

# Bär din hund runt på onödig vikt?



I detta häfte får du all information du behöver för att hjälpa din hund gå ner i vikt.

## Övervikt hos hundar

Precis som hos oss människor blir våra hundar överviktiga när de konsumerar mer energi än vad de gör av med.

I dagens moderna samhälle är ca 30-40% av våra hundar överviktiga, detta har lett till att fetma blir ett allt större hot mot våra djurs hälsa.

Övervikt orsakar inaktivitet och minskad rörelseförmåga, men kan också leda till mer faktiska sjukdomstillstånd som diabetes, hjärt/kärlsjukdomar, förstoppning, ledbesvär och hudsjukdomar. Dessa djur är också högriskpatienter att söva och operera.

## Hur bedömer man hundens vikt?

Som djurägare blir man väldigt lätt "hemmablind", man missar helt enkelt om ens hund är på väg upp i vikt. Om man har en speciell ras går man även gärna efter rasstandarderna för vad den ska väga, men det viktigaste att komma ihåg är att alla hundar oavsett typ och ras är individer och det enda sättet att veta om den är fin i hullet är att väga känna och klämma.

En bra och lätt metod att undersöka om din hund är fin i hullet är att föra fingrarna lätt över bröstkorgen, då ska man lätt kunna räkna revbenen utan att trycka. På kort och släthåriga raser ska man även kunna skönja revbenen när hunden sträcker ut sig. De ska dock inte "sticka ut". Om man behöver trycka för att känna revbenen, så är din hund överviktig.

## Kan man förebygga att få en överviktig hund?

Det är viktigt att alltid utgå från dig och din hunds levnadsstil när du ska bestämma vilken typ av foder du ska servera. Idag finns en mängd olika och det är viktigt att finna det som passar just er.

En sak man också alltid ska tänka på är att utfodringstabellen som finns för fodret du köper är en rekommendation! Du behöver inte strikt ge efter den, utan det viktigaste är att man går efter din hund som individ. Hur mycket just din hund rör på sig samt hur lätt den lägger på sig i vikt.

Vissa hundar och hundraser har lättare att lägga på sig i vikt än andra. Ni kanske lever ett väldigt aktivt liv och behöver då ett väldigt energirikt foder eller ett mycket stillsamt liv och då behöver ett foder som är mindre energirikt.

En annan viktig aspekt att komma ihåg är att hos kastrerade hundar minskar behovet av energi drastiskt och ofta så ökar aptiten. Idag har de flesta fodertillverkarna specialfoder för kastrerade hundar, som man kan byta till efter operationen. Men att man har en överviktig hund på grund av att den är kastrerad är ingen bortförklaring, de går inte upp i vikt av att de är kastrerade utan för att de helt enkelt får för mycket mat och för lite motion.



Servera även din hund mat på regelbundna tider, låt den inte stå framme hela dagarna!

Motionera och aktivera din hund, oavsett ras och storlek behöver den få röra på sig och få psykisk och fysisk stimulans dagligen. Man kan inte trötta ut eller tillgodose en frisk hunds behov med enbart asfaltpromenader runt kvarteret, det krävs mer än så för att hålla din hund i fint skick.

Det finns tyvärr inga såkallade "väskhundar", då kan man likaväl köpa sig ett gosedjur på närmsta leksaksaffär.

*Rätt mängd av passande foder - Aktivitet och rörelse*

## Vad gör man för att behandla övervikten?

Den bästa metoden att få ner sin hund i vikt är att byta till ett viktminskningsfoder samt öka motionen. Det är en bra start och med tiden när man som djurägare lärt sig en läxa kan man så småningom gå över till ett friskfoder.

Servera rätt mängd mat på regelbundna tider! Har du maten framme hela tiden så ta bort den. Det blir lätt så att hunden småäter under dagarna och du som djurägare får svårt att hålla kolla på hur mycket eller lite din hund faktiskt får i sig.

När man småäter lägger man även lättare på sig i vikt.

En frisk hund svälter sig inte! Du som djurägare väljer ett foder som du vill servera din hund. Mät upp hur mycket den ska ha på t.ex. morgonen och servera den skålen, om din hund inte börjat äta på ca 10min, ta då bort maten och låt den vänta till nästa utfodringstillfälle. På så sätt lär den sig att den inte själv kan bestämma när och vad den ska äta. Om man har en hund som är så kallad kräsen beror det ofta på att den vet om att det kommer något annat gott i skålen om den inte äter, då man som djurägare tror att hunden inte tycker om maten eller blir orolig för att den inte äter.

Det mest spännande är att det ofta är de överviktiga hundarna som är "kräsna"...

Ta bort allt som heter rester och godbitar från matbordet. En liten ostbit blir mycket i fetthalt för en hund även om det inte känns så. Vi människor förmänskligar gärna våra fyrbenta bästa vänner och tycker synd om dem då de får äta samma mat varje dag. Men den lilla godbiten extra gör faktiskt inte din hund lyckligare - utan det gör en spännande promenad tillsammans med dig.



**Se över er vardag!** Vad har just du för hund? Är den ung eller gammal? Har den svårigheter man behöver ta hänsyn till? T.ex. ledbesvär, andningsbekymmer, hjärt/kärlsjukdomar?

Lägg upp en plan som passar just er!

Med den stora och äldre hunden fungerar det inte att ta med den direkt ut på en cykeltur, då passar det bättre att ta med den på en simtur som är mycket skonsammare.

Det kan även bli svårigheter med de brakycefala (kortnosiga) raserna med allt för hård motion, speciellt då det är sommar och varmt ute. Då gäller det som djurägare att tänka extra mycket på vad hunden äter och hur du kan kombinera detta med rätt sorts aktivitet.

Följ upp din hunds viktning, väg den med jämna mellanrum och se om resultatet blir bättre!

## Hur får vi ut så mycket som möjligt av våra dagliga promenader?

**Gå och springa i terräng!** Den bästa motionen för din hund är att få springa lös i sitt eget tempo. Tänk dock på att kolla upp lagarna om när du får ha din hund lös i skog och mark samt att din lösa hund lyssnar på inkallning. Om du vet med dig att inte ha 100% koll så kan man alltid koppla hunden i en så kallad långlina, på så sätt kan den springa lös men tryggheten finns att få stopp på hunden vid behov.

Att få hoppa runt i högt blåbärsris får hela hunden kropp att röra på sig och bygga fina muskler. Även att få hoppa över stock och sten.



**Låt den söka!** I skogen kan man även gömma leksaker eller mat som din hund får söka upp. Om man inte vill ge godis till sin hund kan man ta med t.ex. morgonportionen med mat ut och gömma. Då får hunden använda sitt fantastiska luktsinne och aktiveras under utfodringen.



Tycker din hund om ben? Knyt då ett rep i benet och häng upp i ett träd! Hur behöver din hund tänka och jobba för att få ner benet?

Använda gamla mjölkkartonger för att gömma mat/godis i. Låt din hund bita och krasa upp paketet för att komma i det roliga som finns där i.

En hund som får jobba mer för sin mat får även mer mättnadskänsla!

**Cykeltur!** Lär din hund att följa dig på cykel. Det blir ett snabbare tempo och man kan som djurägare ta lite längre rundor. Viktigt här dock är att hunden bär en ergonomisk sele och inte drar i halsbandet.

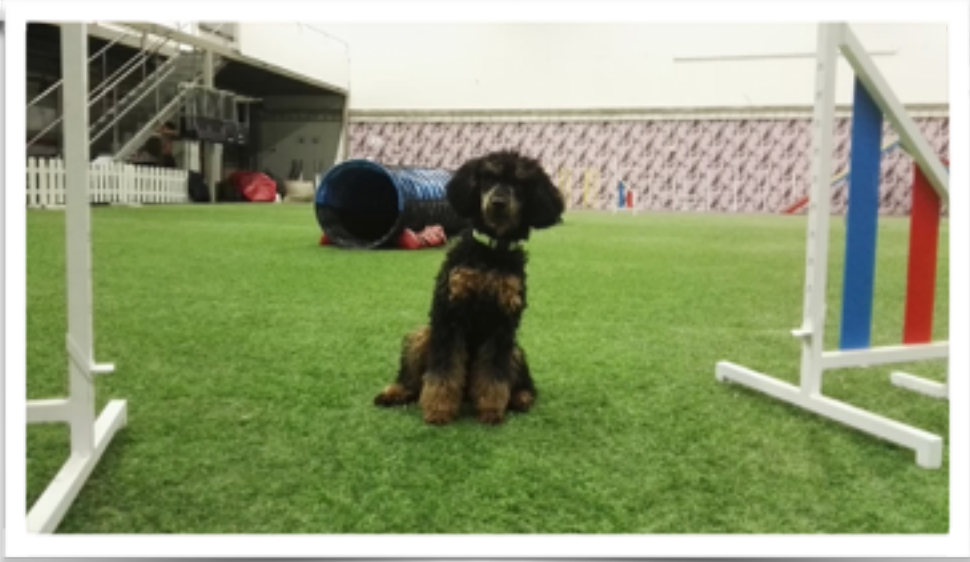


**Simma!** Tycker din hund om att simma? Om inte så går det alltid att lära den uppskatta vatten. På sommaren har man många möjligheter att ta sig till en sjö eller åka till havet. Hunden ska dock alltid bära flytväst, inte bara för att underlätta för en själv utan också för säkerheten. Man kan även besöka speciella hundsim där det finns en pool för hunden att simma runt i. Skonsam motion!





**Testa på någon hundsport!** Sök efter en hundsport som skulle kunna passa dig och din hund. Det finns en hel del olika så som viltspår, agiliti, weight pull. Var inte rädd för att testa på nya saker.



*Det är enbart din fantasi som sätter stopp!*

## Så vad är viktminskningsplanen?

1. Se över din hunds foder idag. Kan du byta ut det till ett viktminskningsfoder?
2. Ändra matrutinerna, servera enbart mat på regelbundna tider. Ta även bort alla godsaker vid sidan om måltiderna.
3. Börja aktivera och motionera din hund mer!

**Detta gäller alla hundar, stora som små!**

*Kom gärna in till oss väg din hund med jämna mellanrum, då kan man lättare följa upp hur viktminskningen går. Vid övriga frågor, välkommen att kontakta oss på 031-788 36 00.*

*Skrivet av: Olívia Wennerstrand, Djurvårdare, Råda Bot Hund & Kattklinik*