

Focus

Wydanie specjalne



Postępowanie behawioralne w leczeniu otyłości psów

WALTHAM®



Wydanie to przygotowano z największą starannością, biorąc pod uwagę ostatnie badania i odkrycia naukowe. Odsyłamy Państwa do ulotek leków oraz składu karm, które często ulegają zmianie. Ze względu na złożoność i różnorodność przypadków klinicznych u psów i kotów, należy pamiętać, że nie wszystkie występujące w tym wydaniu opisy dodatkowych testów i postępowania terapeutycznego są w pełni wyczerpujące.

Terapia i rozwiązania proponowane w tym wydaniu pod żadnym pozorem nie mogą zastąpić badania przeprowadzonego przez wykwalifikowanego lekarza weterynarii. Wydawca i autorzy w żadnym wypadku nie mogą brać odpowiedzialności za niepowodzenia w stosowaniu proponowanych rozwiązań i terapii. Nie wykorzystywać w Kanadzie, ani USA.

Tłumaczenie na język polski: lek. wet. Ewa Stopa

Art director: Arnaud Pouzet

Editorial coordination: Laurent Cathalan

Layout: Arnaud Pouzet

Technical Management: Buena Media Plus

Illustrations: Gilles Levilain

Cover picture (nurse): Thomas Rodriguez

© 2006 Royal Canin

www.royalcanin.pl

No part of this publication may be reproduced without the prior consent of the author, his successors or successors at law, in conformance with Intellectual Property (Article I. 112-4). Any partial or full reproduction constitutes a forgery liable to criminal prosecution. Only reproductions (Art.I.122-5) or copies strictly reserved for private use of the copier, and short quotes and analyses justified by the pedagogical, critical or informative nature of the book they are included in are authorised, subject to compliance with the provisions of articles L.122-10 to L.122-12 of the Code of Intellectual Property relative to reprographics.

Spis treści

Autorzy	7
Wstęp	9
1 Co to jest otyłość?	11
2 Zrozumienie nawyków żywieniowych	17
3 Aspekty behawioralne zapobiegania otyłości u psów	25
4 Terapia otyłości	29
5 Motywacja klienta	39
6 Mity i najczęściej zadawane pytania	47
7 Zakazy dla właścicieli psów	53
Bibliografia	56

Autorzy



Od lewej do prawej: Joanna Iracka, Sarah Heath, Gérard Muller i Christine Halsberghe

Christine Halsberghe (Belgia)

Po ukończeniu Wydziału Medycyny Weterynaryjnej na Uniwersytecie w Gent w 1979 roku, Christine pracowała w lecznicy małych zwierząt. Od 1995 roku zajmuje się przypadkami zaburzeń w zachowaniu zwierząt prowadząc własną praktykę oraz praktykę referencyjną.

W 2002 roku uzyskała dyplom z zakresu weterynaryjnej medycyny behawioralnej („Vétérinaire Comportementaliste Diplômé des Ecoles Vétérinaires Françaises”).

Obecnie jest prezydentem VDWE (Flamandzkiej weterynaryjnej grupy behawioralnej) oraz członkiem Europejskiego Stowarzyszenia Weterynaryjnej Etologii i Zoopsji Klinicznej. W Belgii, Christine pracowała nad kampanią dotyczącą zapobieganiu występowania zaburzeń w zachowaniu szczeniąt skierowaną do lekarzy weterynarii, właścicieli i hodowców; jest także międzynarodowym wykładownicą w zakresie weterynaryjnej medycyny behawioralnej.

Sarah Heath (Wlk. Bryt.)

Sarah ukończyła Szkołę Weterynaryjną na Uniwersytecie w Bristolu w 1988 roku a w 1992 roku założyła praktykę referencyjną zajmującą się przypadkami zaburzeń behawioralnych. Zajmuje się przypadkami dotyczącymi zmian w zachowaniu zwierząt przyjmując w Szkole Weterynaryjnej na Uniwersytecie w Liverpool oraz w prywatnych praktykach w północno-zachodniej Anglii. Jest autorką książek o tematyce dotyczącej zachowania kotów oraz zarówno wydawcą, jak i autorem Podręcznika Medycyny Behawioralnej Kotów i Psów BSAVA. W 2005 roku została, wraz z Joem Bowen, współautorem podręcznika zatytułowanego „Problemy behawioralne u małych zwierząt-praktyczne porady dla lekarzy weterynarii”.

W 2001 roku Sarah otrzymała nagrodę BSAVA Melton za wkład w praktykę małych zwierząt. Od 1997 roku do 2005 była sekretarzem CABTSG (brytyjskiej organizacji d/s behawioryzmu weterynaryjnego), a obecnie jest członkiem zarządu. Jest także Prezy-

dentem Europejskiego Stowarzyszenia Klinicznej Etoologii Weterynaryjnej. Sarah jest międzynarodowym wykładowcą z dziedziny medycyny behawioralnej. Na Uniwersytecie Liverpool jest honorowym wykładowcą z dziedziny medycyny behawioralnej a na Uniwersytecie w Bristolu jest uznanym i cenionym nauczycielem. Była założycielem Europejskiego Kolegium Weterynaryjnej Medycyny Behawioralnej, a obecnie jest jego Prezydentem.

Joanna Iracka (Polska)

Joanna ukończyła Wydział Medycyny Weterynaryjnej w SGGW w Warszawie (Polska) w 1993 roku. Pierwszych pięć lat po ukończeniu studiów spędziła w praktyce ogólnej a od 1997 roku przyjmowała także przypadki zaburzeń zachowania odsyłane z innych praktyk.

W 2000 roku uzyskała Francuski Dyplom z dziedziny Weterynaryjnej Medycyny Behawioralnej („Vétérinaire Comportementaliste Diplômé des Ecoles Vétérinaires Françaises”). Od 1998 roku prowadzi podyplomowe kursy specjalizacyjne w zakresie behawioryzmu dla polskich lekarzy weterynarii małych zwierząt. Była pierwszą autorką wśród lekarzy weterynarii w Polsce piszącą artykuły dotyczące zaburzeń zachowania oraz wykładającą na ten temat. Jest międzynarodowym wykładowcą w zakresie medycyny behawioralnej oraz asystentem na kursach w tej dziedzinie. Od 1995 roku jest członkiem ESVCE a od 2000 roku członkiem Zoopsy.

Gérard Muller (Francja)

Gérard ukończył Szkołę Weterynaryjną w Alfort (Francja) i od 1985 roku pracował, jako lekarz weterynarii małych zwierząt. Do roku 2003 był członkiem zarządu GECAF (Organizacji Behawiorystów AFVAC, Francuskiego Stowarzyszenia Lekarzy Małych Zwierząt) a do 2000 roku członkiem zarządu ESVCE (Europejskiej grupy etologów klinicznych). Nadal jest członkiem obu tych stowarzyszeń. Od 1998 roku sprawował funkcję zastępcy prezydenta Zoopsy (Międzynarodowej Grupy Francuskiej Szkoły Psychiatrii Zwierząt). Był założycielem Europejskiego Kolegium, a od 2000 roku jest członkiem zarządu tego stowarzyszenia.

W 1998 roku Gerard uzyskał Francuski Dyplom Weterynaryjnej Medycyny Behawioralnej („Vétérinaire Comportementaliste Diplômé des Ecoles Vétérinaires Françaises”), a obecnie prowadzi sesje szkoleniowe konieczne do uzyskania tego dyplomu.

Wstęp

Dlaczego do otyłości u psów konieczne jest podejście behawioralne?

Wielu właścicieli po prostu nie zdaje sobie sprawy z prawidłowego zachowania swojego zwierzęcia podczas jedzenia, a brak zrozumienia naturalnego zachowania psa może prowadzić do nieporozumień. Na przykład, właściciele często nie doceniają szkolenia wartości socjalnych pożywienia dla ich psa, co powoduje wiele błędnych zastosowań karmy podczas nauki i szkolenia. Te błędy mogą predysponować psy do występowania problemów z utrzymaniem odpowiedniej wagi i zwiększać ryzyko otyłości.

Magazyn ten ma na celu lepsze zrozumienie prawidłowych nawyków żywieniowych i zmniejszenie w ten sposób ryzyka występowania otyłości w populacji psów domowych. Zawiera porady dotyczące zapobiegania otyłości i podkreśla istotę odpowiedniego postępowania ze szczeniakiem od samego początku, aby ułatwić mu samokontrolę i przyswojenie koncepcji poczucia sytości. Pewne powszechnie spotykane mity związane z karmieniem zostały tu dokładnie wyjaśnione i obalone a istotne porady dla właścicieli zostały przedstawione w postaci 10 zachowań, których należy unikać.

Nawet, jeśli lekarze weterynarii zalecają odpowiednie diety w celu redukcji lub kontroli masy ciała, wciąż bardzo często powodzenie takiej terapii odchudzającej jest zagrożone przez samych właścicieli podających ulubieńcom dodatkowe przekąski. Nierzadko zdarza się, że właściciel podaje karmę w postaci nagrody w celu poprawy wspólnych relacji lub zyskania zaufania, ale taki, wydawałoby się nic nie znaczący, dodatek do dziennej dawki pokarmowej jest często przyczyną za niepowodzenia w terapii odchudzającej. Dlatego, ustalając leczenie pacjentów z nadwagą, ważne są dokładne rozmowy z klientami o możliwych problemach, a także uwzględnienie zarówno samego właściciela, jak i środowiska, w którym przebywa zwierzę.

Wykorzystanie diet niskokalorycznych jest tylko jednym z aspektów postępowania, a zwracanie uwagi na równowagę pomiędzy podażą a wykorzystaniem energii jest absolutnie konieczne.

Jedną z głównych przeszkód w uzyskaniu odpowiedniej redukcji masy ciała u psów jest brak motywacji właściciela, dlatego w tym wydaniu spoglądamy na problem otyłości psów z perspektywy właściciela. Wielu właścicieli niechętnie zmienia sposób karmienia swoich ulubieńców, a ich opór może być znacznym problemem dla personelu weterynaryjnego.

W niniejszym opracowaniu badamy motywację właścicieli i przedstawiamy sposoby zmiany ich podejścia do terapii odchudzającej zwierzęcia.

Z inicjatywy Royal Canin, czterech specjalistów w zakresie behawioryzmu zwierząt opracowało nowy schemat postępowania behawiorystycznego w rozwiązywaniu problemu otyłości u psów, który ma ułatwić lekarzom weterynarii podjęcie wyzwania, jakim jest terapia pacjenta z nadwagą.



Philippe Marniquet
DVM

Head of Scientific Communication

1. Co to jest otyłość?

> Streszczenie

Otyłość definiuje się zwykle w odniesieniu do optymalnej masy ciała konkretnego osobnika. Ponieważ jednak w przypadku psów brak standardów pozwalających określić idealną masę ciała, otyłość ocenia się przede wszystkim metodami subiektywnymi: przez oglądanie i omacywanie.

Do otyłości może się przyczynić każdy czynnik działający w organizmie lub środowisku psa, który zwiększa pobranie energii z pokarmem lub zmniejsza jej wydatkowanie. Skłonność do otyłości może też mieć podłoże dziedziczne.

Otyłość należy traktować jako stan patologiczny, w którym widoczne objawy nadwagi świadczą o zaburzeniach w równowadze fizjologicznej. Pierwszym krokiem w przypadku terapii otyłości jest zatem wyeliminowanie wszystkich czynników, które mogą zaburzać tę równowagę. W przypadkach, w których uda się zidentyfikować konkretną przyczynę, należy rozpocząć odpowiednią terapię. Jeśli postępowanie takie nie przyniesie rezultatów, należy wziąć pod uwagę zaburzenia behawioralne i po ich zidentyfikowaniu rozpocząć właściwe leczenie. W końcu, trzeba także pamiętać, że otyłość sama w sobie może predysponować do rozwoju pewnych schorzeń i często może okazać się konieczne dalsze poszukiwanie zależności pomiędzy otyłością a innymi występującymi zaburzeniami.




W każdym przypadku należy przeanalizować środowisko oraz tryb życia psa, ponieważ mogą one nie tylko przyczynić się do rozwoju otyłości, ale także utrudniać powrót do prawidłowej masy ciała oraz jej utrzymanie.

1/ Definicja

Otyłość definiowana jest zwykle jako nadmierne odkładanie tłuszczu w tkance tłuszczowej spichrzeniowej, prowadzące do zwiększenia masy ciała o 15-20% ponad optymalną, fizjologiczną masę ciała (tzw. indeks masy ciała).

Definicja ta odnosi się może bardziej do ludzi, dla których istnieje już standard umożliwiający obliczenie indeksu masy ciała, a nie do psów. Wzorce optymalnej masy ciała dostępne są jedynie dla psów rasowych, dlatego obiektywna ilościowa ocena stopnia otyłości jest utrudniona w przypadku psów mieszane rasowych.

W warunkach klinicznych, otyłość jest oceniana głównie przy zastosowaniu metod subiektywnych, takich jak obserwacja i omacywanie. Najbardziej praktyczną metodą jest omacywanie i oglądanie przestrzeni międzyżebrowych. Jeśli żebra są dobrze widoczne, można uznać, że zwierzę ma niedowagę, natomiast jeśli żebra są prawie niewyczuwalne - świadczy to o nadwadze. Całkowicie niewyczuwalne żebra są jednoznaczne z postawieniem diagnozy otyłości. Idealnie, gdy żebra zwierzęcia są wyczuwalne pod skórą, bez grubej warstwy tłuszczu, ale nie są widoczne na pierwszy rzut oka.

Jak rozpoznać otyłość?		MINI	MEDIUM	MAXI	Człowiek	Ryzyko
 <p>Idealna</p>	<p>Żebra, kręgosłup, miednica - niewidoczne, ale wyczuwalne przy omacywaniu</p>	5kg	12kg	30kg	70kg	<p>Ryzyko</p> <p>Stan przed-cukrzycowy, Zap. stawów Nietolerancja wysiłku</p> <p>Ryzyko przy znieczuleniu Choroby serca Krótsze życie</p>
 <p>Nadwaga</p>	<p>Brak „wcięcia”, odkładanie tkanki tłuszczowej wzdłuż kręgosłupa i u nasady ogona</p>	6kg	15kg	36kg	84kg	
 <p>Otyłość</p>	<p>Wyraźne zwiększenie obrysu brzucha</p>	7kg	17kg	42kg	98kg	

2/ Przyczyny otyłości

Bezpośrednią przyczyną odkładania się tkanki tłuszczowej jest dodatni bilans energetyczny, który jest rezultatem zaburzenia równowagi pomiędzy energią dostarczoną z pożywieniem a energią wydatkowaną przez zwierzę. Otyłość jest złożonym zagadnieniem i nie może być traktowana jako zwykły wynik nadmiernego pobierania pokarmu lub nieprawidłowego postępowania czy braku motywacji ze strony właściciela. Powinna być raczej postrzegana jako choroba,

która podobnie jak inne schorzenia, jest wynikiem zaburzeń fizjologicznych i behawioralnych. Czynniki, które należy rozważyć, jako predysponujące do występowania otyłości:

1) Czynniki zwiększające pobranie energii

- a) Zaburzenia wewnętrznej kontroli pobierania pokarmu lub sygnałów sytości, w tym:
- Uszkodzenia ośrodka sytości
 - Zaburzenia hormonalne, np. wpływ estrogenów na apetyt sukienki po sterylizacji
 - Zaburzenia emocjonalne

b) Zaburzenia zewnętrznej kontroli pobierania pokarmu, w tym:

- Smakowitość i dostępność pokarmu
- Czynniki społeczne: smakowitość i dostępność jedzenia:
 - > Konkurencja pomiędzy psami
 - > Wpływ właściciela na pobieranie pokarmu, np. poprzez podawanie rozmaitych pokarmów wysokoenergetycznych i/ lub smakołyków

c) Czynniki genetyczne

2) Czynniki obniżające wydatkowanie energii

a) Wiek

b) Obniżenie aktywności fizycznej, np. w wyniku:

- Przebywania na ograniczonej przestrzeni
- Kastracji
- Schorzeń układu ruchu, krążenia lub układu oddechowego
- Problemów behawioralnych, które ograniczają zdolność zwierzęcia do odpowiedniego poziomu aktywności fizycznej.

c) Czynniki zwiększające skuteczność wykorzystania energii, tj:

- Skład diety (wysoka zawartość tłuszczu i węglowodanów)
- Zmniejszenie poziomu testosteronu po kastracji

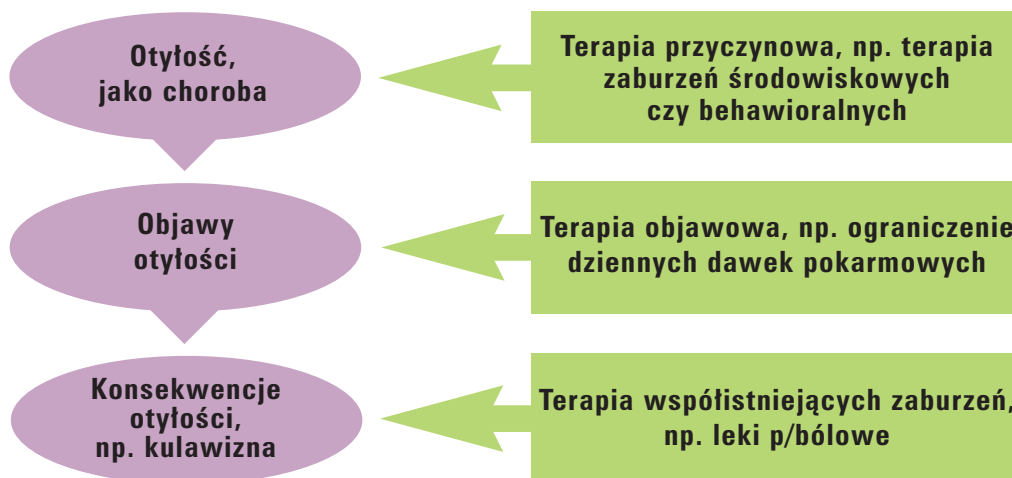
d) Czynniki genetyczne

Czynniki genetyczne mają znaczny wpływ na rozwój otyłości u psów, przy czym niektóre rasy psów są bardziej lub mniej predysponowane do występowania otyłości. Przyczyny, dla których występują różnice pomiędzy rasami nie zostały wyjaśnione, a dotyczą prawdopodobnie zarówno zwiększenia pobrania, jak i zmniejszenia zużycia energii.

Czynniki wpływające na występowanie otyłości można podzielić na trzy główne kategorie:

- Organiczne, które wymagają leczenia weterynaryjnego
- Problemy behawioralne i zaburzenia, które wymagają leczenia przez specjalistę medycyny behawioralnej
- Czynniki środowiskowe wpływające na zachowanie psów, na które wpływ może mieć sam właściciel, ale które muszą być rozpoznane przez lekarza weterynarii

Głównym niebezpieczeństwem jest ograniczenie terapii otyłości wyłącznie do terapii objawowej.



Na podstawie długotrwałych badań ustalono, że psy karmione *ad libitum* przez pierwsze trzy lata życia, przed wprowadzeniem ustalonego programu żywienia zgodnego z ich zapotrzebowaniami bytowymi, umierały średnio dwa lata wcześniej, niż psy karmione zgodnie z ustalonym programem restrykcyjnym od samego początku!



© Yves Lanceau

A) Czynniki organiczne

Przed zastosowaniem odpowiedniej terapii dietetycznej czy behawioralnej w przypadku otyłości, istotne jest wykluczenie wszystkich potencjalnych czynników organicznych i jatrogennych. Do potencjalnych czynników organicznych można zaliczyć:

- Cukrzycę
- Niedoczynność kory nadnerczy - włączając jatrogenną
- Niedoczynność tarczycy
- Stosowanie progestagenów
- Stosowanie środków pobudzających apetyt

zwierząt bez smyczy, co w konsekwencji prowadzi do ograniczenia ruchu (w niektórych przypadkach problemy te mogą być związane z zaburzeniami wymienionymi powyżej):

- > Nieposłuszeństwo (np. brak reakcji na przywołanie)
- > Agresja w stosunku do innych psów
- > Agresja w stosunku do ludzi
- > Zjadanie odpadków i/lub koprofagia

Zaleca się, by lekarze weterynarii ogólnej praktyki, którzy podejrzewają występowanie zaburzeń behawioralnych u swojego pacjenta skonsultowali się z lekarzem weterynarii zajmującym się medycyną behawioralną.

B) Zaburzenia behawioralne

Zaburzenia behawioralne to kolejna ważna grupa potencjalnych przyczyn występowania otyłości, które należy brać pod uwagę:

- Zaburzenia behawioralne, które mogą bezpośrednio prowadzić do otyłości:
 - > Lęk
 - > Depresja
 - > Zaburzenia rozwojowe:
 - Nieprawidłowe nawyki żywieniowe
 - Brak zdolności rozpoznawania uczucia sytości
- Problemy behawioralne oraz zaburzenia powodujące, że właściciele ograniczają wyprowadzanie

C) Czynniki środowiskowe

Czynniki środowiskowe wpływające na zachowania pokarmowe psa, a także jego aktywność fizyczną, mają duże znaczenie w terapii otyłości. Na przykład:

- Wpływ właściciela na ilość i jakość zjadanej karmy (patrz rozdział 2)
- Wpływ właściciela i środowiska na ograniczenie ruchu, np.:
 - > Ograniczenia dotyczące właścicieli żyjących w dużych miastach
 - > Ograniczenia powodowane przez brak dostępu do obszarów spacerowych
 - > Tryb życia właściciela, łącznie z brakiem czasu na wyprowadzanie psa
 - > Niepełnosprawność właściciela

3/ Schorzenia związane z otyłością

Istnieje dobrze opisany związek pomiędzy otyłością a stanem zdrowia danego osobnika. Otyłość jest czynnikiem ryzyka w rozwoju następujących schorzeń:

- Zapalenia kości i stawów
- Schorzeń układu oddechowego
- Schorzeń sercowo-naczyniowych
- Cukrzycy
- Zwiększonego ryzyka infekcji
- Zwiększonego ryzyka komplikacji podczas znieczulenia ogólnego
- Utrudnionego gojenia ran

> Otyłość a długość życia

Otyłość wpływa ujemnie na jakość życia zwierząt oraz przyczynia się do występowania licznych chorób, natomiast ograniczenie energii poniżej wyliczonego zapotrzebowania bytowego ma pozytywny wpływ na zdrowie i długość życia. Badania naukowe wykazały, że u psów, które były żywione od 6 tygodnia życia do wieku 3,25 lat *ad libitum*, a następnie do końca życia otrzymywały o 25% karmy mniej niż szacowane zapotrzebowanie bytowe, występowały następujące korzystne efekty (Kealy 2002, Lawler 2005):

- Zwiększona średnia długość życia, która wyliczana jest jako wiek, do którego przeżywa 50 % psów. W badaniu tym uczestniczyło 48 labradorów, które średnio dożywały 11,2 lat w grupie kontrolnej i 13 lat w grupie z ograniczoną dawką pokarmową.
- Zwiększona średnia procentowa beztłuszczowa masa ciała i opóźniona jej utrata. W doświadczeniu tym stopniowy spadek beztłuszczowej masy ciała rozpoczynał się w wieku 9 lat w grupie kontrolnej i w wieku 11 lat w grupie z ograniczoną dawką pokarmową.
- Podobny wpływ na średnią masę kości, co na beztłuszczową masę ciała.
- Obniżenie średniej procentowej masy tkanki tłuszczowej.
- Opóźnienie konieczności leczenia osteoarthritis i innych chorób przewlekłych.
- Obniżenie ryzyka śmierci spowodowanej problemami mięśniowo-szkieletowymi.

W kontekście otyłości, należy pamiętać, że wpływ diety z ograniczoną ilością energii nie jest koniecznie bezpośrednio związany z niższą procentową tłuszczową masą ciała. U gryzoni długość życia wydaje się bardziej powiązana z ilością konsumowanego pokarmu, niż ze stopniem otluszczenia. (Kealy, 2002). Jednak w badaniu cytowanym powyżej autorzy dowodzą, że „utrzymująca się wysoka masa tkanki tłuszczowej także predysponuje do przyspieszonej śmierci psów” (Lawler, 2005).

2. Zrozumienie nawyków żywieniowych

> Streszczenie

Pokarm odgrywa specyficzną rolę w kształtowaniu stosunków pomiędzy właścicielem i psem. Psy i ludzie przywiązują znaczną wagę do pokarmu chcąc ustalić relacje społeczne, jednak znaczenie zdobywania kontroli nad tym dobrem różni się u obu gatunków. Dla ludzi dzielenie się pokarmem z psem jest oznaką przyjaźni, a oferowanie smakołyku może być postrzegane, jako sposób okazywania poczucia winy przez właściciela i zachęcenie psa do pozytywnego odbioru właściciela. Z perspektywy psa brak ograniczeń w dostępie do pożywienia może prowadzić do rozmaitych konfliktów.

Podczas rozwoju szczenięcia ograniczenia dietetyczne prowadzą do uzyskania samokontroli i zachęcają do wytworzenia prawidłowych stosunków społecznych. Znaczne urozmaicenie diety psa może przyczynić się do rozwoju nawyku żebrania, co prowadzi do przekarmiania i otyłości.

Wstęp

Psy, podobnie jak ludzie są gatunkiem społecznym. Dla obu tych gatunków organizacja grup społecznych jest rezultatem selekcji, która powoduje powszechną organizację dotyczącą zarządzania dóbr. (Goldberg, 1998). Istnieją trzy podstawowe dobra, które znajdują się w sferze zarządzania:

- Pokarm
- Przestrzeń
- Partnerzy seksualni i społeczni

Zarówno u ludzi, jak i u psów możliwe jest odnalezienie dowodów na istnienie zasad społecznych, które kierują zarządzaniem dóbr. Podobieństwo pomiędzy tymi zasadami jest prawdopodobnie związane z atrakcyjnością społeczną między obu gatunkami.

Nauka płynąca ze sposobu jedzenia może mieć znaczenie w kontekście zarządzania innymi dobrami takimi, jak przestrzeń i atencja właściciela. Wielu właścicieli nie zdaje sobie sprawy z tego, że nieprawidłowe zachowanie podczas jedzenia może mieć konsekwencje w innym wymiarze.



1/ Regulowanie dostępu do pożywienia

Wśród psów żyjących na wolności lub wśród psów dziedzicznych panują bardzo jasne zasady dotyczące wzajemnych relacji społecznych, co umożliwia regulowanie dostępu do dóbr z jednoczesnym unikaniem konfliktów. Tworzą one stabilną hierarchię i ustalają reguły społeczne w bardzo logiczny sposób, co prowadzi do zbudowania dobrze określonej struktury społecznej oraz poczucia pewności i bezpieczeństwa. W przypadku psów domowych, żyjących w bliskim związku z człowiekiem, częstym zjawiskiem jest brak konsekwencji i nieprzewidywalność oraz brak określenia jasnej struktury społecznej, co może wywołać silny niepokój, a nawet strach.

Brak pewności siebie i konflikt emocjonalny w stosunkach pomiędzy właścicielem i psem może prowadzić do wystąpienia szeregu zachowań obronnych psa, które są błędnie interpretowane, jako oznaki konfrontacji. Wierząc, że pies podważa ich autorytet, wielu właścicieli próbuje kontrolować psa fizycznie, co

jeszcze bardziej zaburza ich stosunki i powoduje, że pies spodziewa się konfrontacji i kary. Społeczność psów nie jest regulowana przy wykorzystaniu siły fizycznej, lecz dzięki kontroli dostępu do ważnych dóbr. Dlatego w celu ustalenia stabilnych i pewnych stosunków między psem i właścicielem, należy unikać niepotrzebnej konfrontacji fizycznej. Zamiast tego, właściciele powinni ustalić konsekwentne zasady społeczne i dawać jasne oznaki kontrolowania dóbr w celu wytworzenia bezpiecznego i pewnego środowiska, w którym pies będzie czuł się spokojnie. Jednym ze sposobów osiągnięcia tego celu jest kontrolowanie dostępu do pokarmu we wczesnych stadiach rozwoju behawioralnego.

A) Nauka samokontroli u szczeniąt

Samokontrola to istotna umiejętność w dorosłym życiu, której każdy pies musi się nauczyć będąc szczeniakiem. Samokontrola u psa polega na umiejętności kontrolowania poziomu aktywności ruchowej (tak,

> Czy koprofagia jest normalnym zachowaniem?

Normalnym zachowaniem poznawczym szczenięcia jest poznawanie różnych obiektów przy użyciu jamy ustnej z jednoczesnym dokładnym obwąchiwaniem. W rezultacie zdarza się często, że młode szczenięta biorą wiele rzeczy do pyska i chociaż w niektórych sytuacjach można to zaakceptować, niewielu właścicieli zaakceptuje fakt, że tym przedmiotem będą odchody. Ważne jest, aby pamiętać, że spożywanie odchodów może być normalnym zachowaniem psów, a suki wylizują krocze swoich szczeniąt w ciągu pierwszych dni po porodzie w celu wywołania defekacji i zjadają odchody szczeniąt natychmiast po ich wydaleniu.

Widok psa zjadającego odchody nie tylko obrzydza większość właścicieli, ale także wywołuje lęk, że pies może się czymś zarażać, co w rezultacie zmusza właścicieli do podjęcia interwencji, czasami bardzo demonstracyjnej. W wyniku widocznej deter-

minacji właściciela, by odebrać szczenięciu odchody, szczenię szybko uczy się, że musi to być bardzo wartościowe dobro, warte zatrzymania. Zamiast stłumić koprofagię, właściciel zauważa, że szczenię jest jeszcze bardziej zdeterminowane, by dotrzeć do odchodów i zjada je z jeszcze większym zapalem. Takie zachowanie szczenięcia często irytuje właścicieli jeszcze bardziej, dlatego mamy szybko do czynienia z błędnym kołem. Poza przyspieszeniem tempa zjadania odchodów w wyniku widocznej konkurencji z właścicielem, praktyka karania szczeniąt za załatwianie się w mieszkaniu może także nieświadomie zachęcać do takiego zachowania. Kiedy szczenię karane jest za załatwianie potrzeb fizjologicznych w domu często będzie starało się unikać problematycznych sytuacji, chowając się. Ponieważ odchody są sygnałem, że kara się zbliża, niektóre szczenięta zaczynają je zjadać w celu uniknięcia kary.

Sugerowano także, że takie zachowanie jest jeszcze bardziej prawdopodobne, jeśli właściciel „wkłada” nos szczenięcia w odchody. W niektórych przypadkach koprofagia może mieć związek ze środowiskiem, w którym pies się wychowywał. Niektóre grupy psów adaptują to zachowanie systematycznie i wszystkie szczenięta, które wychowują się w tej grupie mogą wykazywać to zachowanie. W tej sytuacji rola nauczania jest jasna. Szczenięta widzą, że starsze psy współzawodniczą o dostęp do odchodów i już od wczesnego wieku ich zainteresowanie odchodami jest wzmagane przez widoczną wartość, jaką inni członkowie grupy im nadają. Postępowanie w takich przypadkach będzie polegało na zmniejszeniu postrzeganej wartości odchodów i sprzeciwiawianiu się reakcji psów na ich obecność.

aby nie była nadmierna czy nieopanowana), zdolności do kontrolowania siły nacisku własnych zębów (siły ugryzienia) oraz zdolności rozpoznawania poziomu zaspokojenia potrzeb takich jak głód, pragnienie czy relacje społeczne, np. zabawa. We wczesnych etapach rozwoju behawioralnego u szczeniąt brak jest samokontroli i umiejętności dostosowania się do zewnętrznych ograniczeń. Proces nauki samokontroli zaczyna się podczas wzajemnych relacji z matką i związany jest z nauką radzenia sobie z uczuciem frustracji. Ograniczanie szczenięciu dostępu do pożywienia, ograniczanie jego aktywności ruchowej czy nauka „używania” zębów podczas zabawy, to elementy tego właśnie procesu.

Samokontrola u psa pozwala na:

- kontrolowanie aktywności ruchowej
- kontrolowanie siły ugryzień
- rozpoznawanie oznak zaspokojenia

Szczenię opuszcza hodowlę i trafia do swoich przyszłych właścicieli najczęściej w wieku około 8 tygodni. Proces nauki samokontroli przebiega najintensywniej przed ukończeniem 3 miesiąca życia, ale nie jest jeszcze w tym wieku zakończony i szczenię przez kolejne miesiące będzie uczyło się wielu istotnych rzeczy. W tym okresie właściciel powinien wspierać szczenię w nauce radzenia sobie z frustracją, kontrolując dostępność do istotnych dóbr, takich jak pożywienie czy kontakty socjalne oraz dając jasne i wyraźne sygnały, kiedy dobra te są dostępne. Potrzeby młodych psów do kontaktów społecznych są bardzo wysokie i ograniczenie możliwości kontaktu fizycznego czy możliwości zabawy ze szczenięciem mogą być bardzo trudne zarówno dla właściciela, jak i szczenięcia. Kiedy szczenię znajdzie się w nowej grupie społecznej, będzie potrzebowało ustalić zasady komunikacji. Tworzenie pewnych rytuałów stanowi istotną część rozwoju behawioralnego.

B) Ustalanie rytuałów

Rytuały ułatwiają komunikację i wyznaczają szczenięciu pewne reguły dzięki, którym szczenię uspokaja się i odpręża. Dość często zaleca się właścicielom ograniczanie kontaktów ze szczenięciem, np. poprzez nie zwracanie uwagi na szczenię po powrocie do domu

czy nie reagowanie, gdy szczenię stara się zainicjować kontakty społeczne. Ograniczenie interakcji społecznych, pozbawione jasnych sygnałów dla szczenięcia, może być przyczyną frustracji, zniszczyć proces wytwarzania typowych rytuałów oraz doprowadzić do zaburzeń we wzajemnych relacjach pomiędzy właścicielem a szczenięciem.

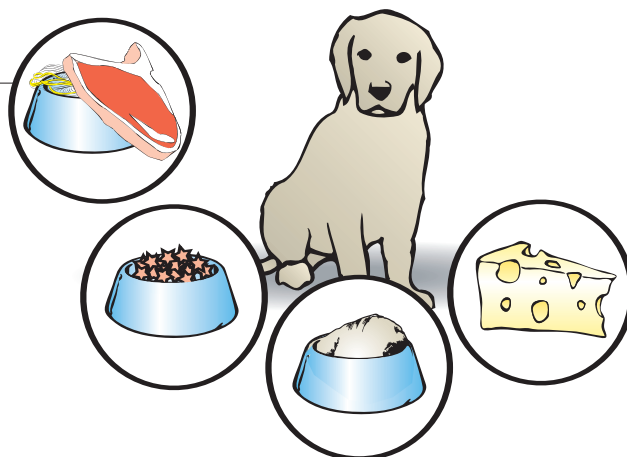
To raczej regulowanie, a nie ograniczanie dostępu do najważniejszych dóbr jest istotne. Jednym ze sposobów, aby to osiągnąć jest zwrócenie szczególnej uwagi na proces karmienia. Zaleca się, aby szczenię miało dostęp do swojej miski przez ograniczony okres czasu (np. przez 4 minuty) podczas każdego posiłku. Czas ten powinien być wystarczająco długi, aby szczenię mogło zaspokoić swój głód i po tym czasie miskę należy niezwłocznie zabrać. Jeśli szczenię nie zjadło wszystkiego bardzo ważne jest, aby odebranie miski nie było postrzegane jako oznaka konfrontacji. W tym celu należy zawołać szczenię do innego pomieszczenia i dopiero wówczas zabrać miskę. Celem jest tutaj nauka szczenięcia, iż dobro, jakim jest pożywienie dostępne jest jedynie w określonym czasie i w określonym miejsc oraz pokazanie szczenięciu jasnych i konsekwentnych sygnałów, iż to właśnie właściciel kontroluje dostęp do najważniejszych dóbr.

C) Wrażliwość oraz rozwój zmysłu smaku

Podawanie szczenięciu bardzo zróżnicowanego pokarmu w okresie rozwoju może zwiększyć jego wrażliwość na smak i predysponować do powstawania określonych preferencji (Muller, 1998).

Podczas okresu rozwoju behawioralnego, który rozpoczyna się w wieku około 6 tygodni i w wielu kwestiach kończy się w wieku około 12 tygodni, bogate doświadczenia powodują częste pobudzenie synaps (Changeaux, 1983), czego efektem jest lepszy rozwój zmysłu poznawczego. Nasza zdolność do rozpoznawania różnych zjawisk stanowi prosty przykład zasady plastyczności neuronalnej. W aspekcie wrażliwości zmysłu smaku, dostarczenie zróżnicowanego pokarmu stanowi doskonałą drogę na zwiększenie tej wrażliwości. Jednym z możliwych rezultatów tego zjawiska jest zwiększenie preferencji smakowych. Kiedy pies odmawia zjedzenia posiłku, właściciel bardzo często natychmiast podaje mu coś innego. Takie postępowanie nauczy psa, iż będzie miał on dostęp do alternatywnych źródeł pożywienia i może dopro-

Dostęp do zróżnicowanej diety może doprowadzić do rozwoju „wybrednego” zachowania



wadzić do rozwoju „wybrednego” zachowania pokarmowego.

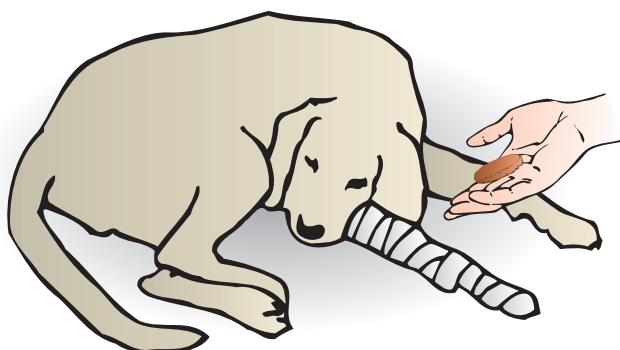
A) Zarządzanie zasobami pożywienia

2/ Zrozumienie socjalnej wartości pożywienia

Pierwsza wizyta u lekarza weterynarii stanowi doskonałą okazję do rozmowy z właścicielem o właściwym sposobie żywienia ich zwierzęcia. Bardzo ważne jest, aby zapoznać właściciela z zapotrzebowaniem żywieniowym szczenięcia a także wyjaśnić „społeczną” wartość posiłków u zwierząt z gatunku psowatych i uczulić go na konieczność konsekwentnego postępowania w aspekcie żywienia psa. Ustalenie jasnych rytuałów związanych z karmieniem pomoże dostarczyć szczenięciu wyrazistych i logicznych dla niego sygnałów i jednocześnie zwiększyć poczucie bezpieczeństwa i samokontroli.

W grupach społecznych organizacja zarządzania dobrami wynika ze zjawiska selekcji, która wylania najbardziej odpowiednie do tego osobniki.

Wyżej usytuowani członkowie grupy mają preferencyjny dostęp do dóbr, takich jak pożywienie, co prowadzi do ustalenia przywilejów w postaci pierwszeństwa w obrębie grupy. Proces rytualizacji ustala zasady socjalne (najprawdopodobniej na drodze motywacji) i w przeciągu czasu, przynajmniej częściowo, determinuje charakterystykę danej grupy (zarówno pod względem genetycznym, jak i stopnia rozwoju). Zasady, jakie występują przy słabej dostępności do dóbr, obowiązują także, kiedy dostęp do dóbr jest nieograniczony i kiedy zasady te są praktycznie nie potrzebne (Lorenz, 1978). Rytualizacja przekształca niezbędne sekwencje zachowania w formę symbolicznych komunikatów (Heymer, 1977).



W przypadku, gdy zwierzę jest chore konieczne może okazać się karmienie z ręki, ale ważne jest aby powrócić do normalnego sposobu żywienia zaraz po powrocie zwierzęcia do zdrowia

W kontekście zarządzania pożywieniem, zasady, które faworyzują najbardziej dostosowane osobniki, stają się jednocześnie oznaką przywództwa. Jedzenie przed innymi, dostęp do najbardziej wartościowych części pożywienia, kontrolowanie innych osobników czy odganianie ich od pożywienia to przywileje osobników najwyższej postawionych w hierarchii a także elementy zdobywania przewodnictwa w stadzie. Należy jednak pamiętać, że hierarchia stanowi zjawisko dynamiczne i zawsze panuje tu pewien stopień elastyczności. Na przykład, jeśli niżej usytuowany członek grupy ma wyższe zapotrzebowanie pokarmowe w danym czasie, istnieje możliwość, aby osobnik taki uzyskał dostęp do pożywienia przed osobnikami zajmującymi wyższe miejsce w hierarchii, co jednak nie zmienia ich pozycji w grupie społecznej.

B) Żywnienie w okresie choroby

W przypadku, gdy zwierzę jest chore, ma także słabszy apetyt i naturalnym zachowaniem właściciela jest poszukiwanie sposobu zachęcenia zwierzęcia do jedzenia. Jednym z takich sposobów jest karmienie z ręki. Takie postępowanie może być konieczne na początku choroby, gdy zwierzę jest bardzo słabe, czemu towarzyszy spadek apetytu. Bardzo ważne jest, aby jak tylko jest to możliwe powrócić do poprzedniej metody karmienia. Jest to szczególnie ważne zwłaszcza w przypadku młodych szczeniąt, chorujących w początkowym okresie rozwoju behawioralnego. Karmienie z ręki w tym okresie może spowodować wytworzenie rytuału żywieniowego, który może zaburzać wzajemne stosunki pomiędzy psem a właścicielem i sprzyjać powstawaniu problemów w relacjach społecznych w późniejszym okresie życia.

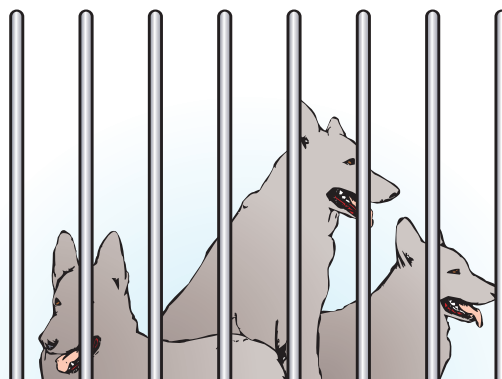
Podstawowe zasady podczas karmienia psa:

- Właściciel powinien ustalić stałe pory karmienia i stałe ilości karmy.
- Miska psa powinna być zabrana po ściśle określonym czasie (np. po kilku minutach).
- Pies podczas jedzenia powinien być sam- właściciel nie powinien mu się przyglądać podczas posiłku.
- Jeśli pies nie skończył jedzenia w wyznaczonym czasie, należy go przywołać do innego pomieszczenia i dopiero wówczas zabrać miskę.
- Właściciel powinien unikać zachęcania psa do jedzenia (wyjątek stanowią poważne choroby, którym towarzyszy utrata apetytu).

3/ Znaczenie stosowania karmy, jako smakołyku lub jako nagrody

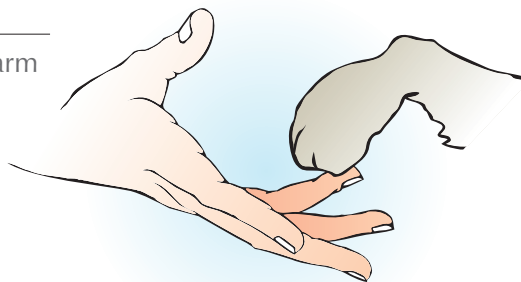
W przypadku ludzi, zwłaszcza w kulturach zachodnich, pożywienie ma dużą wartość społeczną i stanowi sposób okazywania uczuć. Dzielenie się pożywieniem odbierane jest, jako oznaka akceptacji i przyjaźni i może być interpretowane, jako wyraz równości społecznej (Muller, 1998).

Pożywienie często postrzegane jest przez człowieka, jako najprostsza droga do zainicjowania kontaktu ze zwierzęciem



NIE DOKARMIĄĆ ZWIERZĄT!

Lepiej jest wykorzystać pokarm jako nagrodę, a nie jako „podarunek”. Na smakołyk pies powinien zawsze zapracować, aby uniknąć błędnych komunikatów!



A) Karma, jako „podarunek”

Kiedy ludzie podają swojemu psu pokarm w postaci „podarunku”, robią tak, ponieważ chcą traktować zwierzę, jako członka rodziny. Należy jednak pamiętać, że dawanie „prezentów” może być interpretowane w różny sposób i może być postrzegane, jako okazywanie kontroli nad obdarowywanym. Kiedy ludzie odwiedzają zoo, często dokarmiają zwierzęta, mimo obecności wielu napisów informujących, że jest to zabronione. W tej sytuacji pokarm używany jest jako sposób komunikacji ze zwierzętami i nawiązania kontaktu z nimi. Niektórzy autorzy interpretują to, jako oznakę kontroli, a nie dzielenia się, ponieważ obdarowywany przyjmuje rolę dłużnika, dlatego sugerowano, że może to wyjaśniać znaczenie podarków w postaci karmy w stosunkach pies-właściciel.

Inny sposób, w jaki karma może być wykorzystana przez właścicieli to sposób przeproszenia zwierzęcia i przyznawania się do winy. Właściciele, którzy czują się winni za to w jaki sposób ich styl życia wpływa na ich ulubieńca, np. wychodzenie do pracy na cały dzień, mogą oferować różne smakołyki, jako wyrównanie krzywd. Smakołyki te, pies otrzymuje bezinteresownie, bez konieczności wykonania jakiegokolwiek zadania, by je zdobyć. Nie są używane jako nagroda, ale raczej „podarunek”, co dla psa stanowi bardzo niejasny komunikat. W rezultacie wzrasta niepewność psa, ponieważ brak jest przywódcy w grupie społecznej, a środowisko wydaje się bardziej nieprzewidywalne i mniej konsekwentne. W efekcie, u psa może dojść do rozwoju całego szeregu zaburzeń behawioralnych takich, jak zwracanie na siebie uwagi, ponieważ próbuje on ustalić logiczny sposób komunikacji ze swoim właścicielem.

B) Pokarm, jako nagroda

Karma jest często wykorzystywana w tresurze psów i terapii behawioralnej. Służy po pierwsze i przede wszystkim, jako wzmocnienie (nagroda) w uzależnieniu instrumentalnym. Jeśli nagroda jest podawana natychmiast (najlepiej w ciągu pół sekundy) po wykonaniu określonego zadania, prawdopodobieństwo powtórzenia tego rodzaju zachowania w przyszłości wzrasta. Czas podania nagrody jest często problemem dla właścicieli i dla ułatwienia stosuje się proces wtórnego wzmocnienia. Polega to na połączeniu sygnału werbalnego („dobry pies” lub „tak”) lub słyszalnego (klikanie - patrz strona 27 lub gwizdanie)

Właściciele często czują się winni, kiedy zostawiają swoje psy i wykorzystują jedzenie, żeby ukoić swoje poczucie winy



z podaniem nagrody, ale z zapewnieniem, że sygnał ten zawsze poprzedza pojawienie się pokarmu. Wtórne wzmocnienie może być stosowane w celu identyfikacji odpowiednich zachowań, po których podajemy nagrodę w postaci pokarmu.

Pożywienie nie jest jedynym pierwotnym wzmocnieniem. Dla niektórych psów interakcja społeczna w postaci pochwały, głaskania czy zabawy może być równie, jeśli nie bardziej, atrakcyjna. Dla tych psów, które wolą nagrodę w postaci jedzenia pomocne może być stopniowe zastępowanie innymi nagrodami np. w postaci kontaktów społecznych z właścicielem, co zmniejszy zależność od pojawienia się karmy, ale także pomoże zacieśnić stosunki pies-właściciel.

Kiedy podajemy smakołyki, jako nagrodę w procesie podporządkowywania, ważne jest by nie mieszać pojęcia nagrody z „przekupstwem”. W celu wzmocnienia pewnych zachowań, powinny one pojawiać się bezpośrednio przed lub w tym samym czasie, co nagroda lub zapowiedź nagrody (na przykład klikanie). Jeśli pies widzi, że właściciel sięga po smakołyk przed wydaniem komendy lub przed wykonaniem zadania, nagroda nie spełnia roli wzmocniacza. Oczywiście pies nauczy się wykonywać zadanie w celu uzyskania nagrody, ale prawdopodobieństwo powtórzenia tego działania w przyszłości nie wzrasta, chyba że właściciel będzie trzymał nagrodę w dłoni! Pokarm działa raczej, jako „zwiastun” wykonywanego działania, a nie wzmocnienie. Z tej przyczyny właściciele często narzekają, że pies nie reaguje na komendy, chyba że trzymają w ręce smakołyk. Dopiero wtedy pies wykonuje wszystkie zadania, które zna, nawet bez wydawania żadnej komendy!

4/ Wykorzystanie pożywienia w procesie nauczania

Jednym ze sposobów wykorzystania pokarmu, jako nagrody w celu wykonania określonego zadania jest „pokusa”. Dobrym przykładem jest nauka komendy „siad”. Właściciel trzyma smakołyk w palcach przed nosem psa, następnie porusza ręką do góry i do tyłu tak, by pies odchylił głowę do tyłu. Ta pozycja głowy i szyi powoduje, że pies spontanicznie kładzie zad na podłódze, a po wykonaniu pozycji „siad” smakołyk jest opuszczany, a właściwe zachowanie

nagrodzone.

W celu zwiększenia motywacji psa do wykonania nowego zadania, ważne jest, by wiedzieć, że nie wszystkie smakołyki są traktowane „jednakowo” i należy dostosować ich wartość do wykonywanego zadania. Do stosunkowo łatwych zadań lub takich, które wykonywane są w środowisku nie będącym pokusą (np. nie powodującym rozproszenia uwagi), wystarczającą nagrodą może być kęs normalnej karmy, a do bardziej wymagających zadań lub wykonywanych w szczególnie trudnych warunkach konieczne może być podanie np. kawałka świeżego mięsa! Podczas treningu należy stopniowo przechodzić od nagradzania psa po każdym prawidłowo wykonanym zadaniu do podawania nagrody nieco rzadziej. Taki „przerwany” schemat nagradzania zwiększa motywację psa i powoduje, że określone zachowanie będzie lepiej utrwalone i nie zaniknie.

A) Wykorzystanie pożywienia w terapii behawioralnej

Pożywienie może wpływać na nastrój psa wywołując stan rozluźnienia, a w sytuacjach, które powodują lęk może skutecznie odwrócić uwagę psa od źródła zagrożenia. W takiej sytuacji należy nagrodzić psa zaraz, jak zwróci swoją uwagę na właściciela. Wykorzystanie smakołyków w sytuacjach budzących lęk i strach musi być dokładnie kontrolowane. Należy unikać nie zamierzonego kojarzenia pojawienia się nagrody w postaci pokarmu i negatywnego stanu emocjonalnego. Na przykład, nie należy prosić obcej osoby o podanie smakołyku lęklivemu psu, ale można tak nauczyć psa siadać i patrzeć na właściciela zamiast patrzeć i szczekać na obcą osobę i nagrodzić to właśnie zachowanie podaniem smakołyku przez właściciela.

Należy także zdawać sobie sprawę, że lęk może tłumić apetyt, dlatego bardzo wystraszone zwierzę nie będzie zainteresowane nawet najsmaczniejszym kąskiem. Można wykorzystać to zjawisko do oceny stanu emocjonalnego, a reakcja na pożywienie może stać się „termometrem emocjonalnym”, który będzie skuteczny podczas oceny postępów terapii behawioralnej.



Wygrana czasami zachęca do dalszej gry!

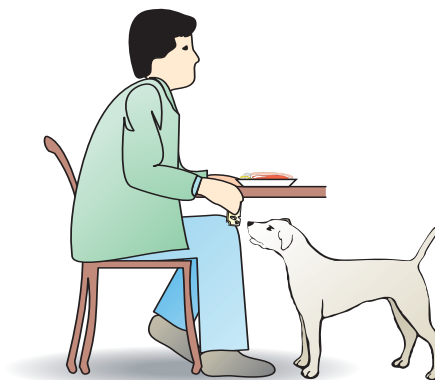
W celu zachęcania do wykonywania zadań powinno się stale nagradzać, a w celu ich zapamiętania na dłużej, nagrody należy podawać z przerwami.

Nagradzanie pokarmem może być skutecznym narzędziem w uzyskiwaniu pozytywnych skojarzeń podczas rozwiązywania problemów behawioralnych. Przykładem może być wykorzystanie pożywienia podczas przyzwyczajania psa do obroży czy kagańca. Kojarząc te elementy z podaniem nagrody, można zmienić sposób percepcji psa i zmniejszyć jego niechęć do noszenia obroży czy kagańca. Podobnie, jeśli pies boi się podróżowania samochodem, dzięki podawaniu mu wewnątrz auta normalnych posiłków, łatwiej będzie wytworzyć u niego pozytywne reakcje emocjonalne. Do tego problemu należy jednak podejść stopniowo, początkowo stawiając miskę w pobliżu samochodu, a dopiero później zacząć wstawiać ją do środka przy szeroko otwartych drzwiach. Jeśli pies przyzwyczaił się już do takiej sytuacji, można zacząć karmić psa w zaparkowanym samochodzie, ale przy włączonym silniku!

B) Unikanie nieodpowiedniego wykorzystania jedzenia

W wielu przypadkach zaburzenia behawioralne są wynikiem niezamierzonego, pozytywnego wzmocnienia przez właścicieli. Na przykład, kiedy pies żebrze przy stole, właściciele często akceptują takie zachowanie i stale je nagradzają. Jednak po pewnym czasie mogą uznać, że takie zachowanie staje się uciążliwe i decydują się nie ulegać dalej prośbom psa. Pies jeszcze bardziej nalega i często właściciel waha się pomiędzy momentami słabości, kiedy podaje jedzenie, a okresami gwałtownej odmowy i braku reakcji na zachowanie psa. W ten sposób właściciele przechodzą od schematu wzmocnienia, gdzie każdy epizod żebrania jest nagradzany smakołykiem, do przerywanego schematu, gdzie pies nigdy nie jest pewien czy dostanie smakołyk czy nie. Zgodnie z zasadami teorii uczenia się, taka zmiana w schemacie wzmocniania powoduje utrzymanie zachowania i właściciel staje przed problemem ciągłego żebrania, mimo prób odbierania nagrody.

Kiedy pies prosi o jedzenie, właściciele często są niekonsekwentni w swojej reakcji, a przerywane podawanie smakołyku wzmacnia zachowanie w postaci żebrania.



Używając smakołyków, jako nagrody należy pamiętać, że:

- smakołyk ma być nagrodą a nie łapówką;
- smakołyki powinny być „wartościowane”, tzn. najlepsze smakołyki należy podawać po wykonaniu najtrudniejszych zadań a proste zadania można nagradzać zwykłą karmą;
- po opanowaniu nowego zadania należy jak najszybciej przejść na „przerywany” system nagradzania tak, aby pies nigdy nie wiedział, kiedy znowu dostanie smakołyk;
- dzienne dawki karmy powinny uwzględniać smakołyki, które pies otrzymuje!

3. Aspekty behawioralne zapobiegania otyłości u psów

> Streszczenie

Zapobieganie otyłości jest ważne na wszystkich etapach życia i wymaga postępowania wieloczynnikowego, w tym:

- Stabilizacji emocjonalnej
- Dostarczania pożywienia dostosowanego do każdego etapu życia
- Zrozumienia roli pożywienia w ułatwianiu socjalizacji psów i ludzi
- Dostosowania podaży i wydatkowania energii.

Wstęp

Próby redukcji masy ciała bywają często zniechęcające. Dlatego zawsze lepiej jest myśleć o zapobieganiu otyłości i przedstawić właścicielowi porady dotyczące metod utrzymania optymalnej masy ciała u zwierzęcia.

1/ Początek procesu zapobiegania nadwadze w wieku szczenięcym

A) Stabilizacja emocjonalna

W okresie szczenięcym ważne jest, aby ustalić prawidłowe nawyki żywieniowe. Należy pamiętać o społecznej wartości, jaką odgrywa pożywienie, co pozwoli uniknąć potencjalnych zaburzeń we wzajemnych relacjach pomiędzy psem a właścicielem. Trzeba także pamiętać, że emocje mają silny wpływ na apetyt i dlatego rozwój behawioralny szceniąt jest nierozdzielnie związany z ich zdrowiem fizycznym i dobrostanem. Praktyki hodowlane, które powodują stabi-

zację emocjonalną mogą być pomocne w zmniejszeniu odczuwania lęku i niepokoju. To z kolei może niekorzystnie wpływać na kontrolowanie apetytu i prowadzić do zaburzeń w pobieraniu pokarmu na tle behawioralnym.

Najlepiej, żeby szczenięta spędzały pierwszych kilka tygodni życia w środowisku stymulującym zarówno fizycznie, jak i społecznie, które sprzyja powstawaniu licznych bodźców stymulujących zapewniających łagodne przejście od zasad obowiązujących w hodowli do zasad panujących w nowym domu.

We wczesnych tygodniach życia należy zapewnić szczenięciu kontakt z wieloma nowymi bodźcami w celu wywoływania odpowiednich reakcji emocjonalnych. W przeciwnym razie może dojść do braku stabilności emocjonalnej i potencjalnych zaburzeń w kontrolowaniu apetytu.



© Royal Canin

B) Odsadzenie

Jednym z pierwszych ważnych wydarzeń związanych z żywieniem jest proces odsadzania, który jest bardzo

istotny nie tylko ze względu na przejście z pokarmów płynnych na stałe, ale także z powodu ustalania kontroli nad reakcjami emocjonalnymi. Jeśli suka sama odpowiedzialna jest za odsadzenie swoich szczeniąt, instynktownie wypełnia wszystkie konieczne stadia tego procesu, ale w przypadku hodowli domowych bardzo ważne jest, aby hodowca zrozumiał jak ważny jest to okres w życiu szczeniąt. Podczas pierwszych dni życia szczenię otrzymuje pokarm od matki „na żądanie”, dlatego oczekiwanie na nagrodę jest normalne. Takie wysokie wymagania nie są spełniane w dorosłym życiu, dlatego w trakcie odsadzania szczenię musi się nauczyć, że spodziewana nagroda nie zawsze nadejdzie. Powinno się także nauczyć, jak radzić sobie z taką sytuacją, aby móc opanować uczucie frustracji także przy innych okazjach. W przeciwnym razie istnieje zagrożenie, że szczenię może stać się nadmiernie wymagające, co może także objawiać się problemami z jedzeniem. Bardzo wymagające szczenię często bywa błędnie rozumiane przez właścicieli, którzy sądząc, że jest głodne zareagują na tę niestosowną frustrację oferując pożywienie. Nieświadomie zachęca tym samym do powtarzania tego zachowania, którego próbowali uniknąć.

Przeciwnie, szczenięta, które w niewielkim stopniu oczekują nagrody będą często zachęcane i zmuszane do jedzenia przez właścicieli oferujących smaczkowite kąski, a w sytuacjach, gdzie niewielkie oczekiwania mają podłoże lęku czy niepokoju, zastosowanie karmy może nieświadomie pogorszyć sytuację i wzmacniać negatywne stany emocjonalne. Apetyt jest często postrzegany, jako zewnętrzna manifestacja zdrowia fizycznego, dlatego jeśli szczenię ma słaby apetyt, ale wykazuje dobry stan zdrowia, właściciele winią raczej karmę, a nie stan emocjonalny szczenięcia. Może to doprowadzić do podawania coraz smaczniejszych, wysokokalorycznych pokarmów, które powodują zaburzenia pomiędzy podażą energii a jej wydatkowaniem, co w efekcie zwiększa ryzyko rozwoju nadwagi. Brak wiedzy dotyczącej wymaganych dawek karmy w zależności od wieku i wielkości psa często jest przyczyną przekarmiania psa. Podobnie, nie uwzględnienie koncentracji składników pokarmowych oraz energii w suchych karmach powoduje błędne przekonanie, że pies je zbyt mało, co w przypadku psów ras małych potencjalnie mogłoby doprowadzić do wychudzenia, a u psów ras dużych do poważnych zaburzeń w procesie wzrostu.

Odsadzanie jest bardzo ważnym procesem behawioralnym i żywieniowym, dlatego hodowcy muszą upewnić się, że przebiega prawidłowo. Szczenięta muszą przejść od schematu ciągłego nagradzania w postaci ssania, do przerywanego schematu nagradzania w postaci zabiegania o pokarm w dorosłym życiu.

Negatywne stany emocjonalne będą tłumiły apetyt i powinny być brane pod uwagę w rozpoznaniu różnicowym przypadków zmiennego apetytu u młodych szczeniąt.

Właściciele powinni przestrzegać zaleceń producenta karmy, pamiętając jednak, że każdy pies jest inny.

Wykorzystanie karmy, w celu zmiany nieodpowiedniego zachowania może nieświadomie prowadzić do przekarmiania i otyłości.



1/ pies szczeka



2/ właściciel podaje mu smakołyk, żeby przestał



3/ pies szczeka, by dostać kolejny smakołyk

2/ Zapobieganie otyłości u dorosłych psów

A) Rola karmy w kontrolowaniu reakcji behawioralnych i emocjonalnych

U dorosłych psów jednym z głównych czynników prowadzących do rozwoju otyłości jest nieodpowiednie wykorzystanie karmy w celu kontroli reakcji behawioralnych i emocjonalnych. Powinno się zachęcać właściciela do wykorzystywania karmy, jako pozytywnego wzmacniacza właściwych zachowań. Niestety w sytuacjach, gdzie psy rozwinęły zachowania antyspołeczne lub nadmiernie zwracają na siebie uwagę, właściciele często próbują rozwiązywać takie problemy wykorzystując jedzenie. Na przykład pies, który szczeka kiedy właściciel rozmawia przez telefon może dostać nagrodę w postaci „kostki” do gryzienia, a psy, które zachowują się agresywnie, kiedy dzwonią gościom mogą być zamykane w innym pomieszczeniu lub klatce ze specjalnym pojemnikiem odmierzającym jedzenie dla odwrócenia ich uwagi. Zasada podawania zabawek przeznaczonych do jedzenia może mieć sens, ale wykorzystanie jej podczas nieprawidłowego zachowania prowadzi do utrwalenia niepożądanego zachowania w oczekiwaniu na smakołyk i stwarza zagrożenie przekarmienia. Pojemniki odmierzające jedzenie mogą się sprawdzać, ale należy je zawsze napełniać porcją pochodzącą z dziennej dawki pokarmowej psa. We wczesnych stadiach nauki, kiedy wykorzystanie karmy może znacznie ułatwić pro-

ces uczenia się, korzystne jest podanie nawet do 50 % dziennej dawki pokarmowej w postaci nagród.

Zastosowanie karmy, jako środka modyfikującego nieodpowiednie zachowanie może nieświadomie prowadzić do przekarmienia i otyłości.

B) Pokarm, jako czynnik ułatwiający kontakty socjalne

Jednym z problemów związanych z zapobieganiem otyłości jest fakt, iż pokarm stanowi czynnik ułatwiający kontakty społeczne, zarówno między ludźmi, jak i psami, dlatego właściciele często mają tendencję do wykorzystywania karmy w celu zacieśnienia więzów ze swoim psem. Tak wywołane interakcje mogą w krótkim czasie zostać utrwalone w postaci repertuaru zachowań zarówno ze strony właściciela, jak i psa i niezwykle trudno będzie je wyeliminować, gdy dojdzie już do otyłości. Dlatego należy uczyć właścicieli, by wykorzystywali karmę jako specyficzny wzmacniacz właściwego zachowania i powiązali jej zastosowanie z nauką podstawowych zasad, które zapewnią psu przewidywalne schematy interakcji z człowiekiem. Skojarzenie pokarmu z zupełnie innym „wzmacniaczem” takim, jak np. kliker, może pomóc w zmniejszeniu odbierania wpływu właściciela na pewne zachowania oraz wzmocnić stopień pewności zwierzęcia, dostarczając pewnych i pozytyw-

Zastosowanie klikera pomaga właścicielom w wykorzystaniu karmy, jako nagrody, a nie jako łapówki



nych, przewidywalnych bodźców w środowisku domowym. Takie postępowanie służy zwalczaniu zaburzeń emocjonalnych takich, jak lęk i niepokój, które są potęgowane przez niekonsekwentne postępowanie właściciela i może wpływać na poziom kontrolowania apetytu danego osobnika.

Karma może być skutecznym narzędziem wzmacniającym właściwe zachowanie, ale właściciele muszą się wystrzegać wykorzystania jej, jako ułatwienia w kontaktach społecznych

C) Aktywność fizyczna, jako narzędzie zapobiegawcze

Częścią skutecznego programu zapobiegania otyłości, jest dostosowanie poboru energii do poziomu jej wydatkowania. Dlatego ważny jest także dobór odpowiedniego programu ćwiczeń. Poza ćwiczeniami fizycznymi, w postaci dłuższych spacerów, należy także dawać psu sposobność do ćwiczeń umysłowych w postaci zabaw czy poleceń do wykonania. Właściciele psów sterylizowanych powinni być poinformowani o zmianie w zapotrzebowaniu na energię, która związana jest z usunięciem narządów rozrodczych, do co wymaga odpowiedniego modyfikowania dziennej dawki karmy.

Dzienna dawka pokarmowa powinna być dostosowana do poziomu energii wydatkowanej.

3/ Kontrola wagi u pacjentów geriatrycznych

U psów w podeszłym wieku, zapobieganie otyłości pozostaje bardzo ważnym zadaniem. Nadwaga wpływa niekorzystnie na pracę serca i może być czynnikiem wnikającym w wielu chorobach ortopedycznych związanych z wiekiem, np. arthritis. Poza zmianami w diecie polegającymi na uwzględnieniu specyficznych potrzeb żywieniowych psów w podeszłym wieku, należy także dostosować dzienny pobór karmy do zmian w wydatkowaniu energii, co wymaga zdecydowanego postępowania i regularnych kontroli. Powszechnym zjawiskiem w procesie starzenia jest zmiana interakcji społecznych. Wykorzystanie u takich psów pokarmu w celu zachęcania ich do zabawy i ruchu może okazać się korzystne. Należy jednak uprzedzić właścicieli o ryzyku przekarmiania, czego można uniknąć wykorzystując do tego celu część z wyznaczonej dziennej dawki pokarmowej.

4. Terapia otyłości

> Streszczenie

Terapia otyłości jest terapią złożoną i wymaga uwzględnienia wielu czynników. Oczywiście ważne jest dostarczenie odpowiedniej, dobrze zbilansowanej karmy, ale jest to tylko jeden z aspektów skutecznego programu redukcji masy ciała. Konieczne mogą być zmiany stylu życia zarówno psa, jak i właściciela, a także zmiany środowiska oraz interakcji społecznych.

Aby terapia odchudzająca była skuteczna należy odpowiednio zmotywować właścicieli, z którymi lekarze weterynarii muszą bardzo ściśle współpracować, aby zachęcić ich do przestrzegania ustalonych zasad. W przypadkach, w których można zidentyfikować problem medyczny lub zaburzenia w zachowaniu, należy wprowadzić odpowiednie leczenie zalecone przez lekarza weterynarii lub behawiorystę weterynaryjnego.

Wstęp

Istnieje wiele aspektów leczenia otyłości, w tym:

- a) Rozpoznanie potencjalnych przyczyn medycznych otyłości i leczenie wszelkich istniejących problemów zdrowotnych.
- b) Rozpoznanie czynników behawioralnych, włączając specyficzne zaburzenia i problemy oraz odpowiednie leczenie.
- c) Rozpoznanie czynników środowiskowych, włączając relacje pomiędzy właścicielem i psem oraz w razie potrzeby wprowadzenia terapii behawioralnej.
- d) Wprowadzenie odpowiedniej diety i ustalenie realnej wagi docelowej.
- e) Ustalenie poziomu wydatkowanej energii i dostosowanie jej do wyznaczonego celu.
- f) Zastosowanie środków, które mają zapobiegać nawrotom.

Behawioralne przyczyny polifagii



1/ Postępowanie behawioralne

Ważne jest, aby lekarz weterynarii zadał właścicielowi pytania dotyczące ilości bodźców psychicznych docierających do psa oraz pytania dotyczące poziomu aktywności fizycznej psa. Poniżej znajduje się kilka przykładowych pytań:

1. Jak często zabiera Pan/Pani swojego psa na dłuższy spacer?
2. Czy Pana/Pani pies ma możliwość spotkania się i zabawy z innymi psami?
3. Czy spaceruje Pan/Pan z psem zawsze tą samą drogą, w tej samej okolicy?
4. Jak często bawi się Pan/Pani ze swoim psem i jak wygląda ta zabawa?
5. Jaka jest ulubiona zabawa Pani/Pana psa?

A) Zmiana zachowania właściciela

Bardzo ważna jest zmiana pewnych nawyków właściciela, a jednym z pierwszych kroków będzie zachęcenie go do zaprzestania podawania jedzenia psu o różnych porach w ciągu dnia. Właściciele nie zawsze zdają sobie sprawę ile kalorii pies przyjmuje w ciągu dnia w postaci smakołyków i nagród. W ludzkim rozumieniu jedzenie jest często wykorzystywane jako demonstracja uczuć, co powoduje, że właściciele mogą nie znać innego sposobu okazywania zainteresowania swojemu psu. Jeśli właściciel chce wzmocnić swoje relacje z psem, należy go zachęcić do wykorzystania zabaw, spacerów czy okazywania większej uwagi psu. Jednocześnie właściciel musi pamiętać, że na takie nagrody pies powinien zasłużyć swoim zachowaniem. Oferowanie smakołyków bez uzasadnienia będzie prowadziło do nieporozumień i zmniejszy kontrolę właściciela nad ważnym dobrem, jakim jest pożywienie. Takie zamieszanie może ostatecznie prowadzić do niepokoju psa a brak kontroli nad dobrami zamiast ustalenia dominacji i posłuszeństwa wywołuje u psa poczucie zagrożenia i inne zaburzenia behawioralne takie, jak nachalne domaganie się o nagrody.

Aby uświadomić właścicielowi, ile jego pies przyjmuje pożywienia w postaci smakołyków i nagród, pomocne może okazać się zastosowanie „pojemnika na smakołyki”. Za każdym razem, gdy właściciel podaje psu coś do jedzenia, powinien jednocześnie wrzucić taką samą ilość do przygotowanego pojemnika. Pod koniec dnia pojemnik na smakołyki będzie zawierał to wszystko, co pies je poza wyznaczoną dzienną dawką swojej karmy. Wielu właścicieli z pewnością zaskoczy ten widok!

Jeśli jedzenie jest wykorzystywane przez właściciela jako nagroda, należy wyjaśnić, w jaki sposób schemat sporadycznego nagradzania może wzmocnić motywację psa, redukując ryzyko przekarmienia (Appleby, 1997a). Schemat przerywanego nagradzania polega na tej samej zasadzie, co „jednoręki bandyta”. Zamiast dostawać pieniądze z maszyny za każdym razem, nagroda jest co piętnaście lub dwadzieścia pociągnięć za dźwignię „bandyty”. Podobnie pies powinien dostawać nagrodę raz na pięć czy dziesięć prawidłowo wykonanych zadań. Za każdym razem, kiedy pies otrzymuje nagrodę, oczekuje, że następnym razem też ją dostanie, dlatego wciąż chętnie powtarza zadanie, podobnie jak osoba grająca wciąż pociąga za dźwignię „jednorękiego bandyty”!

Wskazówka: Dobrze jest, żeby właściciel zdawał sobie sprawę ile pożywienia podaje psu każdego dnia. Za każdym razem kiedy właściciel podaje psu coś do jedzenia, powinien umieścić taką samą ilość w oddzielnym pojemniku i sprawdzić ją na koniec dnia



B) Zmiana zachowania psa

Psy często „proszą” o jedzenie, a właścicielowi jest bardzo trudno oprzeć się takim prośbom. Na przykład:

„Reks siedzi przed swoim właścicielem i patrzy na niego; kładzie łapę na kolanie swojego pana. Właściciel reaguje na taką grzeczną „prośbę” dając psu kawałek sera. Jeśli właściciel nie zareaguje, pies staje się bardziej natarczywy w swoich „prośbach” i nie poddaje się. Dla świętego spokoju właściciel da w końcu psu to, o co prosił”.

W takiej sytuacji mamy do czynienia z dwoma pułapkami.

Po pierwsze, należy przeanalizować zachowanie psa i ustalić czy rzeczywiście prosił o jedzenie. Położenie łapy na kolanie właściciela mogło być prośbą o zabawę czy chęcią zwrócenia uwagi, co zostało błędnie zinterpretowane przez właściciela i spowodowało podanie psu smakołyku. Podanie smakołyku było objawem uwagi ze strony właściciela i nagrodzenia psa za kładzenie łapy. Każde zachowanie psa, które zostało nagrodzone, będzie częściej powtarzane, co oznacza, że pies nadal będzie kładł łapę na kolanie

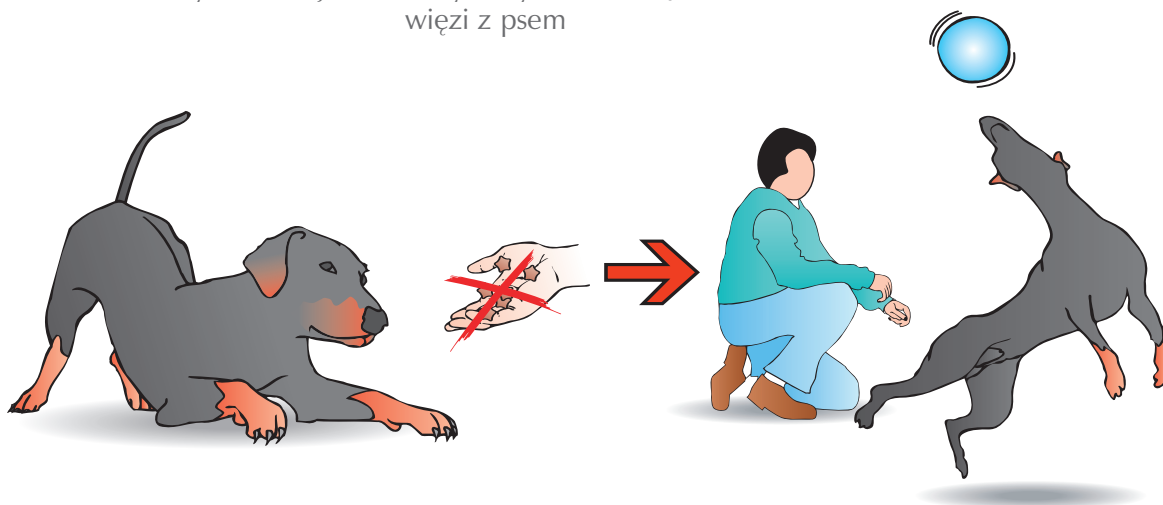
właściciela.

Ponieważ właściciel ciągle będzie błędnie interpretował to zachowanie, będzie to swojego rodzaju błędne koło i nagradzanie zostanie utrwalone. Pies dostaje smakołyk po smakołyku i coraz bardziej prawdopodobne stanie się, że zacznie tyć.

Po drugie, należy zrozumieć w jaki sposób tego rodzaju zachowanie może się utrwalić. Pies uczy się, że gdy stara się zwrócić na siebie uwagę właściciela, zostaje nagrodzony, dlatego rosną oczekiwania psa na reakcje właściciela także w innych sytuacjach. W rezultacie pies staje się coraz bardziej natarczywy i chcąc zwrócić na siebie uwagę zaczyna szczekać, skakać, czy kłaść łapę na kolanie swojego psa, a właściciel starając się powstrzymać takie zachowanie, podaje psu smakołyk.

Kiedy psy mają nadwagę najczęściej zaleca się właścicielom odstawienie smakołyków, ale istnieje ryzyko, że takie postępowanie spowoduje frustrację psa. Dlatego ważne jest, by zapewnić inną metodę kontaktu zwierzęcia z właścicielem. Na przykład, powinno się zachęcać właścicieli do zabawy, aby poprawić wzajemne relacje z psem i do okazywania psu zainteresowania, jeśli pies zaprasza do zabawy.

Jeśli lekarz weterynarii zaleca właścicielowi pozbawienie go określonej formy interakcji z psem, należy ją zastąpić inną. Na przykład, można zachęcać właściciela, by zamiast jedzenia wykorzystał zabawę w celu wzmocnienia więzi z psem



C) Zmiana rytuałów związanych z podawaniem smakołyków

Często zdarza się, że niezamierzone sytuacje prowadzą do powstania pewnych rytuałów związanych z podawaniem smakołyków. Te specyficzne sytuacje czy miejsca zaczynają kojarzyć się psu ze smakołykami (np. powrót właściciela z pracy, oglądanie telewizji, czy siedzenie psa przed szafką ze smakołykami). Po rozpoczęciu terapii odchudzającej pies nadal będzie oczekiwał nagrody w podobnych sytuacjach, a właścicielowi trudno będzie się oprzeć takim przyzwyczajeniom. Warto jest zwrócić uwagę właściciela na samym początku terapii i zaproponować alternatywne metody, które zmniejszą poczucie „straty” zarówno u psa, jak i u właściciela, związane z brakiem podawania i otrzymywania nagrody.

Na przykład:

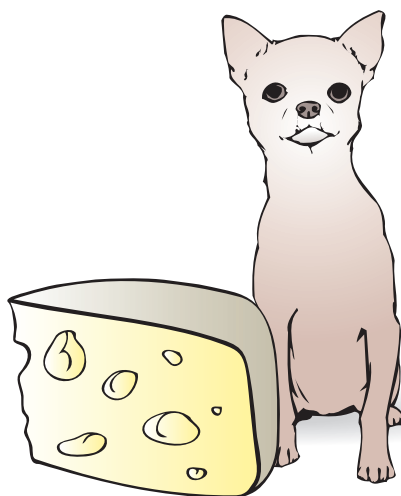
- Po powrocie do domu, właściciel może spędzić jakiś czas głaskając psa lub bawiąc się z nim zamiast podawać smakołyk;
- Kiedy właściciel ogląda telewizor może jednocześnie głaskać psa;
- Kiedy pies siedzi przed szafką ze smakołykami, właściciel może ukryć zabawkę i zachęcić psa do poszukiwania schowanej zabawki.

Po pewnym czasie tak zmieniona sytuacja będzie kojarzyć się z czymś przyjemnym. Nie będzie to w prawdziwie smakołyk, ale nadal będzie to nagroda, zarówno dla właściciela, jak i psa.

D) Relacje pomiędzy psem i właścicielem: mit dominacji

Większość problemów we wzajemnych relacjach pomiędzy psem i właścicielem bierze się z poczucia niepewności i frustracji. Psy potrzebują konsekwencji i przewidywalności, bez tego stają się lękliwe i czują się zagrożone. Brak jasnych informacji dotyczących pozycji psa w grupie społecznej może wywołać niepewność, co prowadzi do zachowania, które jest niejako testem wzajemnych relacji pomiędzy psem i właścicielem. Przeciwnie, jeśli pies czuje się pewnie w stosunkach z właścicielem i odbiera jasne sygnały dotyczące przewodnictwa właściciela, może się zrelaksować i prawdopodobnie nie spowoduje problemów behawioralnych w domu (Appleby, 1997b). Niezbędne jest, aby wszyscy członkowie rodziny stosowali jednakowe zasady w postępowaniu z psem. Właściciel nie powinien także wykorzystywać żadnych form konfrontacji w stosunkach z psem.

Większość właścicieli nie zdaje sobie sprawy, jaką wartość kaloryczną mają podawane psu smakołyki



Sytuacje, w których stosowanie smakołyków jest uzasadnione:

- Dla wzmocnienia odpowiedniego zachowania podczas szkolenia lub terapii behawioralnej
- Jako pomoc przy zmianie stanu emocjonalnego psa
- Dla oceny stanu emocjonalnego psa: złyknioty pies nie będzie zainteresowany smakołykiem
- Dla utworzenia nowych zachowań z wykorzystaniem jedzenia jako „przynęty”

2/ Specyficzna terapia problemów behawioralnych prowadzących do otyłości

Niektórym problemom behawioralnym towarzyszą objawy polifagii, co może przyczyniać się do rozwoju otyłości podczas, gdy przy innych występuje brak apetytu (Pageat, 1995). W przypadkach, w których podejrzewa się zaburzenia behawioralne takie, jak depresja czy lęk, należy zwrócić się do behawiorysty weterynaryjnego, który może potwierdzić diagnozę i zalecić odpowiednią terapię behawioralną i farmakologiczną.

W przypadku otyłości należy uwzględnić pewne czynniki behawioralne, w tym:

1. Brak uczucia sytości, jako objaw zaburzeń w relacjach pomiędzy właścicielem i psem.

Jeśli właściciel wykorzystuje jedzenie, jako sposób komunikacji, pies może stać się bardzo uciążliwy w domaganiu się o jedzenie, a nawet agresywny, jeśli jego „prośby” nie zostaną nagrodzone. Dla ułatwienia życia, właściciel często podaje jedzenie za każdym razem, gdy pies o nie poprosi, co stwarza ryzyko rozwoju otyłości w efekcie dodatkowej podaży karmy. W takich przypadkach należy przeanalizować relacje pomiędzy psem i właścicielem i jak najszybciej rozwiązać problemy z wzajemnym porozumiewaniem się. Relacje te można odbudować zabawą, pod warunkiem, iż jest ona w pełni kontrolowana przez właściciela.

2. Brak poczucia sytości w przypadku depresji.

W tych przypadkach okresy polifagii przeplatają się z fazami anoreksji. Pies jest ospały i nie wykazuje ini-

cjatywy. Mogą pojawiać się problemy związane z snem- pies sypia więcej, ale jest to sen przerywany z epizodami bardzo gwałtownych przebudzeń, intensywnym szczekaniem czy pobudzeniem. Depresja może być egzo- lub endogenna (Pageat 1995b). Dlatego powinno się przeprowadzić dokładne badanie kliniczne w poszukiwaniu zaburzeń endokrynnych: zaburzenia behawioralne są często pierwszym objawem chorób takich, jak syndrom Cushing'a i niedoczynność tarczycy.

3. Zmiany apetytu w przypadku lęku.

W przypadku lęku, szczególnie permanentnego, psy mogą zaangażować się w czynności „zastępcze”. Są to spontanicznie wywoływane czynności ruchowe w odpowiedzi na sytuację konfliktową, które zapobiegają pojawieniu się reakcji adaptacyjnych. Nie mają związku czynnościowego z bodźcem wywołującym, ale łagodzą napięcie emocjonalne powodowane przez daną sytuację (Pageat 1995c). Konsumpcja pokarmu może stać się takim zachowaniem zastępczym u psów, które cierpią z powodu permanentnego lęku. Dlatego, psy takie są predysponowane do otyłości. Spożywanie pokarmu działa uspokajająco i powoduje, że pies zaczyna poszukiwać karmy. Jeśli właściciel podaje psu jedzenie bez ograniczeń, bardzo prawdopodobne jest, że zwierzę zacznie przybierać na wadze. Polifagia może być zachowaniem przymusowym, związanym z długotrwałym stresem (Luescher 2002, Casey 2002).

4. Brak poczucia sytości w przypadku nadmiernej aktywności.

W zaburzeniach z nadmierną aktywnością brak odczuwania sytości nie prowadzi do otyłości, ponieważ pies będzie wydatkował mnóstwo energii w postaci wzmożonej aktywności. Należy jednak pamiętać, że takie zaburzenia zachowania muszą być leczone.

3/ Wybór diety i ustalenie realnego celu

Otyłość jest stanem chorobowym; podobnie, jak w przypadku każdej innej choroby, należy więc ustalić odpowiednią terapię. Ograniczenie poziomu energii podczas oraz po zakończeniu terapii dietetycznej jest kluczem do utrzymania i zachowania prawidłowej kondycji organizmu (Diez 2002). Najważniejsze są jasne informacje dotyczące proponowanej diety, metody karmienia oraz ilości posiłków. Należy także ustalić realne cele: docelową masę ciała (idealna waga) oraz czas jej osiągnięcia.

A) Dieta. Jakie są zalecane dawki oraz ile podawać posiłków?

Wybierając dietę, która ma być przeznaczona do terapii odchudzającej należy pamiętać, iż powinna się ona charakteryzować obniżoną zawartością energii, powinna stymulować poczucie sytości oraz być prawidłowo zbilansowana pod względem niezbędnych składników pokarmowych. Lepiej jest, aby utrata masy ciała następowała stopniowo i równomiernie w przeciągu określonego czasu niż wprowadzać bardzo restrykcyjną dietę, której celem jest szybka utrata wagi. W takiej sytuacji wzrasta bowiem ryzyko nawrotu (efekt jo-jo) oraz ryzyko wystąpienia oporności na diety odchudzające w przyszłości.

Personel lecznicy odgrywa istotną rolę w motywacji właściciela oraz w informowaniu go o nowych zaleceniach żywieniowych.

W celu zmniejszenia koncentracji energii niezbędna jest dieta niskotłuszczowa. W pierwszej fazie należy obliczyć indywidualne zapotrzebowanie psa na energię. Dzieląc zapotrzebowanie na kalorie wynosi pomiędzy 50 a 85 kcal/kg w odniesieniu do masy ciała. Takie różnice można wyjaśnić stopniem nadwagi, długością stosowania diety oraz płcią (dane własne - Diez). Dowiedzono, iż w przypadku samic konieczne są ostrzejsze restrykcje (Diez, 2002). Cel, jakim jest pobudzenie odczuwania sytości można osiągnąć stosując dietę o odpowiednim składzie oraz zwracając uwagę na ilość i sposób podawania posiłków. Skład diety przeznaczonej do terapii odchudzającej nadal pozostaje kontrowersyjny. Dieta powinna być dobrze zbilansowana i zawierać odpowiednie ilości witamin i minerałów. Celem jej stosowania jest utrata tkanki tłuszczowej przy zachowaniu masy mięśniowej. Nieodpowiednia dieta może spowodować utratę 10 do 25% masy mięśniowej.

Tradycyjnie zalecane są karmy bogate w włókno, ponieważ włókno powoduje uczucie sytości na drodze wypełnienia żołądka. Jednak ostatnie badania wykazują, że dieta bogata w białko powoduje lepszą ochronę tkanki mięśniowej i w konsekwencji zachowanie beztłuszczowej masy ciała. Badania te muszą być potwierdzone testami przeprowadzonymi na większej ilości psów (Diez 2002). Kiedy wymagana ilość odpowiedniej diety jest prawidłowo wyliczona, właściciele mogą być zaskoczeni, że przekracza ilość karmy, którą pies otrzymywał przed rozpoczęciem diety (Burkholder, 1998). To pomoże w motywacji właścicieli do stosowania zalecanej terapii, ponieważ nie będą się oni martwić, iż ich pies głoduje.



© Pascal Helaine

Aby ułatwić przebieg terapii odchudzającej, najlepiej jest podzielić zaleconą dzienną dawkę karmy na trzy, cztery posiłki. Podawanie karmy bogatej w białko lub włókno w taki właśnie sposób pozwala na uniknięcie gwałtownego spadku poziomu cukru we krwi (co wywołuje uczucie głodu).

Należy uwzględnić wszystkie dodatki, które są podawane i jeśli właściciel nalega na podawanie smakołyków, trzeba je wliczyć w dzienną dawkę pokarmową. Należy też pamiętać o specjalnych dodatkach, które mogą być używane do higieny jamy ustnej (batoniki do zucia), które także stanowią źródło energii!

B) Jaką dietę należy wybrać?

Właściciele mogą wybierać pomiędzy gotową karmą a karmą przygotowywaną w domu. Ponieważ wielu właścicieli wybiera opcję diety „domowej”, pojawiają się problemy dotyczące dokładnych informacji o składzie diety. Poza tym istnieje prawdopodobieństwo, że zawartość kalorii nie będzie dostosowana

do wymogów terapii odchudzającej. Jeśli właściciel nalega na przygotowywanie posiłków domowych, powinien wykorzystywać produkty niskotłuszczowe oraz stosować dodatek włókna. Jednocześnie należy go uprzedzić, iż istnieje ryzyko, że taka dieta będzie mniej skuteczna od komercyjnej diety odchudzającej. Niektórzy właściciele będą pytać czy mogą po prostu podawać mniej dotychczasowo stosowanej karmy, ale karmy bytowe różnią się składem od karm wykorzystywanych do terapii otyłości. Z tych względów zaleca się przejście na komercyjną dietę odchudzającą. Psy stosunkowo łatwo przystosowują się do zmian w ich diecie, ale zaleca się, by zmiana taka odbywała się stopniowo, w przeciągu minimum 3 dni. Początkowo, właściciel może mieszać dotychczasową karmę z nową. Czasami zdarza się, że psy odmawiają jedzenia nowej diety lub jedzą bardzo mało. Należy jednak przekonać właściciela, aby się tym nie zrażał. Jeśli bowiem zbyt szybko się podda i powróci do wcześniejszej diety, pies nie będzie miał „szansy”, aby przekonać się do nowej karmy.

> Pytanie do Vincent'a Biourge



Vincent C. Biourge, DVM, PhD,
Diplomate ACVN and ECVCN
Centrum Badań Royal Canin,
Aimargues, Francja.

Dlaczego diety bogate w białko są bardziej skuteczne w kontrolowaniu masy ciała?

Istnieją cztery przyczyny:

- 1/ Diety bogate w białko pokrywają zapotrzebowanie psów na białko, mimo konieczności dzielenia dawek na porcje, co jest wymagane przy terapii odchudzającej.
- 2/ Diety takie „chronią” beztłuszczową masę ciała podczas terapii odchudzającej. Obserwacje te zostały potwierdzone w badaniach przeprowadzonych przez Marianne Diez na Uniwersytecie w Liege w Belgii (Diez, 2002). W przypadku wykorzystania tradycyjnej diety (o ograniczonej zawartości białka i wysokim poziomie włókna) 30% utraty masy ciała związane jest z utratą białka w porównaniu do 20% w przypadku diety o wysokim poziomie białka.
- 3/ Istnieją dowody, że diety o wysokiej zawartości białka zapewniają poczucie sytości, co potwierdzono w przypadku diet odchudzających dla ludzi (Halton, 2004). W ostatnio przeprowadzonych badaniach przez firmę Royal Canin odnotowano podobną zależność u psów.
- 4/ Diety o wysokiej zawartości białka zawierają mniej kalorii, niż tradycyjne diety stosowane w przypadku otyłości. Wartość energetyczna karmy oceniana jest jako „energia metaboliczna”, ale jedynie „energia netto” jest rzeczywiście wykorzystywana przez organizm i brana pod uwagę w bilansie energetycznym. Białko ma niską energię netto, ponieważ zwierzę musi „zżyć” pewną ilość energii, aby móc wykorzystać energię ze źródła białkowego. Jeden gram białka i jeden gram skrobi mają taką samą energię metaboliczną, ale z jednego grama białka uzyskiwane jest o 30% mniej energii netto.

C) Jak długo trwa terapia odchudzająca?

Zwykle utrata masy ciała wynosi od 0.5 do 2% tygodniowo, dlatego realny cel to 1% tygodniowo (Markwell, 1994). Utrata masy ciała stanowi obiektywne kryterium oceny skuteczności terapii. Znając idealną masę ciała danego osobnika można wyliczyć prawdopodobny czas trwania terapii odchudzającej. To może okazać się pomocne dla właścicieli, którzy znając przybliżony czas trwania terapii odchudzającej będą lepiej zmotywowani. W trakcie trwania diety niezbędne są regularne wizyty kontrolne i stały kontakt z właścicielem. Takie postępowanie stanowi nie tylko okazję dla lekarza do sprzedaży odpowiedniej diety, ale umożliwia także lekarzowi regularne ważenie psa, ocenę przebiegu terapii i sprawdzenie wraz z właścicielem, czy wszystko przebiega zgodnie z planem. Jeśli dzieje się inaczej daje możliwość szybkiej reakcji i wprowadzenia odpowiednich zmian.

4/ Dostosowanie poziomu wydatkowania energii

Zwiększając poziom aktywności fizycznej psa można wpływać na jego metabolizm. Wysilek przyczynia się w ten sposób do utraty masy ciała i jest skutecznym „narzędziem” w terapii otyłości. (Markwell 1994). Aby jednocześnie zminimalizować utratę beztłuszczowej masy ciała, zaleca się 20 minut ćwiczeń dziennie (Diez 2002). Taki poziom aktywności fizycznej przy-

czynia się do utraty masy ciała, a szczególnie tkanki tłuszczowej. Jeśli natomiast pies ma znaczną nadwagę, zbyt duży wysilek fizyczny może mieć poważne konsekwencje zdrowotne, np. zwiększa ryzyko zerwania więzadeł krzyżowych. Intensywność i długość trwania ćwiczeń powinny być dlatego ustalone dla każdego psa indywidualnie i powinny być wprowadzane stopniowo.

Zabawa stanowi doskonałą formę terapii i może przyczynić się do utraty masy ciała nie tylko zwiększając wydatkowanie energii, ale także zastępując smakołyki, jako nagrodę. Poza aktywnością fizyczną, należy psu zapewnić także „wyzwania” intelektualne, które będą go motywowały do jeszcze większego wysiłku. Każdy pies jest wyjątkowy, dlatego ważne jest, aby zapytać właściciela o czynności, które motywują jego psa najbardziej.

5/ Zapobieganie nawrotom

Efekt „jo-jo” towarzyszący terapii odchudzającej jest bardzo dobrze poznany u ludzi. Na sukces terapii odchudzającej składa się także zapobieganie nawrotom otyłości. Po zakończeniu stosowania diety należy stopniowo zwiększać ilość podawanego pożywienia. Lepiej jest pozostać przy niskokalorycznej diecie, a właściciele powinni być zachęceni do dokładnego wyliczania wymaganej dziennej ilości karmy i odważania każdej porcji.

> Terapia: krok po kroku

1. Motywacja właściciela.
2. Ustalenie docelowej masy ciała. Należy być realistą i znaleźć kompromis między wagą idealną a wagą, która może być osiągnięta.
3. Wyliczenie dziennego zapotrzebowania na energię na podstawie idealnej masy ciała oraz wybór odpowiedniej diety. Przedstawienie dokładnych wytycznych dotyczących ilości potrzebnej karmy.
4. Zmiana schematu karmienia na 3 - 4 posiłki dziennie.
5. Jeśli właściciel chce nadal podawać smakołyki można je, albo uwzględnić w wyliczeniach i zmniejszyć odpowiednio dzienną dawkę pokarmową, albo wykorzystać część dziennej dawki pokarmowej, jako nagrodę. Właściciel może także przestać podawać smakołyki i zastąpić je inną formą nagradzania, taką jak zabawa.
6. Wyznaczenie przybliżonego czasu potrzebnego do osiągnięcia idealnej masy ciała. Jest to bardzo ważna informacja dla właściciela.
7. Ustalenie regularnych wizyt kontrolnych w celu sprawdzenia skuteczności diety i dalszej motywacji właściciela lub, jeśli to konieczne, zmiany diety. Początkowo, kontrole powinny odbywać się raz w miesiącu.
8. Jeśli oczekiwane rezultaty nie zostaną osiągnięte, należy ponownie wyznaczyć cel i nadal motywować właściciela. Bardzo trudno może okazać się wprowadzenie zmian niezbędnych do utraty masy ciała. Nigdy natomiast nie powinno się obwiniać właściciela za jakiegokolwiek niepowodzenia.

> Przypadek kliniczny: rola człowieka w leczeniu otyłości psa



© Christine Halsberghe

Jimmy - 7 - letni, nie kastrowany szkocki terier.

Jimmy mieszka ze swoimi właścicielami (obojgiem w wieku 45 lat). Pan jest kierowcą ciężarówek i regularnie wyjeżdża na kilka dni. Pani pracuje na pół etatu. Jimmy waży 11, 20 kg, czyli 2 kg ponad idealną masę ciała. Nie wykazuje żadnych problemów medycznych. Je dwa posiłki dziennie, dostaje suchą karmę i resztki ze stołu właścicieli. Z wywiadu wiadomo, że właściciel także ma pewne problemy z nadwagą i podjada w ciągu dnia. Jimmy wykorzystuje to i zawsze dostaje coś, kiedy prosi o jedzenie. Właścicielka nie wie ile w sumie jedzenia dostaje Jimmy. Podejście obu właścicieli do psa różni się. Na przykład, Pan pozwala Jimmiemu wchodzić na fotel, a Pani tego nie lubi. Pan poddaje się każdej próbie zwrócenia na siebie uwagi psa i kiedy ogląda telewizję, Jimmy jest razem z nim. Pani z kolei lubi chodzić z Jimmy'm na spacer.

W celu poradzenia sobie z problemem nadwagi Jimmy'ego zasugerowano Panu, aby nie podawał tak często smakołyków psu. Ponieważ właścicielowi bardzo trudno było zrezygnować z dokarmiania psa, smakołyki zastąpiono karmą, która była podawana, jako nagroda. Zasugerowano także, aby smakołyków tych właściciel nie podawał z ręki, ale rzucił je tak, aby Jimmy musiał wstać i je odnaleźć. Właściciel miał także ukrywać smakołyki, co zmuszało Jimmy'ego do pewnego wysiłku. Poza zmianą zasad postępowania i traktowania Jimmy'ego, lekarz weterynarii zalecił także komercyjną dietę odchudzającą i uczulił właścicielkę, aby ściśle przestrzegała zaleconych dziennych dawek karmy. Właścicielka zwiększyła także poziom aktywności fizycznej psa, zabierając go częściej na spacer i więcej się z nim bawiąc. Pierwsze badania kontrolne wykonano po około miesiącu - Jimmy do tego czasu schudł o 300g. Właścicielka stosowała się ściśle do wszystkich zaleceń, co znacznie trudniej przychodziło właścicielowi.

5. Motywowanie klienta

> Streszczenie

Stwierdzenie u psa otyłości i zalecenie mu odpowiedniej diety jest stosunkowo proste. Cała trudność polega na tym, aby właściciel zechciał wprowadzić niezbędne zmiany w żywieniu i trybie życia zwierzęcia. Tymczasem każda sugerowana zmiana budzi opór i żeby została ona wprowadzona właściciel musi mieć odpowiednią motywację. Kształtowanie się tej motywacji przebiega w kilku etapach. Aby kuracja odchudzająca była skuteczna, lekarz weterynarii musi przy każdej wizycie rozpoznać etap motywacji, na którym znajduje się aktualnie właściciel i dostosować do niego argumenty używane w rozmowie, a także zalecenia dotyczące terapii. Należy być także przygotowanym na opór ze strony właściciela, który może objawiać się wątpliwościami i niechęcią do proponowanych rozwiązań, oraz być gotowym do natychmiastowej, odpowiedniej reakcji. Często bardzo pomocne dla lekarza okazują się specjalne kursy poświęcone sposobom motywacji klienta. Z całą pewnością powinien on natomiast śledzić proces motywacji właściciela, etap po etapie, i pamiętać, że każdy z tych etapów jest bardzo istotny. Przeoczenie jednego lub kilku etapów będzie niekorzystne dla całego procesu.

Wstęp

W przypadku człowieka wiadomo, że przepisanie samej diety odchudzającej nie spowoduje znacznego spadku masy ciała. Konieczne są także zmiany stylu życia, jeśli zależy nam na powodzeniu jakiegokolwiek programu dietetycznego. Analogicznie, skuteczna terapia odchudzająca u psa wymaga zmiany trybu życia, co z kolei zależy od dużego stopnia samodyscypliny i poświęcenia ze strony właściciela. Konieczne będzie wyeliminowanie wielu rytuałów związanych z wzajemnymi relacjami pomiędzy właścicielem i psem, i w wielu przypadkach zrezygnowanie z dokarmiania, co sprawia przyjemność zarówno psu, jak i właścicielowi. Aby terapia odchudzająca zakończyła się sukcesem, konieczne jest zaangażowanie i odpowiednia motywacja właściciela oraz wsparcie ze strony lekarza weterynarii. Proces kształtowania motywacji został opisany przez Diclementé i Prochaska (1984) i podzielony na kilka etapów. Od momentu identyfikacji problemu do punktu, w którym przeprowadza się działania mające na celu jego rozwiązanie,

należy przejść pewną drogę, co można zilustrować wykorzystując przykład właściciela otyłego psa.

1/ Rozważania wstępne

W pierwszej fazie właściciel nie sądzi, że jego pies ma nadwagę lub jeśli nawet uznaje, że tak jest, nie widzi w tym problemu. Zadaniem lekarza weterynarii na tym etapie procesu motywacyjnego jest zwrócenie uwagi właściciela na ten problem. Wykorzystując takie komentarze jak: „Reks przybrał 3 kg w ciągu ostatnich dwóch miesięcy, co stanowi 20% jego poprzedniej wagi”; lub „O, Tina naprawdę przytyła od ostatniej wizyty, pewnie szybciej się męczy”, lekarz weterynarii stara się pomóc właścicielowi zidentyfikować problem. Etap ten może trwać jednak dłuższy czas i doprowadzić do konkretnych wniosków dopiero wówczas, gdy właściciel zauważy, że jego pies jest otyły i uzna, że problem ten musi być rozwiązany.

2/ Rozważania zasadnicze

W drugiej fazie procesu zmian, właściciel uświadamia sobie, że jego pies jest otyły, co ma niekorzystny wpływ na stan jego zdrowia. Właściciel przechodzi proces uświadomienia sobie problemu i rozważania możliwych sposobów jego rozwiązania. Aby zapobiec cofnięciu się do poprzedniej fazy, lekarz weterynarii musi przekonać właściciela, że otyłość jest szkodliwa, a utrata masy ciała poprawi samopoczucie i stan zdrowia psa.

3/ Planowanie i przygotowania do zmian

Trzecia faza polega na opracowaniu planu rozwiązania problemu. Na tym etapie właściciele muszą dowiedzieć się, co mogą zmienić w kwestii żywienia i postępowania z psem, uwzględniając rozwiązania najpraktyczniejsze i najłatwiejsze do zaakceptowania przez właściciela.

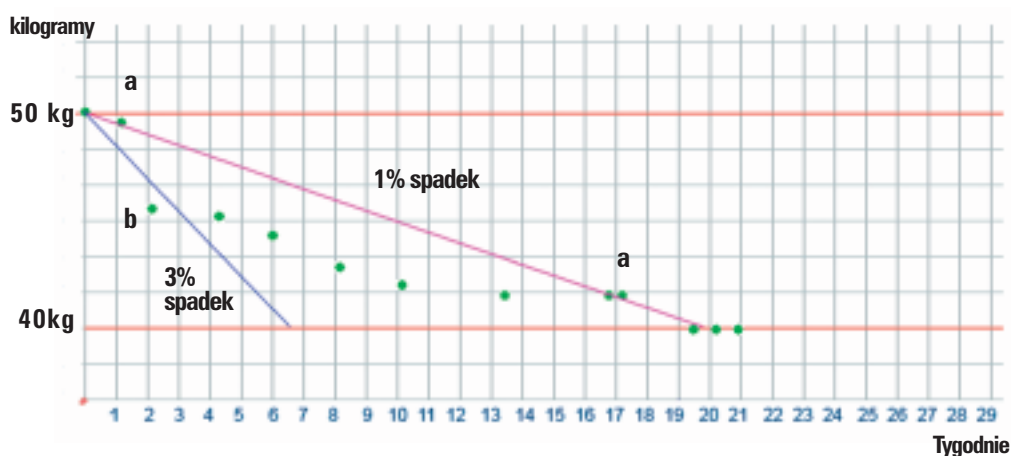
4/ Działanie

Czwarta faza dotyczy działania, a w przypadku właściciela otyłego psa będzie to czas podejmowania działań, które doprowadzą do utraty masy ciała ich psa. Jest to najtrudniejsza do osiągnięcia faza, która wymaga dużo dyscypliny. Ostateczna nagroda za przestrzeganie wszystkich ustalonych działań w postaci osiągnięcia docelowej masy ciała, jest nadal odległa. Z drugiej strony przerwanie diety na tym etapie stanowi dużą ulgę, zarówno dla psa, jak i właściciela. Dlatego przez cały czas konieczne jest wspieranie właściciela. Właściciel nie powinien nigdy być obwiniany za brak sukcesu, a nawet najmniejszy spadek masy ciała psa powinien być chwalony.

5/ Podtrzymywanie działania

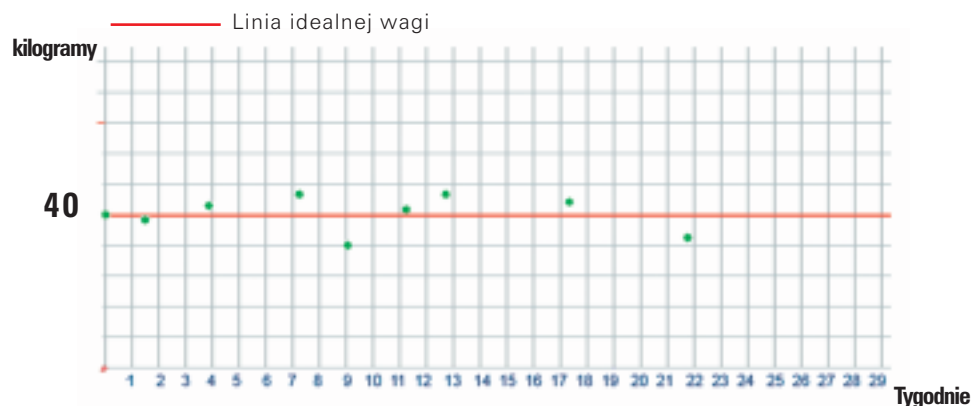
Aby działania przyniosły oczekiwane rezultaty, ważne jest przestrzeganie ustalonych zasad. W przypadku terapii otyłego psa należy pamiętać, że proces odchudzania jest procesem długotrwałym. Na tym etapie,

Utrata masy ciała powinna wynosić od 1% do 3% tygodniowo



- a. Punkty oznaczające konieczność zweryfikowania ustalonego planu: utrata masy ciała jest zbyt wolna
- b. Punkty oznaczające konieczność zweryfikowania ustalonego planu: utrata masy ciała jest zbyt szybka

Podczas fazy utrzymania masy ciała, dopuszczalne są nieznaczne wahania wagi



lekarz weterynarii powinien przedstawić właścicielowi informacje, które będą pomocne w osiągnięciu wyznaczonej masy ciała. Nie należy przy tym dążyć do przyspieszenia procesu czy wywierać jakiegokolwiek nacisku na właściciela.

6/ Nawrót problemu

Nawrót problemu oznacza cofnięcie procesu do wcześniejszej fazy, co może nastąpić w każdym momencie opisywanego procesu. Nierzadko zdarza się, że psy powracają do swojej wcześniejszej masy ciała. Jeżeli tak się stanie należy poszukać bardziej praktycznego i łatwiejszego dla właściciela rozwiązania. Nawroty są głównie wynikiem takiego programu redukcji masy ciała, który w praktyce okazuje się być „niewygodny” dla właściciela lub też programu, który właściciel traktuje, jako przykry obowiązek. W przypadku leczenia otyłości, najczęściej spotykane problemy, które prowadzą do nawrotów to osiągnięcie docelowej masy ciała zbyt szybko i pozostawienie właścicielowi zbyt mało czasu na wprowadzenie istotnych zmian dotyczących codziennych zwyczajów, zarówno ich samych, jak i ich psa.

Każdy człowiek próbując wprowadzić zmiany w swoim życiu, musi przejść przez omówione powyżej etapy. Nie możliwe jest przejście z jednej fazy do drugiej,

nie przestrzegając określonej kolejności, a właściciele, którzy nie są jeszcze świadomi problemu nie będą w stanie odnaleźć rozwiązania i stosować się do ustalonych zasad. Każda zmiana wymaga dużego wysiłku i zawsze należy stawić czoło oporowi powstałemu w obliczu zasugerowanych zmian. Na przykład, właściciel może wierzyć lekarzowi weterynarii, który twierdzi, że jego pies jest zbyt gruby i że jest to szkodliwe dla zdrowia. Jednak ten sam właściciel może równocześnie nie zechcieć zaprzestać podawania smakołyków i może stawiać opór sugestiom dotyczącym wprowadzenia specjalnej diety dla psa. Jeśli lekarz weterynarii mimo to zaleci w tym momencie dietę odchudzającą, mało prawdopodobne jest, aby pies cokolwiek schudł, a właściciel, który nie zastosował się do zaleceń może popaść w konflikt z lekarzem weterynarii. Jeśli taki scenariusz będzie miał miejsce, właściciel często będzie wolał zaprzeczyć istnieniu jakiegokolwiek problemu niż rozpocząć współpracę z lekarzem. W celu rozwiązania tej sytuacji i podniesienia motywacji do wprowadzenia zmian, konieczna będzie identyfikacja fazy procesu, w której aktualnie znajduje się właściciel. Po jej ustaleniu, lekarz weterynarii może zacząć wprowadzać odpowiednie argumenty i informacje stosowne do danej fazy procesu. Jeśli spróbujemy „przeskoczyć” którąkolwiek fazę, właściciel nie będzie chciał współpracować.

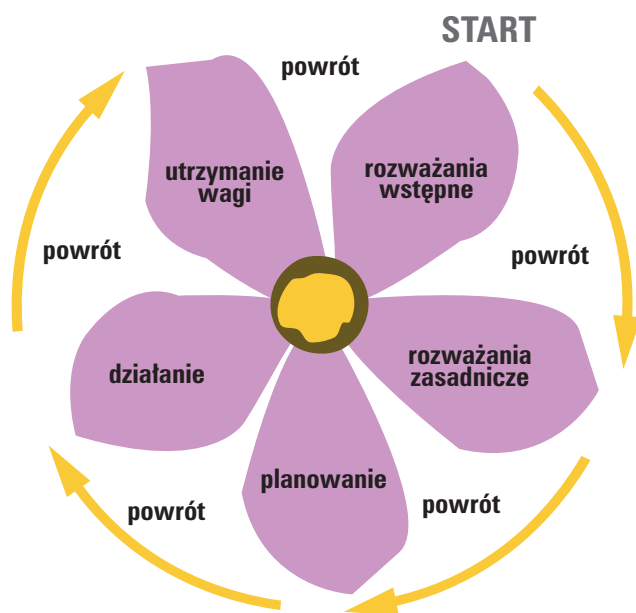
Jeśli będziesz chciał „przeskoczyć” którąkolwiek fazę w procesie motywacji, przegrasz!



© Edouard Cellura

Faza	Reakcja lekarza weterynarii
Rozważania wstępne Nie zdajemy sobie sprawy z istnienia problemu	Przedstawić właścicielowi problem, podkreślić jego powagę i możliwe konsekwencje
Rozważania zasadnicze Zdajemy sobie sprawę z istnienia problemu i staramy się go przemyśleć	Utwierdzić właściciela o negatywnym wpływie na stan zdrowia psa oraz przekonać o korzyściach płynących ze zmian
Planowanie i przygotowanie do zmian	Należy zaproponować właścicielowi zmiany, które będą proste i łatwe w zastosowaniu
Działanie	Należy zaoferować wsparcie i zapewnić, że nie będziemy winić właściciela za niepowodzenie
Podtrzymywanie działania	Przedstawić informacje ogólne dotyczące możliwych rozwiązań, ale nie wywierać presji na właściciela
Nawrót problemu	Należy przedstawić rozwiązania, które są bardziej praktyczne i dlatego łatwiej je właścicielowi zaakceptować

Koło Diclemente i Prochaska



Rozważania wstępne

Co może zrobić lekarz weterynarii:

- Poprosić właściciela o wybór jednej z sylwetek na przedstawionym schemacie, najbardziej zbliżonej do sylwetki jego psa
- Zapytać właściciela, czy zauważył jakiegokolwiek zmiany w aktywności psa
- Poprosić właściciela o porównanie swojego psa do innych psów i o komentarz dotyczący jego kondycji
- Porównać wybraną przez właściciela sylwetkę z sylwetką idealną
- Porównać aktualną masę ciała psa z wagą zapisaną podczas wcześniejszej wizyty
- Przedstawić procentowo zmiany i wyjaśnić jej znaczenie dla ludzi.
- Poprosić właściciela, by szczegółowo omówił aktualną dietę psa

Możliwy opór ze strony właściciela

- “Jest zima - to normalne, że pies jest grubszy”
- “Pies jest po zabiegu sterylizacji”
- “To jest Labrador”
- “Nie lubi wychodzić na spacer”
- “Boi się samochodów”
- “To przez bujną sierść”
- “To zaledwie jeden-dwa kilogramy”

Rozważania zasadnicze

Co może zrobić lekarz weterynarii:

- Zawstydzić właściciela otyłością psa i przekonać go do przejścia do fazy trzeciej
- Opisać konsekwencje medyczne otyłości - wykorzystać wykresy dla zilustrowania anatomii otyłego psa
- Porównać sytuację do palenia papierosów przez ludzi - przedstawić koncepcję odczuwania przyjemności w danym momencie, co będzie miało zgubne skutki w przyszłości
- Znaleźć coś, do czego właściciel może się odnieść, np. ograniczoną aktywność fizyczną, zagrożenie dla układu krwionośnego, etc.
- Porównać otyłość psa ze stanem zdrowia człowieka
- Porównać z kondycją właściciela, jeśli właściciel sam wspomina, że ma nadwagę. Można użyć sformułowania „Wie Pan/Pani, jak trudna jest walka z otyłością”.
- Przedstawić potencjalne skutki medyczne

Możliwy opór ze strony właściciela

- > Brak zaufania do lekarza weterynarii
- > Brak wiary w potencjalne konsekwencje otyłości
- > Przekonanie, że pies jest szczęśliwy, taki jaki jest
- > Porównywanie psa z własną osobą.
- > Wspominanie poprzedniego psa i twierdzenie, że żył długo mimo, iż był gruby
- > Niechęć w zaakceptowaniu faktu, iż sytuacja dotycząca możliwych konsekwencji i ryzyka jest taka sama u psów i u ludzi.

Planowanie i przygotowanie zmian

Co może zrobić lekarz weterynarii:

- Przedstawić praktyczny plan terapii
- Ustalony plan wprowadzać stopniowo
- Pozwolić na podawanie smakołyków
- Pokazać właścicielowi próbkę krwi z tłuszczem!
- Bardzo precyzyjnie przedstawić cel, czas i metody osiągnięcia wyznaczonego celu

Możliwy opór ze strony właściciela

- > Obiekcje dotyczące terapii odchudzającej: „pies nie będzie lubił tej karmy”, „pies będzie nieszczęśliwy”, „mam dwa psy”, etc.

Jeśli napotkasz się na opór ze strony właściciela, unikaj reakcji na każdy komentarz z jego strony - to jak gra w ping-ponga z klientem, który nie pozwoli ci iść dalej.



Działanie

Co może zrobić lekarz weterynarii:

- Ustalić realny cel
- Przejrzeć wykres dotyczący procentowej utraty wagi
- Ustalić, jakie smakołyki mogą być podawane i w jakich sytuacjach
- Uprzedzić o możliwości niepowodzenia lub o możliwości częściowego braku sukcesu
- Ustalić precyzyjny program dalszego postępowania
- Przypomnieć właścicielowi cel oraz przyczyny, dla których warto do niego dążyć
- Chwalić właściciela za nawet najmniejsze osiągnięcia

Możliwy opór ze strony właściciela

- > "Ile to będzie kosztowało?"
- > "Dlaczego mój pies jest taki nieszczęśliwy?"

Podtrzymywanie działania

Co może zrobić lekarz weterynarii:

- Pomóc właścicielowi w utrzymaniu stanu równowagi masy ciała ich psa
- Ustalić realne i przynoszące korzyści cele, jakimi są utrzymanie masy ciała, odpowiedni tryb życia oraz prawidłowe relacje pomiędzy psem a właścicielem
- Zaakceptować możliwość wystąpienia efektu jo-jo mieszczącego się we wcześniej ustalonych granicach

Możliwy opór ze strony właściciela

- > Właściciel jest zadowolony z postępów i wyczuwalny jest opór, co do dalszego wysiłku.
- > Powszechne są komentarze w rodzaju "to już koniec".

6. Mity i najczęściej zadawane pytania

> Streszczenie

Istnieje wiele mitów krążących wokół metod żywienia psów. Niektóre z nich wynikają z błędnej interpretacji zachowania psów lub z nieuzasadnionych przekonań właścicieli dotyczących ich relacji ze zwierzęciem. Wiele z tych błędnych przekonań jest przyczyną problemów z komunikacją pomiędzy naszymi dwoma gatunkami, a w niektórych przypadkach może prowadzić do rozwoju otyłości u psów. Obalając te mity można poprawić wzajemne relacje pomiędzy człowiekiem i jego zwierzęciem oraz zapobiegać rozwojowi otyłości w populacji psów towarzyszących.

1/ Obalanie powszechnych mitów

A) „Należy regularnie zabierać psu jedzenie tak, aby móc bez problemu odebrać mu miskę”

Istnieje powszechne przekonanie, że regularne odbieranie psu miski podczas jego posiłku uczy go akceptacji prawa właściciela do zabierania pożywienia, co powstrzyma go od agresywnego zachowania podczas jedzenia. Niestety takie postępowanie podważa zaufanie psa do właściciela i raczej zwiększy ryzyko wystąpienia agresji związanej z jedzeniem, niż ją ograniczy. Regularne odbieranie psu miski może wzbudzić niepokój, ponieważ pies nigdy nie wie kiedy ktoś może mu przeszkodzić. Dla wielu psów tak nieprzewidywalne zachowanie dotyczące dostępu do pożywienia może doprowadzić do nerwowego zachowania także w innych sytuacjach. Agresja związana z obroną źródła pożywienia nie zawsze jest spektakularna. Czasami pies jedynie warczy, kiedy zbliża się człowiek. Jednak, jeśli karma w misce jest szczególnie „wartościowa”, agresja może ulec wzmocnieniu

i pies zaczyna wykazywać objawy konfrontacji fizycznej.

Brak jest dowodów potwierdzających mit, że pies uważa się za osobnika dominującego, kiedy broni swojego jedzenia. Pewna grupa psów o określonych cechach osobowości wykazuje zachowanie defensywne w obecności miski z jedzeniem (Appleby 1997a). W środowisku naturalnym lub w grupie psów dziedzicznych, można czasami zaobserwować, iż osobniki wyżej usytuowane w hierarchii czekają cierpliwie podczas, gdy niżej usytuowane osobniki jedzą. Może się także zdarzyć sytuacja, że osobniki podporządkowane będą bronić pożywienia przed osobnikami dominującymi. Dlatego zabieranie psu miski podczas jedzenia nie ma wyjaśnienia w zachowaniu społecznym psów.

Obrona jedzenia jest zachowaniem instynktownym, ale ze względu na potencjalne niebezpieczeństwo związane z udomowieniem, należy podjąć kroki, by nauczyć psy towarzyszące, że takie zachowanie nie jest konieczne. (Appleby 1997b).

Aby to osiągnąć, właściciele powinni zbliżyć się do szczenięcia podczas jedzenia i dodawać nieco kar-

Stałe odbieranie psu miski z karmą spowoduje, że stanie się on podejrzliwy, gdy właściciel będzie obecny podczas jedzenia i może doprowadzić do wystąpienia reakcji obronnej



my do miski. W ten sposób szczenię zaczyna kojarzyć zbliżanie właściciela z przyjemnością i nagrodą. To pomoże także w nauce komendy „siad” podczas, gdy właściciel zbliża się do miski i pozwoli na podniesienie miski z podłogi zanim właściciel doda smakołyk i odstawi miskę z powrotem. Nauczy to szczenię, że próba odebrania miski wcale nie jest zagrożeniem. Jeśli w domu są dzieci, należy im wytłumaczyć, że nigdy nie powinny zbliżać się do psa, kiedy je.

Jeśli u dorosłego psa występują już problemy z agresją dotyczącą jedzenia, natychmiastowym rozwiązaniem jest zapewnienie psu spokoju podczas posiłku, demonstrując w ten sposób, że jedzenie nie jest już zagrożone. Jednak konieczne będzie rozwiązanie długoterminowe, dlatego powinno się zalecić właścicielom zwrócenie się o pomoc do profesjonalisty, który wprowadzi odpowiedni program szkolenia psa, mający na celu zmianę jego zachowania.

B) „Właściciel powinien zawsze jeść przed psem”

Kiedy wilki zdobywają ofiarę, zwykle najpierw jedzą osobniki zajmujące wyższą pozycję w hierarchii (dominujące), natomiast osobniki o niższym statusie w grupie jedzą po nich. Dostęp do jedzenia uważa-

ny jest za przywilej. Zgodnie z tą teorią powstał mit, że właściciele muszą jeść zanim nakarmią psa, w celu zaznaczenia swojej dominacji. Sugeruje się, że „terapia” w przypadku problemów z ustaleniem hierarchii powinna nakazywać właścicielowi, żeby nakarmił psa wyłącznie po skończeniu jedzenia przez rodzinę czy gości.

Jednak w rzeczywistości nie jest to takie proste. Oczywiście dobrze jest, by relacje pomiędzy psem a człowiekiem kierowane były przez określone zasady, podobnie jak stosunki między rodzicami a dziećmi. Dotyczy to między innymi, kolejności dostępu do jedzenia, chociaż to raczej konsekwencja w stosowaniu określonych zasad, niż same zasady poprawiają wzajemne relacje między psem a właścicielem i sprawiają, że dom jest bezpiecznym miejscem dla wszystkich.

Pożywienie, opieka czy wygodne miejsce do spania są ważne dla psa i mogą być określone, jako dobra lub przywileje. Ważność każdego z tych dóbr zależy będzie od wielu czynników, a każdy pies musi być postrzegany, jako indywidualny osobnik.

Na przykład, niektóre psy nie przywiązują dużej wagi do jedzenia, jako dobra, ale będą się bardzo starały zwrócić na siebie uwagę człowieka czy zachęcać go do zabaw.

Jeśli dostęp do dóbr jest konsekwentnie kontrolowany przez właściciela, psy mogą się nauczyć dostrzegać sygnały, które będą dla nich informacją, że dobra będą wkrótce dostępne. To pozwala psu przewidzieć, kiedy dobra są dostępne i zmniejsza konieczność wykazywania postawy zwracania na siebie uwagi czy żądania, które mają na celu zdobycie dostępu do dóbr przy kolejnej okazji.

Kiedy pies po raz pierwszy przybywa do nowego domu, ważne jest, by właściciel zdecydował o zasadach, które będą obowiązywały i żeby wszyscy członkowie rodziny byli zaangażowani w ustalanie tych zasad. Konsekwentne postępowanie wszystkich członków rodziny będzie bardzo ważne dla zapewnienia psu poczucia bezpieczeństwa w nowym środowisku.

Ponieważ pożywienie jest ważnym dobrem dla większości psów, dobrze jest ustalić zasady, kiedy pokarm jest dla psa dostępny i stworzenie jasnych sygnałów wskazujących na dostępność tego dobra. Psy mogą czuć się bardzo zagubione, kiedy właściciele czasami reagują na ich dopominanie się o jedzenie podając im smakołyki, a innym razem każą je za dokładnie takie samo zachowanie. To nieprzewidywalne zachowanie ze strony właściciela może prowadzić do wielu problemów u psa takich, jak niepokój, niepewność czy frustracja, co z kolei może doprowadzić do konfrontacji i agresji.

Jeśli rodzina wierzy w ten mit i karmi psa zawsze po własnym posiłku, ale jednocześnie nie wprowadza stałych zasad dotyczących innych sytuacji, mało prawdopodobne jest, że stosowanie tej jednej zasady wpłynie znacząco na relacje z psem. Z drugiej strony, jeśli rodzina ustali, że pies je przed całą rodziną, ale jednocześnie przestrzega konsekwentnie zasad dotyczących współżycia rodziny z psem oraz jasno ustali, że karma jest dostępna tylko w misce i nigdy nie będzie podawana w odpowiedzi na „żebanie”, relacje między psem i właścicielem ulegną znacznej poprawie.

C) „W celu motywowania psa należy podać mu bardzo smaczną nagrodę”

Istnieje szkoła, według której psy powinny reagować na polecenia z poczucia szacunku do swojego wla-

ściciela, a nie z powodu smaczkowej nagrody. Taka teoria powoduje, że podczas szkolenia niechętnie wykorzystuje się smakołyki, w zamian opierając się na systemie karania za niepożądane zachowania, co ma uzmysłwić psu, jak powinien się zachowywać. Jednak w ciągu ostatnich lat te poglądy uległy zmianie w kierunku bardziej pozytywnych metod szkolenia psów, które opierają się na nagradzaniu psa po odpowiednim zachowaniu i ignorowaniu ich, kiedy zachowanie było nieprawidłowe. Z całą pewnością jest to zmiana pozytywna, ale istnieje pewnego stopnia brak zrozumienia dotyczący roli pożywienia w procesie szkolenia, który objawia się tym, iż właściciel przekonany jest, że nic poza smakołykiem nie może być wystarczającą nagrodą dla psa za poprawnie wykonane zadanie.

Wiele psów można zmotywować pokarmem, ale nie jest to jedyna nagroda. Dlatego dobrze jest zastanowić się nad innymi sposobami nagradzania psa za odpowiednie zachowanie. Okazanie uwagi czy zabawa to skuteczne nagrody dla wielu psów, ale należy pamiętać, że każdy pies jest inny i to, co sprawdza się u jednego, nie będzie dobre dla drugiego. Dlatego właściciele muszą sami próbować, jaki jest najsukuczniejszy sposób nagradzania ich psa.

Nawet, jeśli pokarm wydaje się jedyną rzeczą, na którą pies zareaguje, należy stopniować nagrody, zależnie od stopnia trudności zadania. W większości przypadków w procesie szkolenia, nagroda w postaci codziennie stosowanej karmy będzie wystarczająca, aby wzmocnić i utrwalić odpowiednie zachowanie. Najsmaczniejsze nagrody można wykorzystać w sytuacjach, w których zadanie jest szczególnie trudne. Takie postępowanie zmniejszy ryzyko problemów z nadwagą powodowanych wykorzystaniem smakołyków podczas szkolenia.

Poza „wartościowaniem” smakołyków podawanych psu, właściciel powinien także przestrzegać ustalonych zasad nagradzania. W początkowym okresie szkolenia, nagrodę należy podawać za każdym razem, gdy pies prawidłowo wykona określone zadanie. Z czasem, gdy zadanie to zostanie już opanowane, należy przejść na „przerywany” system nagradzania. Na przykład, właściciel nagradza psa raz na dziesięć razy poprawnie wykonanego zadania. Taki schemat podniesie motywację zwierzęcia, ponieważ nie bę-

dzie ono w stanie przewidzieć, kiedy zostanie nagrodzone. Zmniejszy także ryzyko, iż opanowane zachowanie zniknie z „repertuaru” zachowań psa, ponieważ pies nie jest w stanie przewidzieć, czy kolejne wykonanie tego zadania zostanie nagrodzone, czy nie. Dla porównania, jeżeli pies otrzymywał nagrodę za każdym razem, gdy poprawnie wykonał zadanie, później zorientuje się, że nie jest już nagradzane, co spowoduje, że zachowanie to wygaśnie. Dzięki zastosowaniu „przerywanego” schematu nagradzania można bardzo skutecznie manipulować zachowaniem psa i dobrze utrwalić nauczone zachowania (Appleby, 1997c). Dzięki temu zmniejsza się także ilość podawanych smakołyków, co z kolei zmniejsza ryzyko przekarmiania podczas szkolenia psa.

2/ Najczęściej zadawane przez właścicieli pytania

A) Mam dwa psy, jednego otyłego, drugiego bardzo szczupłego. Jak mam sobie poradzić z wprowadzeniem diety tylko dla jednego z nich?

Prosta odpowiedź na to pytanie, to zamknięcie drzwi między dwoma psami i karmienie ich odpowiednią dla każdego dietą w oddzielnych pomieszczeniach. Należy pamiętać, że terapia odchudzająca to nie tylko sama zmiana diety. Bardzo ważne jest dostosowanie poziomu energii dla każdego psa indywidualnie. Oby psom należy zapewnić odpowiednią ilość ruchu i przez pewien czas powinno się je wyprowadzać osobno.

(Uwaga dla lekarzy weterynarii: Jeśli ta odpowiedź nie wystarczy naszemu klientowi, należy rozważyć możliwość pojawienia się oporu ze strony klienta, o czym jest mowa w rozdziale 5).

B) Mój rosnący pies nie je od trzech dni, co powinienem zrobić?

Przed wszystkim należy się upewnić, czy nie ma przyczyny medycznej braku apetytu. Jeśli jednak szczenię jest zdrowe, należy rozważyć potencjalne czynniki behawioralne, które mogą wpływać na jego apetyt. Negatywne stany emocjonalne, jak lęk i niepewność, mogą być odpowiedzialne za tłumienie apetytu, lub zaburzenia w kontrolowaniu apetytu. Dlatego należy przeprowadzić pełny wywiad behawioralny. Zachęcanie psa do jedzenia spowoduje zwiększenie wartości socjanej jedzenia. Ważne jest także, aby wszystko, co podajemy psu do jedzenia miało właściwą wartość odżywczą, uwzględniającą etap rozwoju fizycznego psa. Korzystne może okazać się znalezienie takiego sposobu podawania karmy, który zwiększy zainteresowanie psa jedzeniem. Pomocne może być także nagradzanie psa, w postaci dostępu do kontaktów społecznych czy zabawy.

C) Moje szczenię jest wybredne. Jak należy postępować?

Określenie „wybredny” oznacza, że pies niechętnie zjada przeznaczoną dla niego karmę a nie całkowicie odmawia jedzenia. Interesujące może okazać się poznanie mechanizmów rozwoju takiego „wybrednego” zachowania a także sprawdzenie, jaki pokarm pies zjada z apetytem. Na przykład, czy szczenię dostaje „ludzkie” posiłki czy smakołyki dla psów? Czy kiedykolwiek, gdy szczenię odmówiło zjedzenia swojej karmy, otrzymało inny, bardziej smakowity posiłek? Oczywiście, niepokojące jest, gdy szczenię odmawia jedzenia, co często skłania właściciela do podania mu czegoś innego, byle tylko szczenię nie było głodne.

Tym niemniej, należy zdać sobie sprawę, iż wybredne zachowanie może być w taki sposób nagradzane. To spowoduje, że szczenię nauczy się ignorować własną karmę, oczekując na bardziej smakowity posiłek. Wykorzystanie stosowanej karmy, jako nagrody zwiększy jej wartość społeczną a nauczanie szczenięcia, że musi „zapłacić” za „nagrodę” podając mu kilka kroketów z karmy, może zwiększyć jej spożycie.

C) Czy otyłego psa można karmić zwykłą karmą, ale w mniejszej ilości, czy musi być to specjalna dieta?

Aby zapewnić organizmowi optymalne zdrowie, niezbędne jest dostarczenie odpowiedniej ilości oraz odpowiednich proporcji składników pokarmowych. Podczas terapii odchudzającej należy zapewnić zmniejszone pobranie kalorii przy zachowaniu odpowiedniej podaży niezbędnych składników pokarmowych. Z tych względów powinno się stosować specjalnie opracowane diety a nie zmniejszać dawkę karmy bytowej.

> Przypadek kliniczny: połączenie depresji i otyłości



© Christine Halsberghe

Kimberly: 9 letnia suka
Cavalier King Charles Spaniel

Kimberly prowadzi bardzo spokojne życie ze swoim właścicielem, 60 letnim mężczyzną na emeryturze. Regularnie chodzi do lecznicy weterynaryjnej na szczepienia, w przypadku lekkiego stanu zapalnego uszu i innych niegroźnych problemów zdrowotnych. Podczas każdej wizyty odnotowywano wzrost jej masy ciała. Kimberly dostaje mnóstwo smakołyków. Właściciel często pije kawę lub piwo w lokalnej kawiarni, gdzie pies dostaje ciastka i orzeszki od jego przyjaciół. To trudna sytuacja, ponieważ właściciel nie potrafi sam rozwiązać tego problemu. Aktywność fizyczna psa jest ograniczona do kilku wyjść do ogrodu i dwóch spacerów w ciągu dnia. Kimberly jest bardzo spokojna, mało się bawi i chodzi na smyczy za właścicielem.

Podczas jednej z wizyt Kimberly w lecznicy, omówiono problem jej wagi z właścicielem. Pobrano krew w celu wykluczenia problemów endokrynologicznych. Zaproponowano wprowadzenie specjalnej diety i ustalono bardzo precyzyjne jej dawkowanie, przyjmując wagę docelową na 8,5 kg. Właściciel otrzymał dozometr ułatwiający odmierzenie karmy, na którym zaznaczono właściwą ilość.

Na początku terapii Kimberly schudła i mimo, iż nie osiągnięto idealnej masy ciała, nastąpiła wyraźna poprawa. Kilka miesięcy później Kimberly musiała zostać wysterylizowana z powodu ropomacicza i ponownie przybrała na wadze. Ważyła wówczas 10,5 kg. Przeprowadzono szczegółowy wywiad i właściciel powiedział lekarzowi, że Kimberly bardzo dużo śpi i straciła zainteresowanie otoczeniem. Wykazuje okresy polifagii i anoreksji. Kolejny raz przeprowadzono badanie krwi, które nie wykazało żadnych nieprawidłowości.

Objawy ze strony jej zachowania sugerowały depresję, dlatego Kimberly przepisano odpowiednie leki (Selegiline). Po pewnym czasie odzyskała ona zainteresowanie otoczeniem i stała się bardziej aktywna. Właściciel przyznał, że nie zapewnia Kimberly wystarczających bodźców fizycznych i psychicznych, co wciąż jest problemem. Kimberly schudła 0,5 kg i jej kondycja poprawiła się. Lekarz nadal kontroluje postępy Kimberly i regularnie wykonuje badania krwi na poziom hormonów tarczycowych.

3/ Najczęściej zadawane przez lekarzy weterynarii pytania

A) W medycynie ludzkiej w terapii zaburzeń w pobieraniu pokarmu czasami wykorzystuje się leki. Czy leki psychotropowe są wykorzystywane kiedykolwiek w leczeniu otyłości u psów?

Zaburzenia emocjonalne mogą być ważnym czynnikiem wnikającym w przypadku otyłości u psów. Gdy uda się zidentyfikować czynniki behawioralne takie, jak niepokój, można zastosować leki psychotropowe. Należy jednak przeprowadzić szczegółowy wywiad behawioralny przed rozważeniem zastosowania takich leków, ponieważ nie są one odpowiednie w każdym przypadku.

B) Jak należy postępować, jeśli klient ma słabą motywację?

Jeśli terapia odchudzająca ma zakończyć się sukcesem niezbędne jest odpowiednie zmotywowanie właściciela i przekonanie go, że terapia taka jest niezbędna. W pewnym stopniu sukces zależy od odpowiedniego przygotowania planu oraz od wytłumaczenia go w sposób jasny i zrozumiały właścicielowi, co mo-

że znacznie zwiększyć jego motywację. Do innych sposobów ułatwiających przekonanie właściciela do przestrzegania zaleconych zasad należy wyznaczenie realnego celu w odniesieniu do utraty masy ciała w określonym czasie, stałe wspieranie właściciela np. poprzez regularny kontakt telefoniczny czy regularne wizyty, wykorzystanie zdjęć zwierzęcia, aby podkreślić sukces terapii. Zapewnienie właściciela, że zwierzę poddano kompleksowej terapii odchudzającej, która obejmuje nie tylko wprowadzenie samej diety, ale także odpowiedniego programu ćwiczeń i zabaw, może także okazać się bardzo pomocne.

C) Jak należy postępować, jeśli klient nie jest przekonany, iż otyłość jest problemem?

Na otyłość należy spojrzeć z perspektywy medycznej i behawioralnej. Wypunktowanie potencjalnych konsekwencji zdrowotnych związanych z nadwagą, takich jak zaburzenia w funkcjonowaniu najważniejszych narządów organizmu czy problemy ze stawami, może okazać się pomocne. Niektórym klientom ciężko jest jednak wybiegać w przyszłość i dlatego należy ich przekonać przedstawiając natychmiastowe skutki, jakie może mieć otyłość. W takiej sytuacji bardziej korzystne może okazać się wykorzystanie argumentów behawioralnych i porównanie aktualnego poziomu aktywności psa, tolerancji wysiłku, poziomu interakcji społecznych czy zaangażowania w zabawę z innymi psami tej samej rasy, płci i w tym samym wieku. W ten sposób można uwidocznic właścicielowi problem z perspektywy psa.

7. 10 zakazów dla właściciela

1/ Nie należy wprowadzać nowej karmy pierwszego dnia po wzięciu szczenięcia do domu

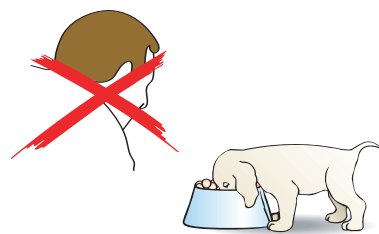
Oddzielenie szczenięcia od matki i rodzeństwa oraz przeniesienie go do całkowicie nowego środowiska stanowią bardzo stresujące przeżycie. Dlatego bardzo ważne jest, aby przez pierwsze kilka dni zachować chociaż niektóre elementy z dotychczasowego rozkładu dnia szczenięcia, np. stosując tę samą karmę i przestrzegając wcześniej ustalone pory posiłków. Właściciel powinien być przygotowany na to, że szczenię może mieć początkowo bardzo słaby apetyt i nie należy go zmuszać do jedzenia. Nie należy także podawać szczenięciu różnych pokarmów, aby za wszelką cenę zachęcić je do jedzenia. Takie postępowanie może doprowadzić do przekarmiania, co w przyszłości może być przyczyną skłonności do nadwagi.

Każda zmiana w diecie psa powinna być wprowadzana stopniowo. Jeśli szczenię ma w nowym domu być karmione inną karmą, najlepiej jest przez kilka dni mieszać oba rodzaje, stopniowo zwiększając udział nowej karmy kosztem dotychczasowej. Zdarza się, iż u niektórych szczeniąt stres związany ze zmianą domu może doprowadzić do zaburzeń pokarmowych, co można zminimalizować przestrzegając dotychczasowych zasad żywienia i nie wprowadzając nowej karmy.

2/ Nie należy stać nad szczenięciem podczas jego posiłku

Właściciele są często bardzo zainteresowani tempem wzrostu szczenięcia i myślą, że dobry apetyt świadczy o stanie zdrowia ich psa. W rezultacie martwiąc się o to, jak ich szczenię je, przyglądają mu się podczas jego posiłku. Niestety takie zachowanie bardzo łatwo może być błędnie zinterpretowa-

wane przez szczenię, jako oznaka zagrożenia, ponieważ szczenię oczekuje, że właściciel będzie próbował odebrać mu jedzenie z miski. Brak poczucia bezpieczeństwa może doprowadzić do tak silnego strachu, że szczenię będzie nawet uciekać od miski lub przeciwnie, stanie się agresywne w stosunku do właściciela, chcąc bronić dostępu do pożywienia. Dlatego nie powinno się stać nad szczenięciem podczas jego posiłku i starać się umieścić miskę psa w ustronnym miejscu, gdzie będzie on mógł w spokoju spożyć swój posiłek.



3/ Nie należy karmić psa przy stole

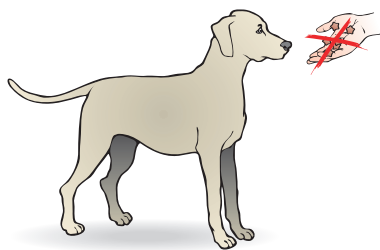
Z pozoru niewielkie przekąski, jakie pies otrzymuje przy stole, mogą łącznie utworzyć całkiem sporą porcję. Jeśli właściciel nie uwzględni tej porcji w dziennej dawce karmy psa istnieje duże ryzyko rozwoju otyłości. Nigdy nie należy podawać psu resztek ze stołu, ponieważ może to doprowadzić do zaburzeń w równowadze składników pokarmowych a także do przekarmiania. Jeśli właściciel nie jest w stanie zrezygnować z tego przyzwyczajenia pomocne może okazać się postawienie na stole pojemnika, do którego każdy będzie wrzucał to, co chciałby dać psu. Po zakończeniu posiłku zawartość pojemnika należy przenieść do miski psa. W ten sposób, pies nadal może dostawać resztki ze stołu, ale właściciel będzie dokładnie znał ich ilość i będzie mógł to uwzględnić w dziennej dawce pokarmowej.

Poza tym, stosowanie metody z pojemnikiem pozwoli wyeliminować nawyk dokarmiania psa bezpośrednio przy stole. Jest to bardzo ważne, ponieważ karmienie psa przy stole może powodować u niego duże zamieszanie, zwłaszcza, jeśli pies dokarmiany jest jedynie przez niektórych członków rodziny. Bardzo ważna we wzajemnych relacjach pomiędzy psem i właścicielem jest konsekwencja. Dlatego tak istotne jest, aby właściciel miał kontrolę nad najważniejszymi dobrami, jakimi jest na przykład pożywienie. Ważne jest także, aby wszyscy członkowie rodziny stosowali takie same zasady.

4/ Nie należy zmuszać psa do jedzenia i karmić go z ręki

Jeśli zdrowy pies odmawia jedzenia, prawdopodobnie nie jest głodny. Nakłanianie psa do jedzenia może być przyczyną przekarmiania i w efekcie otyłości. Jeżeli właściciel obawia się, że jego pies jest za szczupły, powinien skonsultować się lekarzem weterynarii. Podawanie psu karmy z ręki nie spowoduje raczej zwiększenia ilości pobieranego przez nie pożywienia. Zdrowe psy mogą nawet zjadać mniej niż, gdyby dostawały karmę dwa razy dziennie o wyznaczonych porach.

5/ Nie należy stosować żadnych dodatków do zbilansowanych karm, aby zachęcić psa do jedzenia



Pies reguluje swój apetyt w zależności od swoich potrzeb energetycznych. Jeśli pies jest zdrowy i otrzymuje karmę dobrej jakości, nie ma żadnej potrzeby zachęcać go do jedzenia. Fakt, że nie chce on jeść świadczy najprawdopodobniej o tym, że zaspokoił już swoje potrzeby energetyczne. Jeśli właściciel zareaguje na taką sytuację zwiększając atrakcyjność posiłku, pies może zacząć jeść pomimo, iż zaspokoił już wcześniej swój głód. Smakowite dodatki często są bardzo wysoko energetyczne, np. jedna łyżeczka oleju roślinnego zawiera około 150 kcal. Takie dodatki znacznie zwiększą dzienne pobranie energii, co może w rezultacie doprowadzić do rozwoju otyłości.



6/ Nie należy zabierać szczenięciu miski podczas jego posiłku

Często radzi się właścicielom, aby regularnie zabierali psu miskę, kiedy je. Takie zachowanie ma pomóc psu w zaakceptowaniu faktu, iż jego właściciel może w każdej chwili odebrać mu jedzenie, dzięki czemu zmniejszy się jego agresywność podczas posiłku. Niestety taka porada jest absolutnie błędna i prawdopodobnie jest to jedna z najlepszych dróg wyzwolenia w szczenięciu agresji podczas jedzenia! Jeśli właściciel będzie regularnie odbierał szczenięciu miskę podczas posiłku, szczenię czując się zagrożone będzie starało się bronić swojej miski. Takie zachowanie powoduje także utratę zaufania do właściciela i wywołuje stres podczas jedzenia.

Szczenię nie może się odprężyć, ponieważ nigdy nie wie, kiedy jego posiłek może zostać przerwany. Odbieranie psu miski nie ma żadnego logicznego uzasadnienia w odniesieniu do naturalnych zachowań psów: osobniki niżej usytuowane w hierarchii oczekują na swoją kolejkę do jedzenia, a gdy pozostałe osobniki zaspokoją już głód, odchodzą i zostawiają je w spokoju, gdy te jedzą swoją porcję. Kiedy osobniki podporządkowane zostaną sprowokowane podczas posiłku będą bronić swojego jedzenia, nawet przed osobnikami zajmującymi wyższą pozycję w stadzie. Aby uniknąć problemów z agresją podczas jedzenia, należy przekonać szczenię, że obecność człowieka wiąże się z czymś przyjemnym. Można to osiągnąć przez regularne dodawanie czegoś smacznego do miski podczas, gdy szczenię je. Takie postępowanie nie powinno być jednak nigdy dla szczenięcia zaskoczeniem i poza tym momentem szczenięciu należy zapewnić bezwzględny spokój podczas posiłku.

7/ Nie należy podawać psu smakołyków w formie przeprosin czy na powitanie

W przypadku ludzi dość często zdarza się, że wyrazem przeprosin jest przygotowanie jakiegoś specjal-

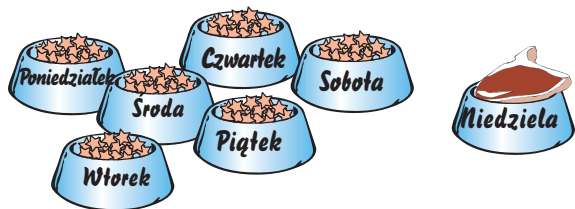
nego posiłku. Dlatego bardzo łatwo jest przenieść takie zachowanie do relacji pomiędzy zwierzęciem a człowiekiem, kiedy właściciel podaje smakołyk na przykład, gdy pies był długo sam w domu. Pożywienie często wykorzystywane jest także w celu zainicjowania kontaktów społecznych. Często zdarza się, że pies domaga się smakołyku zaraz, jak tylko właściciel wchodzi do domu. Należy jednak pamiętać, że pożywienie nie jest jedyną przyjemnością, jaką możemy zaoferować psu. W sytuacji, gdy spędził on kilka godzin sam w domu, znacznie ważniejszy będzie dla niego kontakt poprzez zabawę, pogłaskanie czy dłuższy spacer. Jeśli właściciel chce jedynie zainicjować kontakt ze swoim psem, istnieje kilka prostych sposobów:

- Pogłaskanie i poklepanie psa;
- Zabawa, na przykład aportowanie czy przeciąganie odpowiednią zabawką;
- Nauka prostych komend. W rzeczywistości sama komenda nie jest tak ważna, co sam akt komunikacji z psem.

Podanie psu smakołyku jest zwykle mniej wymagającą czynnością niż poświęcenie mu chwili czasu. Należy jednak pamiętać, że nie poprawi wzajemnych relacji z właścicielem i może być przyczyną otyłości.

8/ Nie należy „nagradzać” psa „niedzielnym obiadem”

Układ pokarmowy psa pracuje najlepiej, gdy otrzymuje on stale jednakową, odpowiednio zbilansowaną i wartościową karmę. Żywiąc psa specjalną karmą, wysokiej jakości właściciel ma gwarancję, iż pies otrzymuje wszystkie niezbędne dla niego składniki pokarmowe we właściwych ilościach. Podanie psu raz w tygodniu posiłku przygotowywanego dla rodziny („niedzielnym” obiadem) powoduje zaburzenia w równowadze pokarmowej psa. Znacznie lepiej jest na przykład poświęcenie psu w niedzielę więcej czasu, bawiąc się z nim czy zabierając go na dłuższy spacer.



9/ Nie należy wykorzystywać pożywienia, aby sprawić psu przyjemność

Psy to zwierzęta społeczne, dlatego kontakt z innymi osobnikami w ich grupie czy innymi osobnikami tego samego gatunku, jest dla nich bardzo ważny. Obecnie, psy trzymane są głównie, jako zwierzęta domowe, do towarzystwa i rzadko kiedy głodują. Natomiast stosunkowo często brakuje im kontaktów społecznych, zarówno z człowiekiem, jak i innymi zwierzętami. Dlatego, aby poprawić jakość życia psa, zamiast jedzenia, znacznie większe korzyści ma poświęcanie mu nieco więcej czasu, zabawa, możliwość wybiegania się czy zapewnienie kontaktów z innymi psami.

10/ Nie należy się martwić, jeśli pies nie zjada dokładnie zalecanych na opakowaniu dziennych dawek karmy

Na opakowaniach gotowych karm dla psów przedstawione są przybliżone dzienne dawki, które pies powinien zjeść w zależności od swojej masy ciała. Są to jedynie dane orientacyjne i nie uwzględniają indywidualnych różnic w metabolizmie czy poziomie aktywności fizycznej. Ilości zalecane na opakowaniach powinny być zatem zweryfikowane na podstawie obserwacji zachowania psa oraz kontrolowania jego masy ciała. Jedynym właściwym sposobem na przekonanie się, czy pies zjada wystarczającą ilość karmy, jest obserwacja jego kondycji fizycznej.



Bibliografia

Rozdział 1

1. Kealy RD, Lawler DF, Ballam JM, Mantz SL, Biery DN, Greeley EH, Lust G, Segre M, Smith GK, Stowe HD. Effects of diet restriction on life span and age-related changes in dogs. *J Am Vet Med Assoc.* 2002 May 1;220(9):1315-20.
2. Lawler DF, Evans RH, Larson BT, Spitznagel EL, Ellersieck MR, Kealy RD. Influence of lifetime food restriction on causes, time, and predictors of death in dogs. *J Am Vet Med Assoc.* 2005 Jan 15;226(2):225-31.

Rozdział 2

1. Changeux JP. *L'homme neuronal (the neuronal man)*. Paris, Fayard, 1983.
2. Goldberg J. *Les sociétés animales (animal societies)*. Paris, Delachaux, 1998.
3. Heymer A. *Vocabulaire éthologique (ethological vocabulary)*. Paris, PUF, 1977.
4. Lorenz K. *Les fondements de l'éthologie (the foundations of ethology)*. Paris, Flammarion, 1978.
5. Muller G a - *Présentation de quelques cas cliniques de sociopathies chez le chien et de quelques conflits territoriaux chez le chat. Mémoire pour le diplôme de comportementaliste des écoles vétérinaires françaises ; (presentation of several clinical cases of sociopathy in dogs and territorial conflicts in cats. Thesis for the French veterinary school behaviouralist diploma)* 1998.
6. Muller G b - *Distinction mauvaise famille, mauvais développement, mauvaise éducation. (Distinction between bad family, bad development, bad training)* Congrès spécialisé du GECAF, Morzine 1998.

Rozdział 4

1. Appleby D. *Ain't Misbehavin': a good guide for family dogs.* 1997a *Broadcast Books, Bristol, England:* 101 – 103.
2. Appleby D. *Ain't Misbehavin': a good guide for family dogs.* 1997b *Broadcast Books, Bristol, England:* 172 - 175.
3. Burkholder WJ, Bauer JE. Foods and techniques for managing obesity in companion animals. *J Am Vet Med Assoc.* 1998 Mar 1;212(5):658-62.

4. Casey R, Fear and stress. *BSAVA Manual of Canine and Feline Behavioural Medicine 2002* Eds D. Horwitz, D. Mills and S. Heath, BSAVA, Cheltenham, England, p 151.

5. Diez M, Nguyen P, Jeusette I, Devois C, Istasse L, Biourge V. Weight loss in obese dogs: evaluation of a high-protein, low-carbohydrate diet. *J Nutr.* 2002 Jun;132 (6 Suppl 2):1685S-7S.

6. Halton TL, Hu FB. The effects of high protein diets on thermogenesis, satiety and weight loss: a critical review. *J Am Coll Nutr.* 2004 Oct;23(5):373-85.

7. Luescher AU. *Compulsive behaviour; BSAVA Manual of Canine and Feline Behavioural Medicine 2002* Eds D. Horwitz, D. Mills and S. Heath, BSAVA, Cheltenham, England p 229.

8. Markwell PJ, Butterwick RF, Wills JM, Raiha M. Clinical studies in the management of obesity in dogs and cats. *Int J Obes Relat Metab Disord.* 1994 Jun;18 Suppl 1:S39-43.

9. Pageat P. *Pathologie du comportement du chien (Pathology of dog behaviour)*. Editions du Point Vétérinaire, 1995a: 26.

10. Pageat P. *Pathologie du comportement du chien (Pathology of dog behaviour)*. Editions du Point Vétérinaire, 1995b: 325.

11. Pageat P. *Pathologie du comportement du chien (Pathology of dog behaviour)*. Editions du Point Vétérinaire, 1995c: 80-81.

Rozdział 5

1. Prochaska JO, DiClemente CC. *The Transtheoretical approach: Crossing traditional boundaries of therapy.* Homewood Ill, Dow Jones-Irwin, 1984.

Rozdział 6

1. Appleby D. *Ain't Misbehavin': a good guide for family dogs.* *Broadcast Books* 1997a: 222.
2. Appleby D. *Ain't Misbehavin': a good guide for family dogs.* *Broadcast Books* 1997b: 222.
3. Appleby D. *Ain't Misbehavin': a good guide for family dogs.* *Broadcast Books* 1997c: 101.