

(Van) huisdieren houden is gezond

Tekst en foto's: Janine Verschure

Dieren zijn belangrijk voor ons mensen. Een huisdier is veel meer dan 'iets om voor te zorgen'; het kan vriendschap en gezelschap bieden, en zelfs een stuk eenzaamheid verdrijven. Al verschillende keren is wetenschappelijk aangetoond dat het houden van huisdieren een positief effect heeft op onze gezondheid.

Als u een huisdier heeft, krijgt u sneller contact met andere mensen. Wij worden blij van praten met andere huisdieren-bezitters. Bij de dierenspecialist is het bijvoorbeeld een bekend verschijnsel dat er mensen zijn die iedere dag één blikje kattenvoer halen. Ze hebben dan elke dag even de gelegenheid over hun dier te praten. Daarnaast – en zo mogelijk nog belangrijker – staat vast dat mensen met huisdieren langer gezond blijven.

Als wij een hond aaien of kussen, komt oxytocine vrij. Dit hormoon, dat bijvoorbeeld wordt aangemaakt door vrouwen die borstvoeding geven, zorgt voor een rustgevend gevoel. Het veroorzaakt een daling van het cortisolgehalte (stresshormoon) en vermindert angstgevoelens. Uit onderzoek blijkt dat niet alleen de mens die aait oxytocine aanmaakt,

hetzelfde geldt voor de hond die geaaid wordt. Hierdoor gaat de hond een binding aan met de mens. Wetenschappers gaan ervan uit dat dit ook geldt voor bijvoorbeeld katten, en waarschijnlijk ook voor andere zoogdieren.

Een andere opmerkelijke conclusie die onderzoek aan de universiteit van Minnesota opleverde, is dat het hebben van een kat het risico op een hartaanval met ruim een derde vermindert. Men gaat ervan uit dat het aaien van een kat zo ontspannend is, dat het zorgt voor een daling van de hartslag en de bloeddruk, en dat is zo gezond dat zelfs rokende kattenbezitters minder kans hebben op een hartaanval.

Uit Duits onderzoek bleek dat veelvuldig contact met dieren zorgt voor een positief effect op het afweersysteem.

De dierenspecialist: uw dier verdient beslist een echte specialist.



Recent onderzoek door de American Psychological Association toont aan dat mensen met een huisdier zich gelukkiger voelen en gezonder zijn

dan mensen zonder dieren. Huisdieren blijken daadwerkelijk troost te bieden en zijn goed voor de gezondheid van de mens.

Elke dag dierendag

Op 4 oktober, Wereldierendag staan we even stil bij het dier en proberen dierenbeschermingsorganisaties wereldwijd de mensen te overtuigen van het feit dat ook dieren rechten hebben. Voor de meesten onder u is dierendag de ultieme gelegenheid om het eigen huisdier eens lekker in het zonnetje te zetten. Maar zeg nou eens eerlijk: dat kan toch elke dag?

Stelt u zich eens voor dat u uw dier op 4 oktober mee zou nemen naar de dierenspecialist voor wellicht de vijf mooiste minuten van zijn (of haar) leven. En dat u tijdens dat bezoek tegen uw dier zou zeggen: 'zoek maar uit; het is jouw feestje.' Dan is de kans groot dat de winkeltour van de gemiddelde hond zou eindigen bij de kauwkluijjes of hondenkoekjes, en dat uw kat niet verder komt dan de kattensnoepjes of een sappig hapje blikvoer. Het konijn zou gaan voor de snacks met wortelsmaak en de hamster geeft de voorkeur aan pit-ten en granen. Want ook bij dieren gaat de liefde heel vaak door de maag.

Niet uit de voorraadkast

De dierenspecialist is waar u terecht kunt om verantwoord lekkers voor uw huisdier te kopen. Zo loopt u niet het risico dat u

het dier een snoepje geeft dat schadelijk is voor zijn gezondheid. Wist u bijvoorbeeld dat er regelmatig honden en katten overlijden na het eten van chocolade? De stof theobromine, die in cacao voorkomt is namelijk giftig voor uw huisdier. Hamsters kunnen niet tegen een overdaad aan suiker of vet en er worden regelmatig konijnen ziek doordat ze eten uit de voorraadkast krijgen, waar ze niet tegen blijken te kunnen. Huisdierensnoepjes uit de dierenspecialist daarentegen, zijn evenwichtig samengesteld en daardoor - mits ze natuurlijk met mate gegeven worden - gezond en lekker voor uw dier. En dan is daar natuurlijk nog een psychisch aspect. Door het dier van tijd tot tijd wat lekkers te geven versterkt u de band en leert u hem dat het goed toeven is in uw buurt. Want een huisdier is nog veel leuker als hij u ook leuk vindt!

Al horende leert men

Veel kromsnavelen kunnen praten, maar met name de grijze roodstaart papegaai staat bekend om zijn verbazingwekkende spraakvermogen. Aan de andere kant zijn er ook grijze roodstaarten die het praten niet onder de knie krijgen, maar die geweldig goed zijn in het imiteren van geluiden. De ringtoon van uw mobiele telefoon, de deurbel, bepaalde reclamedeuntjes of het gebel van uw hond. Papegaaien kunnen het zo perfect nadoen dat u er keer op keer in trapt en daar hoeft u helemaal niets voor te doen. De vogel leert 'al horende'.



Levend schilderij

Een aquarium, levend schilderij in de woonkamer. Veel mensen dromen ervan maar in sommige gevallen wordt dat schilderij uiteindelijk niet het kunstwerk waar ze zich op verheugd hadden. Oorzaak? Haast.

Het is namelijk onverstandig om direct vissen in een zojuist gevuld aquarium te doen. Laat de bak, compleet met water, bodembedekker, decoratie, filter en eventueel verlichting en verwarming, enkele weken rijpen, voordat u op zoek gaat naar planten. Het is verstandig om bij de dierenspecialist of aquariumspecialist te vragen naar planten die specifiek geschikt zijn voor beginners, maar het is

zeker ook raadzaam om bij aankoop te melden welke vissen u wilt gaan houden. Sommige planten zijn namelijk niet geschikt voor vissen die er bijvoorbeeld van houden om in de bodem te woelen. De planten zullen het leefklimaat onder water behoorlijk veranderen. Daarom is het verstandig om na aanplant wederom enkele weken te wachten voordat u vissen gaat kopen.



Bedenk het, en het is er

De markt voor huisdierenvoeders heeft de laatste decennia een ware evolutie doorgemaakt. Waar vroeger – pakweg een halve eeuw geleden – katten brood met vis (of melk), en honden brood met vlees (of melk) kregen. En dan, om de kosten te drukken, met de nadruk op brood, kun je vandaag de dag voor je dier het beste van het beste kopen. Speciaalvoeders voor dieren van alle leeftijden, voor voor binnen-, buiten-, huis-tuin-en-keuken- of raskatten.

Visvoer dat de vissen mooi op kleur houdt en premiumvoer voor hamsters. En wat denk je van honden- en kattenvoer dat speciaal geproduceerd werd voor speciale rassen? Bedenk het, en het is er.



Een dier dat een goed uitgebalanceerd dieet krijgt, zal er beter uitzien en vaak langer leven dan soortgenoot die 'low budgetvoer' krijgt. Sommige honden of katten krijgen vachtproblemen van goedkoop blikvoer. Ook komt het regelmatig voor dat dieren maag-darm of blaasproblemen krijgen van sommige soorten voer. Vaak helpt het dan om over te stappen op een voer van hogere kwaliteit.

Deze pagina is gemaakt in samenwerking met het Hoofdbedrijfschap Detailhandel