

Overgewicht bij huisdieren

Uit onderzoek van de Universiteit Utrecht blijkt dat in Nederland de helft van de honden en katten overgewicht heeft. Van de honden valt acht procent in de categorie 'zware obesitas'. Van de katten is dit tien procent.

Overgewicht kan gevolgen hebben voor de gezondheid van een huisdier. Zo kunnen gewrichtsproblemen, hartproblemen, kortademigheid en een grotere vatbaarheid voor infecties ontstaan. Omdat de mobiliteit van dieren beperkt wordt, bewegen zij minder. Dit kan leiden tot depressie. Uiteindelijk kan overgewicht de levensduur van huisdieren met gemiddeld twee jaar inkorten. Het is dus in het belang van het dier om te voorkomen dat hij of zij te maken krijgt met overgewicht.

Heeft mijn dier overgewicht?

Het is belangrijk om in de gaten te houden of uw dier een gezond gewicht heeft. Dit kunt u onder meer doen door uw dier goed te onderzoeken. Wanneer een hond een ideaal gewicht heeft, zijn de ribben, ruggenwervel en heupbotten goed te voelen, de taille en buikplooi zijn te zien en een beetje vet is voelbaar. Voor katten geldt ook dat zowel ribben, ruggenwervel en heupbotten makkelijk voelbaar zijn, dat de taille zichtbaar is en een beetje buikvet te herkennen is.

Voor een duidelijk overzicht, check de Pet Size-O-Meters van de Britse vereniging PFMA. Deze is er voor [honden](#), [katten](#), [konijnen](#) en [vogels](#).



Oorzaken overgewicht

Overgewicht bij honden en katten is vaak het gevolg van een verkeerde verhouding tussen voeding en beweging. Zo krijgen te zware huisdieren bijvoorbeeld te veel voeding en tussendoortjes, of snacks die niet bedoeld zijn voor huisdieren (zoals bijv. een stukje kaas, of koek). Ook het stelselmatig (bij)voeren van maaltijdresten kan leiden tot gewichtstoename.

Daarnaast komt obesitas bij huisdieren voort uit te weinig beweging. Zo laten hondeneigenaren hun dieren steeds minder lang en frequent uit, waardoor zij te weinig calorieën verbranden. Afhankelijk van het ras, moet een hond minimaal twee keer per dag een half uur actief zijn. Voor katten geldt dat zij in principe vier keer per dag tien minuten lang in beweging moeten zijn. Samen actief bezig zijn is leuk voor het baasje en het dier.

“Samen actief bezig zijn is leuk voor het baasje en het dier”



Tips voor het voorkomen van overgewicht



Geef uw huisdier de aanbevolen hoeveelheid voeding volgens de richtlijnen op het etiket.

Houd het gewicht van uw huisdier in de gaten en pas indien nodig en afhankelijk van leeftijd, ras en leefstijl, de hoeveelheid voeding aan. Gebruik een keukenweegschaal om zo precies de goede portie te krijgen.



Beweeg!

Zorg ervoor dat het dier actief is door te spelen of naar buiten te gaan. Kijk hierbij natuurlijk naar het energieniveau van een dier: een oudere hond heeft minder behoefte aan heel veel wandelen dan een jonge viervoeter.



Goed voer!

Zoek uit welke voeding de goede match is met uw huisdier. Doe dit eventueel in overleg met de dierenarts. Bekijk ook de etiketten op de verpakking.



Snacks zijn lekker, maar probeer dit niet te vaak te doen.

Pas dan ook de grootte van de andere maaltijden aan, zodat het aantal calorieën binnen de perken blijft. Voorkom het geven van maaltijdstrengen en snacks die voor mensen bedoeld zijn.



Weeg het huisdier regelmatig, zodat u direct kunt ingrijpen bij veranderingen in gewicht.

Bij een gezond gewicht zijn de ribben van het dier voelbaar bij lichte druk.



Als uw huisdier overgewicht heeft, of gewichtsveranderingen ondergaat, ga dan naar de dierenarts.

Er kan dan sprake zijn van een gezondheidsprobleem dat een speciaal dieet of een bepaalde behandeling vereist.

**Bezoek, voor meer informatie
en tips, onze website!**

