

*“Let food be your medicine
and medicine be your food.”*

Hippocrates

Natuurlijk Gezonde Dieren
Rijnstraat 226, 1079 HV Amsterdam
Tel.: 020-6421888
Email: info@natuurlijkgezondedieren.nl
Web: www.natuurlijkgezondedieren.nl

Voeding is in de volksgezondheid de laatste jaren een 'hot item'. Het overgewicht bij mensen (en dieren) neemt schrikbarend toe, fast-food ketens liggen onder vuur en biologische voedingen zijn niet meer uit het schap weg te denken.

Voeding staat aan de basis van de groei van je lichaam, je gezondheid en je levenslust. Je spijsverteringsstelsel, wat begint bij het gebit met speeksel en enzymen en eindigt in de endeldarm, zorgt ervoor dat alle bouwstoffen die nodig zijn voor een gezond lichaam uit het voedsel gehaald worden. In de Traditionele Chinese Geneeskunde (TCG) wordt voedsel door de Maag en Milt omgezet in Qi (Levensenergie), Wei Qi (weerstand) en Xue (Bloed). Een goede voeding zorgt dus voor voldoende energie, weerstand en balans tussen de verschillende organen. Een goede voeding zorgt er dus voor dat u gezond bent en blijft.

Maar... wat is goede voeding... En hoe vertalen wij dit naar de voeding voor onze huisdieren? Iedereen heeft een andere mening over voeding en elke honden- en kattenbezitter is 'home-made' voedingsspecialist.

Carnivoren

Honden, katten en fretten zijn carnivoren en hebben een andere voeding nodig dan wij mensen (omnivoren). Het spijsverteringsstelsel van carnivoren is ook anders dan die van de mens of van herbivoren (plantenetters). Carnivoren hebben een schaargebite, bedoeld om prooidieren en vlees in stukken te snijden en te scheuren. Het speeksel bevat geen enzymen die koolhydraten afbreken zoals bij de mens, maar dient er voor om het voedsel door de slokdarm te laten glijden. De maag is klein en erg zuur en de darmen zijn kort. De spijsvertering van de carnivoor is er dus helemaal voor gemaakt om vlees te verteren. Een herbivoor heeft een heel ander gebite, bedoeld om de celwanden van planten kapot te malen, heeft een grote (of meerdere) maag en hele lange darmen en is zo gemaakt om de moeilijk te verteren planten te kunnen verteren.

Honden en katten voeren zich in het wild met hele prooidieren. Deze bevatten verschillende soorten spieren, botten, organen en darminhoud. Een hond zal vaak als eerste de verteerde darminhoud soldaat maken en de meeste katten laten de dikke darm en maag links liggen. Dus ook tussen honden, katten en fretten zijn er verschillen qua voeding.

Brokken

De brokken die wij onze honden en katten voorschotelen lijken helaas niet heel erg op een prooi. Natuurlijk, brokken zijn makkelijk, ruiken goed en zijn vaak verslavend lekker. Allemaal gemakken voor u als eigenaar. Maar wist u dat de eiwitbron vaak gemalen afval van de vleesindustrie of kippenveren is? En wist u dat de brok voornamelijk uit granen bestaat (tot wel 80%) en synthetische vitaminen, mineralen en andere toevoegingen bevatten die ervoor zorgen dat de brokken de optimale samenstelling hebben? Dit gemengde poeder wordt vervolgens verhit (tot wel 200°C) en samengeperst tot brok. De verhitting van vleesmeel en graanmeel zorgt voor een chemische reactie wat ervoor zorgt dat suikers en aminozuren niet meer door het lichaam worden opgenomen. De vetten die in de brok zitten gaan door de verhitting oxideren waarbij er vrije radicalen vrijkomen en ook gaan er veel mineralen en vitaminen verloren. Verder zitten er in brokken geen bacteriën en enzymen, nodig voor een goede darmflora. Dit kan leiden tot een slecht immuunsysteem. Dus, met brokken kan uw huisdier geen goed darmstelsel opbouwen wat betekent dat de gezondheid niet optimaal is, ook terwijl u niet het idee heeft dat hij of zij ziek is.

Natuurlijk zijn er ook betere brokken, met biologisch vlees, zonder granen en welke geperst worden zodat er maar tot 90°C verhit moet worden. Maar het blijft meel wat verhit wordt.

Ook volgens de Chinese geneeskunde valt er aan brokken het een en ander aan te merken. Voedsel en kruiden hebben in de TCG een energie (scherp, zoet, zuur, zout, bitter en neutraal) en een temperatuur (koud, koel, neutraal, warm en heet). Brokken zijn in de TCG heel erg heet van temperatuur en erg zoet van energie. Teveel brokken leidt tot verhitting van de Maag met braken en diarree als gevolg en kan leiden tot Vocht ophopingen en Flegma (dik slijm). Ook zorgt de Hitte ervoor dat het lichaam uitdroogt (Yin Deficiëntie) met ziekten als suikerziekte, nierproblemen, te snel werkende schildklier, allergieën, auto-immuunziekte en kanker als gevolg.

Rauwe voeding

Een droge brok is, in onze ogen, dus niet de beste voeding voor een hond of kat.

We moeten proberen onze huisdieren een voeding te geven die het meest lijkt op die van hun natuurlijke dieet. Dan komen we dus al snel uit op het geven van rauw vlees en/of prooidieren.

Compleet vers vlees voeding (KVV)

De makkelijkste manier om uw dier vers vlees te geven is door een leverancier samengestelde diepvries voeding (KVV). Dit is complete versvleesvoeding die de verhoudingen van vlees/bot/organen/groenten in prooidieren evenaart. Het is een complete voeding met alle voedingswaarden, mineralen en vitaminen die uw hond, kat of fret nodig heeft. De worsten zijn voor u ingevroren zodat het rauw gegeven kan worden met zo min mogelijk verlies van voedingsstoffen. Een nadeel van deze voeding is dat uw dier er niet aan hoeft te kluiven. Dit is wel belangrijk voor het behoud van het gebit en kluiven werkt stressverlagend (bezigheidstherapie) en zorgt voor een versterking van de Milt Qi. Daarom kunt u de worsten het beste een paar keer per week afwisselen met botten.

Overstappen van brok naar vers vlees

Het beste kunt u als u wilt overstappen naar vers vlees uw hond gelijk overzetten op het verse vlees. In de eerste week kunt u de voeding het beste wat verwarmen, dit kan door er wat kokend water over te gieten, 'au bain marie', met een stoompotje of te verhitten in een pannetje met olijfolie. Verwarmen in een magnetron kan wel maar raden wij sterk af. De straling zorgt ervoor dat voedingsstoffen en vitaminen vernietigd worden en dat er vrije radicalen vrijkomen. Geef de voeding in ieder geval altijd op kamertemperatuur, nooit direct uit de koelkast. Er zijn weinig honden die moeite hebben met de overstap naar vers vlees en bijna alle honden vinden het veel smakelijker. Mocht de hond last krijgen van diarree kunt u het beste wat probiotica door het eten mengen. Maak wel gebruik van de verschillende merken en smaken. Alles kunt u door elkaar gebruiken wat de maaltijd voor de hond leuker en afwisselender maakt.

Katten zijn vaak wat moeilijker in het overzetten van brok naar vers. In eerste instantie kunt u dezelfde strategie aanhouden, gelijk overzetten op het verse vlees. Laat u in de winkel goed voorlichten over wat de meeste katten het lekkerst vinden. Verwarmen is erg belangrijk de eerste weken. Mocht de kat het echt niet willen eten dan kunt u het verse vlees mengen met wat (goede kwaliteit) blikvoer. En dan elke week wat minder blikvoer en wat meer vers vlees door elkaar mengen. Katten houden van afwisseling. Maak daarom ook gebruik van het ruime aanbod in de winkel. Veel katten zullen een periode hebben dat ze een soort vlees bijvoorbeeld niet meer willen eten. Dat betekent niet dat hij/zij geen andere smaken of merken vers vlees meer eet. U kunt twee keer per week een prooidier (muis, rat) of wat kleine botjes (kippennekken, eendenvleugels, eendennekken) geven voor de afwisseling en deze zijn goed voor het gebit.

Aanbevolen hoeveelheid

De aanbevolen hoeveelheid vers vlees is voor de volwassen hond en kat 20 tot 30 gram per kilo lichaamsgewicht. Pups en kittens mogen tussen de 40 en 60 gram per kilo lichaamsgewicht hebben. Veel honden hebben honger bij de overstap van brok naar vers vlees. Dit komt door de langzamere vertering van brokken waardoor de maag en darmen eigenlijk altijd gevuld zijn. U kunt dit door middel van het toevoegen van groenten wat corrigeren. De groenten zijn calorie-arm en zullen voornamelijk zorgen voor maagvulling en dus minder hongergevoel. Hier kunt u ook mee spelen bij honden of katten die moeten afvallen door ze minder vers vlees aan te bieden (bv 15g/kg lichaamsgewicht) en aan te vullen met groenten.

Pups en senioren

Bij jonge en oudere dieren kunt u het beste het verse vlees elke keer verwarmen. De reden hiervoor is dat de Milt Qi bij jonge en oudere dieren wat zwak is. Deze Milt Qi wordt door koud eten nog meer verzwakt wat onder andere verteringsproblemen met zich mee kan brengen.

Zelf eten maken (BARF)

U kunt natuurlijk ook af en toe een complete vers vleesmaaltijd vervangen door een rauw bot, een stuk pens, stukjes runderhart, een kipfilet, een stuk vis etcetera. Hiermee bent u al een klein beetje begonnen met het BARF-en. Mocht u dit bevallen kunt u hier natuurlijk helemaal op overstappen. Hierbij geldt eigenlijk één regel: voldoende variatie. Geef verschillende soorten vlees of vis, verschillende soorten bot, verschillende groenten en fruit. En wees ook niet bang dat je een keer geen complete maaltijd aanbied. Wij eten ook niet elke dag een uitgebalanceerde maaltijd. Maar de voeding zou wel over een maand genomen compleet moeten zijn.

Er zijn verschillende ideeën in het zelf samenstellen van vers vlees en wat een hond of kat zou moeten eten. Ian Billinghurst, Richard Pitcairn, Mogens Eliassen, Tom Lonsdale en Kymthy Schultze zijn een aantal bekende voedingsdeskundigen welke boeken hebben geschreven over rauwe voeding bij de hond en kat.

De richtlijn die hieronder staat is van Ian Billinghurst (met wat aanpassingen van ons):

- Vlees met bot (Raw Meaty Bones (RMB), 50% bot met 50% vlees)
 - 50% voor de hond, 40-50% voor de kat.
 - o.a. ribben, wervels, hele karkassen, nekken, hele prooidieren (kip, fazant, eend, konijn, muis, rat, hamster, kwartel).
- Spiervlees of vis
 - 0-20% voor de hond, 30-40% voor de kat.
- Orgaanvlees
 - 10-15% voor de hond, 20-25% voor de kat.
 - o.a. lever, nier, hart, maag, long en pens. Lever en nier moet niet vaker dan 2 keer per week gegeven worden. De meningen zijn wat verdeeld over pens, dit mag naar ons idee elke dag gegeven worden en ook in een grotere hoeveelheid dan de 10-15%.
- Groenten en fruit
 - 15% voor de hond, 5% voor de kat.
 - o.a. spinazie, andijvie, paksoi, selderij, kool, broccoli, wortel, biet, tomaten, paprika, erwten, kidneybonen, champignon, vijg, dadel, appel, peer, banaan, meloen, bessen, avocado, druiven.
 - geef liever geen ui en prei. Veel pitten zijn giftig (o.a. van de avocado en appel), dus geef deze voor de zekerheid niet.
 - veel fruit en groenten wordt bespoten met gif welke ook giftig kunnen zijn voor uw huisdier, geef het liefst groente en fruit van een biologische teelt en was alles goed.
 - er zijn veel meningen over welke groenten wel en welke niet goed zijn voor uw huisdier. In principe komt het er op neer dat alles goed is, maar met mate en wissel regelmatig af in de soorten groenten en fruit.
- Koolhydraten
 - 0-10% voor de hond, 0-2% voor de kat.
 - o.a. bruine rijst, haver, tarwe, gerst, gierst, spelt.
- Supplementen, noten, zaden en kruiden
 - 10% voor de hond, 5% voor de kat.
 - plantaardige of visolie, alfalfa en kelp zijn altijd nodig bij de voeding.
 - o.a. probiotica, eieren, walnoten, amandelen, sesam zaad, zonnebloem zaad, pepermunt, koriander, peterselie, bieslook, majoraan, kurkuma en knoflook kun je een paar keer per week door het eten mengen.
 - eventueel een multivitamine en mineralen complex (1%) van o.a. de groene os of phytonics.

Dit is een richtlijn om u in het begin te ondersteunen, na verloop van tijd kunt u van deze verhoudingen best afwijken en zelf experimenteren. Het grootste aanbod van de voeding voor uw huisdier bestaat dus uit rauwe botten met voldoende vlees eraan. U mag al het vlees geven met uitzondering van varkensvlees (dit kan namelijk het Aujeszky virus bevatten). Het best geeft u de niet-dragende delen van een dier, dus vleugels, ribben, nekken, etc. Dragende delen zoals een runderknie is te hard waardoor de kiezen kunnen afslijten of breken. Gevogelte als kip, eend en fazant zal uw hond (maar zeker ook sommige katten en fretten) helemaal opeten. U kunt er voor kiezen om een bot met vlees, een karkas of een prooidier te geven. Bij prooidieren moet u denken aan kuikens, muizen en ratten die het dieet van katten en fretten verrijken. Het is belangrijk om botten en prooidieren onverhit te geven. Verhitting leidt ertoe dat de botten keihard worden en kunnen gaan splinteren wat tot maag- en darmbeschadigingen of zelfs tot darmperforaties kunnen leiden. Doordat de maag veel zuurder is dan bij mensen (wel 1000x!) worden de schadelijke bacteriën en parasieten gedood. Hierom hoeft u zich om bijvoorbeeld Salmonella in rauwe kip geen zorgen te maken. Dieren die op vers vlees staan hebben veel minder wormen in het lichaam en hoeft u minder vaak te ontwormen.

Ook moet u er op letten dat in het dieet ook orgaanvlees, een bron van essentiële vetzuren, mineralen, vitaminen, en enzymen voorkomt. Verder kunt u de voeding voor de kat aanvullen met een kleine hoeveelheid koolhydraten en groenten. Honden mogen meer koolhydraten en meer groenten krijgen. Verder kun je lekker spelen met de ingrediënten. Geef eens een keer een appel of meloen als het heel warm is en geef eens wat nootjes als beloning. Geef het liefste seizoensproducten. Zomergroenten koelen het lichaam en houden het vochtig, wintergroenten verwarmen het lichaam. De koolhydraten en groenten kunt u het beste wel koken. Het mooiste kunt u dit doen in een stoempot. Deze verhitting zorgt voor een minimaal verlies van vitaminen en mineralen. Het best kunt u de rijst iets doorkoken om de vertering iets makkelijker te maken. U kunt ook de groenten heel fijn malen en rauw geven, het gaat erom dat de celwanden kapot gemaakt worden. Een multivitaminen en -mineralen complex is niet noodzakelijk. Voor uw gevoel misschien wel veilig zodat u altijd zeker bent van een volledige voeding. Ga ook wat spelen met de supplementen, mocht de vacht niet mooi zijn, doe er wat zalmolie door, mocht de ontlasting wat hard zijn, geef wat meer nootjes door het eten, kelp en alfalfa zijn een grote vitaminen en mineralen bron en beetje knoflook werkt tegen vlooien.

Fretten

U kunt qua vers vlees voor fretten ongeveer hetzelfde dieet aanhouden als voor katten. Echter laten we bij fretten de koolhydraten helemaal weg uit het dieet. Wat ze binnen krijgen aan maaginhoud van een prooidier is voldoende koolhydraten en sommige fretten laten ook dit zelfs liggen. Prooidieren als muizen, ratten, hamsters, kwartels en andere kleine dieren liggen het dichtst bij het natuurlijke dieet van de fret. Maar u kunt ze ook echt trakteren op vis en insecten! Probeer eens een sprinkhaan of wat meelwormen en u zal zien dat uw fret ook hier enthousiast van wordt. Naast prooidieren is er ook voor de fret KVV-voeding op de markt. Omdat dit een fijn gemalen product is, raden we ook hier weer aan om regelmatig botten of prooidieren te geven om het gebit te poetsen en als bezigheids therapie.

Rasverschillen

We hebben het er al even over gehad dat honden, katten en fretten carnivoren zijn en dat er qua voeding verschillen zijn tussen deze diersoorten. Maar er zijn ook verschillen tussen de verschillende hondenrassen (en waarschijnlijk ook kattenrassen). Elk hondenras komt oorspronkelijk uit een bepaald land en is daar gefokt voor bepaalde doelen en de basis van het ras is gelegd bij de lokale bevolking. Het is pas sinds tientallen jaren dat elk hondenras wel in Nederland te vinden is. Maar, laten we niet vergeten waar de 'roots' liggen. De labrador retriever komt bijvoorbeeld uit Newfoundland, de westy uit Schotland, de whippet uit Noord Afrika en de chowchow uit China. Doordat elk land en elke streek zijn eigen voedselproducten heeft en elke hond gefokt is voor bepaalde doeleinden kun je eruit afleiden dat elk ras van oorsprong een andere voeding heeft gekregen. In Afrika staat er ander voedsel op het menu dan in China of Duitsland. Mr.Cusick (www.wdcusick.com) heeft een mooi boek geschreven over de oorspronkelijke voeding van honden. Deze rasverschillen komen ook naar voren in bijvoorbeeld de anatomie van de chow chow, een hond gefokt voor vlees. De hoofdbestanddelen van de voeding bestond in China voornamelijk uit rijst, granen, soja en vis. De kiezels van de chow chow zijn ook platter dan de rest vd hondenrassen wat ervoor zorgt dat de chow chow meer een omnivoor is geworden.

De Duitse herder heeft ook een anatomisch verschil in vergelijking met de meeste honden. Zijn dikke darm is namelijk korter dan gemiddeld. Dat betekent dat ze relatief meer vezels in de voeding nodig hebben om de vertering te vertragen zodat alles goed verteerd kan worden. Het ideale dieet voor de Duitse herder bestaat uit rundvlees, tarwe en bladgroenten als kool en alfalfa.

De westy bijvoorbeeld is gefokt voor het beschermen van de oogst tegen vossen, konijnen en knaagdieren. Deze knaagdieren staan dan ook het liefst op het menu van de westy. Ook kip, lamsvlees, aardappelen, gerst en tarwe zijn lokale voedselbronnen. Onze labrador retriever leefde in een gebied waar de lokale voedselbron caribou, vis en walvisvet waren.

Dus zelfs per ras zijn er verschillen. Niet heel vreemd natuurlijk, want de verschillende eetcultuur bij mensen heeft hiervoor gezorgd.

Moet je hier rekening mee houden? Nee, de wolf blijft bij alle rassen de echte voorouder, dus in principe is de hond een echte carnivoor, maar het is wel leuk om even te kijken op de website en het zal zeker je blik verruimen en een uitbreiding van het kookplezier worden.

Voedingstherapie

Zoals gezegd heeft elke voeding een bepaalde energie en temperatuur. Bij bepaalde ziekten kunnen we u adviseren om bepaalde vleessoorten, koolhydraatbronnen of groenten wel of niet in het dieet van uw huisdier te geven. Bij chronische ziekten zullen we met behulp van deze voedings therapie de gezondheid van uw dier ondersteunen.

Hopelijk kunt u met bovenstaande uitleg over vers vlees nu begrijpen waarom wij voorstander zijn van vers vlees voeding bij honden, katten en fretten. Op het internet zijn diverse fora te vinden over voeding en er zijn tal van boeken uitgebracht die u op weg kunnen helpen. Deze zijn ook te koop bij ons in de winkel.

Mocht u nog vragen hebben kunt u altijd bij ons terecht. Dit kan per email, telefonisch of u kunt langs komen in de winkel.

Veel eet en kookplezier!

Stefan en Linda Veenstra