą: gluten pszeniczny, nabiał, drożdże, kukurydza, jaja, soja, winogrona, pomarańcze, czekolada oraz sztuczne dodatki do jedzenia.”

Obserwowanie zachowań ludzi może być podstawą interesujących spostrzeżeń, jednak o wiele bardziej ciekawe jest obserwowanie psów w ich naturalnym środowisku. Ostatnimi czasy behawioryści

próbują dokładniej przyjrzeć się wrodzonym zachowaniom psów, w tym czynności jedzenia. Okazuje się, że zdziżałe psy o wiele częściej zdobywają pożywienie rozgrzebując śmieci na wysypiskach i innych obfitych w pożywienie miejscach, niż polując, jak uważano przez wiele lat. Polowanie ograniczają do łapania jaszczurek, niewielkich gryzoni i ptaków.

Psy są sklasyfikowane, jako zwierzęta wszystkożerne, posilające się zarówno pokarmami pochodzenia roślinnego jak i mięsem, jednak obserwacje prowadzone w naturze upoważniają nas do stwierdzenia, że zjadanie resztek jest najtrafniejszym terminem do opisanie ich nawyków żywieniowych. W związku z tym, nie można się dziwić, że pies jest w stanie zjeść prawie wszystko, co wyląduje w jego misce! Nie powinniśmy jednak wyciągać z tego wniosku, że wszystko co wyląduje w misce i zostanie zjedzone jest dla naszego psa dobre i korzystne pod względem wartości odżywczych.

Pokaż mi miskę psa, a powiem ci, czy ta karma zapewni mu zrównoważony rozwój.

Jako opiekunowie i hodowcy psów musimy myśleć, czym je karmimy, ponieważ ma to wpływ nie tylko na kondycję fizyczną, ale również na ich zdrowie psychiczne.

W opinii wielu lekarzy weterynarii i specjalistów w zakresie psich zachowań obecnie produkujemy całe przyszłe pokolenia psów z zaburzeniami zdrowotnymi, szczególnie psychicznymi poprzez podawanie psom komercyjnej

karmy, która często jest nadmiernie przetworzona, pełna różnych substancji chemicznych i barwników. Dla nas ludzi to świetne rozwiązanie, ale takie karmy często nie są odpowiednio zbilansowane pod względem odżywczym, a na dłuższą metę mogą być nawet toksyczne.

Problem z karmami komercyjnymi rozpoczyna się często już na etapie ich produkcji. W 2003 r. czasopismo *The Whole Dog Journal* w styczniowym numerze napisało: *Większość olbrzymich firm produkujących karmę dla zwierząt, często będących firmami siostrzanymi fabryk żywności dla ludzi, powstało by odzyskać „złoto” z bezwartościowych resztek powstających przy produkcji jedzenia dla ludzi. Do produkcji artykułów spożywczych przeznaczonych dla ludzi wykorzystuje się wszystkie fragmenty przedstawiające jakąkolwiek wartość, a to, co i tak trafiłoby do kosza wykorzystywane jest do produkcji karmy dla zwierząt. W efekcie otrzymujemy ładnie wyglądającą, niedrogą, lecz niezbyt zdrową karmę, którą można kupić praktycznie wszędzie.*

I dalej: *„Zboża z „pełnego przemiału” wykorzystywane do produkcji karmy dla psów zazwyczaj są po obróbce, w trakcie której pozbawia się je skrobi oraz oleju (głównie przez działanie na nie chemią), sprzedawanego następnie jako olej roślinny. Są to prostu łuski lub inne pozostałości po zmieleniu ziarna. Jeżeli używa się pełnowartościowych ziaren, to są one z reguły skalsyfikowane, jako nienadające się do spożycia przez ludzi z powodu pleśni, zanieczyszczenia lub złego sposobu składowania”. (The Allergy*

© Copyright by Nan Arthur www.wholedogtraining.com

Wszelkie prawa zastrzeżone. Rozpowszechnianie i kopiowanie całości lub części niniejszej publikacji jest zabronione bez pisemnej zgody autora. Zabrania się jej publicznego udostępniania w Internecie oraz odsprzedaży. Wyłącznie do użytku prywatnego i niekomercyjnego.

© Copyright for Polish translation Beata & Piotr Leszczyński

Solution for Dogs, Messonier, D.V.M., str. 156).

Innym problemem jest **kukurydza**. Kukurydza używana jako źródło tanich protein w wielu popularnych karmach jest przyczyną wielu kłopotów, szczególnie w przypadku psów, które cierpią z powodu zaburzeń psychicznych lub tych, które przeżywają jakiś stres: *„Bardzo często źródłem białka w psiej karmie jest kukurydza. Jednakże kukurydza zawiera niewielkie ilości tryptofanu i stanowi pewnego rodzaju zagrożenie dla zwierząt wrażliwych na deficyt serotoniny.”* (*The Canine Aggression Workbook, O’Heare 2000, str. 215*).

Serotonina pozwala psom zachować równowagę psychiczną. Odpowiada za kontrolę nastroju, pobudzenie i wrażliwość na ból, dźwięki i dotyk. Jest ona również głównym składnikiem regulującym cykl spania i czuwania. Niedobór serotoniny prowadzi do zaburzeń snu, które często są przyczyną zachowań niepożądanych w stanie czuwania. Utrudnione są procesy uczenia się i niełatwa jest modyfikacja takich zachowań. Dlatego wielu behawiorystów obecnie poleca całkowite wyeliminowanie z diety kukurydzy. Zawsze lepiej jest rozpocząć terapię upewniając się, że dieta, na jakiej jest pies nie stwarza żadnych problemów, które mogą nam utrudniać wspólne życie pod jednym dachem.

Jak pożywienie wpływa na zachowanie?

Autor książek i behawiorysta Bill Campbell (*Behavior Problems in Dogs*, wyd. 3, 1999) uważa, że bogate w węglowodany składniki pokarmowe (szczególnie te,

które zawierają bezwartościowe lub proste węglowodany), a tych jest niemało w karmach komercyjnych, są przyczyną nadmiernej aktywności i nadwrażliwości na zwykłe bodźce w codziennym życiu. Campbell zwraca uwagę na fakt, że, pomimo, iż nie ma zbyt wielu badań nad psami w tej dziedzinie, to jednak mamy jakieś informacje przemawiające za obecnością węglowodanów w diecie, chociaż dobrze wiemy, że nie są one konieczne, aby pies mógł przeżyć. Na podstawie tych badań Campbell stwierdza, że: *„Musimy pamiętać, że większość badań nad tym zagadnieniem, jeśli nie wszystkie, zostały opłacone przez producentów karmy dla psów bogatej w węglowodany”* (*Webtrail, Kwiecień, 1999*).

To co wiemy na pewno, to fakt jak bezwartościowe węglowodany i tak zwane „śmieciowe” jedzenie wpływają na ludzi i nie trzeba zbyt wielkiej wyobraźni żeby uwierzyć, że produkty, które wpływają na nasze zachowanie i nastrój mogą podobnie wpływać na psy. Zgodnie z tym, co pisze **Prevention Magazine** (wrzesień 2005, str. 77) najnowsze badania wykazują związek pomiędzy wyższym odsetkiem samobójstw a poziomem kwasów tłuszczowych omega-6. Kwasy tłuszczowe omega-6 występują w kukurydzy, krokoszu, soi, nasionach bawełny i w oleju słonecznikowym. Stwierdzono, że ilość morderstw jest o 20% wyższa w krajach, gdzie spożywa się najwięcej kwasów tłuszczowych omega-6. Obecnie uważa się, że tak zwana „dieta zachodnia” jest uboga w kwasy tłuszczowe omega-3, które mają działanie uspokajające.

© Copyright by Nan Arthur www.wholedogtraining.com

Wszelkie prawa zastrzeżone. Rozpowszechnianie i kopiowanie całości lub części niniejszej publikacji jest zabronione bez pisemnej zgody autora. Zabrania się jej publicznego udostępniania w Internecie oraz odsprzedaży. Wyłącznie do użytku prywatnego i niekomercyjnego.

© Copyright for Polish translation Beata & Piotr Leszczyński

Lekarz weterynarii Edmund R. Dorosz również uważa, że rodzaj karmy, jaką podajemy psu może wpływać na jego nadmierne pobudzenie i inne zachowania niepożądane. W artykule zamieszczonym na stronach **NetPets** stwierdza: *„Często słyszymy dzisiaj, że wiele psów jest uczulonych na mięso. Jako przyczynę wymienia się na wołowinę, wieprzowinę, drób, jagnięcinę i inne gatunki mięsa. Trudno jest jednak w uwierzyć w to, że gatunek, który przez miliony lat był mięsożerny nagle uczulił się na mięso. Być może przyczyną jest coś, co się w tym mięsie znajduje lub jakieś inne składniki „kompletnych i zbilansowanych” diet, które tak naprawdę są dla naszych psów czymś nowym i nieznanym”.* (*Heredity and Environment – What Role Does Nutrition Play?* www.netpets.org 2/4/02).

Co zrobić z tą wiedzą?

Co więc ma począć opiekun psa? W sklepach zoologicznych i we wszystkich supermarketach znajdziemy mnóstwo worków z psią karmą, które wspaniale wyglądają i na każdym z nich przeczytamy, że ta właśnie karma spełnia wszystkie żywieniowe potrzeby twojego psa. Ponadto, znajdziemy tam również karmy wyprodukowane specjalnie z myślą o różnych rasach czy grupach psów, jak na przykład karma dla szceniaków dużych ras, dla psów mających kłopoty z otyłością czy dla psów w podeszłym wieku. Tak więc gdzie leży prawda i jak dobrać najlepszą karmę dla naszego psa?

Najważniejsze dla nas informacje na temat karmy uzyskamy z dokładnej analizy składu umieszczonego na opakowaniu. Skład podawany jest tak jak na artykułach

spożywczych produkowanych dla ludzi, czyli składniki umieszczane są w porządku zależnym od ich wagi. Im więcej danego składnika tym wcześniej na liście będzie on występował. Zwykle pierwsze trzy składniki stanowią większą część karmy pod względem wagi i ilości, tak więc na nie należy zwrócić uwagę podczas wyboru karmy.

Mięso lub jakiś jego gatunek powinno być pierwszym składnikiem na liście. Wybieraj produkty, które mówią, że w składzie jest mięso z kurczaka lub jagnięcina a nie te, które ogólnie mówią o zawartości mięsa np. drobiu lub produktów pochodzenia zwierzęcego, pod którą to nazwą kryje się wszystko, co nazwa ta obejmuje, np. zwierzęta z wypadków, zwierzęta chore lub wszystko, co przypomina ptaki w przypadku drobiu i zwierzęta domowe lub dzikie w przypadku mięsa.

Nie tak dawno na przykład, w kilku karmach komercyjnych dla psów, w tym w produktach sprzedawanych pod „popularnymi markami” odkryto obecność fenobarbitalu (środka używanego do usypiania zwierząt). Wygląda na to, że do karmy dodawano jakieś części wcześniej uspionych zwierząt domowych – które to mogły być źródłem fenobarbitalu. Fenobarbital jest trwałym związkiem, który potrafi przetrwać proces gotowania i dlatego udało się go wykryć w próbkach karmy. Być może miało to związek z rosnącą liczbą przypadków kociej odmiany choroby szalonych krów.

Kontynuując nasze dochodzenie patrzmy na skład i zwracamy uwagę czy przypadkiem pierwsze na liście nie są „produkty pochodzenia zwierzęcego”. Nie

jest to tkanka mięśniowa, a pod tym pojęciem kryją się wszelkiego rodzaju resztki i pozostałości jak płuca, nerki, mózg, śledziona, wątroba, kości, tkanka tłuszczowa, żołądek i oczyszczone wnętrzości. Różnie się mówi na temat wykorzystywania tych składników do produkcji karmy dla psów, jednak niezaprzeczalnie niektóre psy mają kłopot z odpowiednim trawieniem tych resztek. Ann Martin pisze (Food Pets Die For, Str. 2), że: „*Wątroby mogą być zaatakowane przez pasożyty np. przez płazińce lub mogą być zmienione na skutek marskości. Płuca mogą być gruźlicze. Jeżeli zwierzę ze względów zdrowotnych nie nadaje się do spożycia przez ludzi, to takie tusze wykorzystuje się do produkcji karmy dla zwierząt.*” Zakładając, że mamy na rynku wiele świetnych karm niezawierających „produktów pochodzenia zwierzęcego”, najlepiej trzymać się z dala od tych, które takie składniki mają w składzie.

Następna ważna rzecz przy wyborze dobrej karmy to rodzaj i ilość użytych zbóż. Zboża są wykorzystywane po to, aby obniżyć koszt produkcji, jednak wiadomo, że są takie gatunki, które służą dobremu zdrowiu i są również takie zboża, które powodują uczulenia.

Wyższa zawartość zbóż oznacza również konieczność podawania większych porcji jedzenia, ponieważ musimy dostarczyć o wiele więcej zboża niż mięsa żeby zaspokoić potrzeby żywieniowe naszych psów. Dlatego niejednokrotnie okazuje się, że wydajemy o wiele więcej pieniędzy na „tanią” karmę niż na markowe produkty, nie wspominając o tym, że pies przy taniej karmie często miewa kłopoty

żołądkowe, które prowadzą do kłopotów z zachowaniem czystości i stresu, dlatego że pies musi wydalic niepotrzebne nadwyżki pokarmowe. Psy niemające swobodnego dostępu do miejsca, gdzie mogą się załatwić cierpią na różnego rodzaju lęki i niepokoje związane z tym, że próbują się powstrzymać przed zanieczyszczeniem domu lub klatki.

Innym problemem może być womitoksyna, która jest związkiem chemicznym produkowanym przez grzyby pleśniowe z rodzaju *Fusarium*. Taka pleśń często poraża następujące zboża: pszenicę i produkty pochodzenia pszenicznego, kukurydzę i produkty pochodzenia kukurydzianego, orzeszki ziemne i produkty, które mają w składzie orzeszki (aflatoksyna), produkty zawierające ziarno i łuski soi oraz nasiona bawełny (aflatoksyna). Te związki mogą spowodować komplikacje zdrowotne (również śmierć) i mogą być przyczyną zachowań niepożądanych, jeśli twój pies jest na nie uczulony.

Co więcej, węglowodany działają na organizm psa jak cukier. Karmy o wysokiej zawartości zbóż powodują, że przez 2 godziny po posiłku organizm psa produkuje nadmierne ilości energii. Podobnie dzieje się u ludzi i na przykład sportowcy przed zawodami stosują dietę bogatą w węglowodany. Tak więc podanie psu posiłku wysokowęglowodanowego sprawia, że pies ma nadmiar energii, natomiast jego opiekunowie nie zawsze pamiętają o tym, aby zapewnić mu odpowiednią dawkę stymulacji psychicznej i fizycznej w celu wyładowania całej tej energii. W rezultacie pies często zaczyna

© Copyright by Nan Arthur www.wholedogtraining.com

Wszelkie prawa zastrzeżone. Rozpowszechnianie i kopiowanie całości lub części niniejszej publikacji jest zabronione bez pisemnej zgody autora. Zabrania się jej publicznego udostępniania w Internecie oraz odsprzedaży. Wyłącznie do użytku prywatnego i niekomercyjnego.

© Copyright for Polish translation Beata & Piotr Leszczyński

niszczą nasze mieszkanie lub ogród albo prezentuje inne niepożądane zachowania, jak zbyt aktywna zabawa czy wręcz pogryzienia.

Z behawioralnego punktu widzenia wiele niepożądanych zachowań, poczynając od spraw związanych z zachowaniem czystości po samookaleczeniu, można przypisać taniej, niskojakościowej karmie. Część z tych zachowań można w bezpośredni sposób powiązać z obecnością w składzie karmy takich rzeczy jak konserwanty, dodatki chemiczne i barwniki. Wpływ tych związków na stan zdrowia jest dość istotny, dlatego, że ich spożywanie może być przyczyną wielu problemów z zachowaniem psa. Związki chemiczne, którym przypisuje się powstawanie zmian nowotworowych i innych chorób o podłożu toksycznym, są bardzo często używane do konserwowania psiej karmy. Takie substancje chemiczne jak BHA (butylowany hydroksyanizol), BHT (butylowany hydroksytoluen) oraz etoksychina są znanymi kancerogenami i wykorzystywanie ich do konserwowania żywności dla ludzi jest niezgodne z prawem, prawo natomiast dopuszcza ich stosowanie w karmach dla psów i w psich przysmakach. Jeżeli zobaczysz je w składzie karmy, odłóż ją na półkę i szukaj dalej.

O wiele lepszym wyborem będzie karma konserwowana naturalnymi składnikami. Może to być tokoferol (witamina E), kwas cytrynowy lub kwas askorbinowy (witamina C). Może to być również ich kombinacja. Zwróć też uwagę na datę przydatności do spożycia, ponieważ karmy konserwowane naturalnie są świeże i mają

z reguły krótszy okres przydatności do spożycia.

Na rynku spotkamy karmy dopasowane do wieku, wagi czy wielkości psa, co na pierwszy rzut oka wydaje się wspianym rozwiązaniem, tylko że podawanie jednej, dobrej jakościowo karmy rozwiązuje nam problem i nie ma potrzeby kupowania specjalistycznych, zwykle drogich produktów. Producenci tych karm zazwyczaj dodają do nich więcej suplementów (które często przetworzono i zakonserwowano chemicznie wraz z karmą) i dzięki temu mogą tę karmę odpowiednio reklamować. O wiele lepiej jest samemu dodawać suplementy do psiego pożywienia, oczywiście pod kontrolą weterynarza czy specjalisty od spraw żywienia.

Jak i kiedy karmić?

Pora karmienia psa jest równie ważna jak to, czym go karmimy. Jeden posiłek dziennie nie jest już standardem. Pies również nie powinien mieć swobodnego dostępu do miski i nie powinien podjadać przez cały dzień, chyba że stoją za tym jakieś przesłanki medyczne. Wystarczy, że sam pomyślisz jakbyś wyglądał, gdybyś mógł jeść tylko raz na dobę lub gdybyś przegryzał wysokokaloryczne posiłki jak dzień długi!

Idealny schemat żywieniowy dla dorosłego psa to dwa lub trzy posiłki dziennie. Jedzenie ma wpływ na poziom glukozy we krwi (podobnie jak u ludzi) i regularne posiłki są ważne dlatego, że unikamy w ten sposób gwałtownego wzrostu i spadku poziomu glukozy zarówno u psów, które karmione są raz dziennie i u psów, które podjadają przez cały dzień i nie mają okazji

aby spożytkować powstającą w ten sposób energię.

Zawsze możemy pomyśleć o karmieniu psa z wykorzystaniem takich zabawek jak *Kong* czy *Buster Cube*, Jest to dla nich rodzaj nagrody i zmusza je do wysiłku umysłowego i fizycznego (podobnie jak psy dziko żyjące muszą popracować żeby zdobyć pożywienie). Tego typu zabawki są świetnym rozwiązaniem dla psów, które jedzą nieco wolniej i spokojnie. Poza tym takie „jedzeniowe puzzle” mogą być rozwiązaniem dla psów, które jak odkurzacz zmiatają swoje jedzenie w 30 sekund, a następnie nic więcej nie mają do jedzenia przez cały dzień.

Wnioski:

Bez względu na to czy podajemy psu karmę suchą, mokrą, jedzenie domowe surowe, mrożone czy też kombinację tych diet, warto się dobrze zastanowić zanim podejmiemy ostateczną decyzję o wyborze diety. Spróbuj kilku różnych karm i zapamiętaj, które twój pies lubi. Mamy wtedy możliwość podawania różnych karm, tym bardziej, że mamy obecnie dowody na to, że zdrowsze dla psa jest urozmaicenie diety (od czasu do czasu) niż żywienie go jedną karmą przez całe życie. Podsumowując możemy powiedzieć, że zawsze należy czytać listę składników i wybierać zdrowe jedzenie, dzięki któremu wasze psy będą zrównoważone psychicznie i zdrowe przez całe swoje życie.

Przewodnik po dobrych karmach:

Miesięcznik *The Whole Dog Journal* (w którym nie ma reklam) każdego roku publikuje ranking suchych karm dla psów.

Każdy producent, który znajdzie się na liście musi spełniać wysokie kryteria.

Suche karmy, które kilka lat z rzędu utrzymują się na liście miesięcznika The Whole Dog Journal:

California Natural
Canidae
Blue Buffalo
Paul Newman's 2nd Generation
Flint River Ranch Dry Water (zamówienia przez internet)
Solid Gold (firma z San Diego)
Merrick Pet Care-Cowboy Cookout
Fromm Four Star Nutritionals
By Nature Organics
Nature's Variety
Natural Balance Dry Dog Food
Innova
Raw Instinct (bez dodatku zbóż)
Wellness
Wysong

Na rynku można znaleźć również wiele świetnych surowych karm, sprzedawanych w postaci mrozonek dla wygody opiekunów psów.

Suche karmy, których miesięcznik The Whole Dog Journal „nie poleca”:

Diamond's Premium
Eukanuba Adult
Iams
Nature's Recipe
Nutro Max
Purina One
Beniful
Science Diet
Pedigree Prime

Literatura i źródła:

Dogs, A New Understanding of Canine Origin, Behavior and Evolution, Ray i Lorna Coppinger; Dog Food Comparison – co jest w karmie – www.doberdogs.com ; Food Pets Die For, Ann Martin; Czasopismo Prevention – www.prevention.com; The Allergy Solution for Dogs, Messioner, DVM; Whole Dog Journal – www.whole-dog-journal.com;

Strony oferujące karmy wysokiej jakości:

www.wellbeings.com dla dojrzałych psów i kotów
www.theholistichound.net kramy i inne produkty
Nan Arthur www.wholedogtraining.com