

Dierendag special on food

Dees Hubbard

Mijn naam is Dees Hubbard trotste huisdier eigenaar van Gijsbrecht en Doris en oprichter van Beest-o-theek.

Beest-o-theek is een reizende dieren bibliotheek met een kunstzinnig en maatschappelijk motief en is er voor verschillende instellingen: educatie, zorginstellingen of voor thuis. Daarnaast heb ik een kleine webshop met huisgemaakte producten.

Mijn liefde voor dieren begon eigenlijk vanaf mijn geboorte opgegroeid met een herdershond aan mijn zijde en op mijn 6de verjaardag mijn eerste echte eigen hamster. Dat was nog eens een verantwoordelijkheid. Inmiddels ben ik alweer tien jaar samen met mijn kat Gijs een heilige birmaan pers kruising. Mijn grootste food critic, samen met Doris zijn hondenzusje een Basset Artesien Normand hebben ze de volgende twee recepten voor jullie voorgeproefd!

Met vallen en opstaan leer ik al heel mijn leven veel over dieren, hun gedrag, waar hebben ze behoefte aan en bovenal wat is nu eigenlijk gezond eten. Met de komst van Gijs ben ik ontzettend veel gaan onderzoeken naar hoe carnivoren eten en hoe zij gelijk zijn aan onze huidige rassen en kruisingen. Boeken als: The Royal Treatment a natural approach to wild healthy pets van Barbera Royal, websites als Catmoneo en voerwijzer. (meer van mijn onderzoeksliteratuur zal ik toevoegen in de bijlage)

Er ging een wereld voor mij open en met daarbij een logica, het is allemaal niet zo moeilijk. Af en toe kreeg ik schuine blikken van verschillende dierenartsen vooral toen Gijs last van tandsteen begon te krijgen. "Voer hem maar brokken." Was het standaard antwoord wat ik kreeg. Natuurlijk (eigenwijs als ik ben) liet ik me niet kisten en ben verder dan ooit in de tunnel van dierenvoedsel gevallen.

Mijn missie en visie is om eigenaren en hun huisdier te verbinden. Door samen te leren, experimenteren maar bovenal op een laagdrempelige manier in je eigen keukentje een sterrenmaaltijd te kunnen bereiden voor je viervoeter.

Ik heb geen specifieke diploma's op het gebied van diervoeding, maar wat ik wel heb zijn een kat en hond een dosis logisch verstand en bovenal praktijk voorbeelden van mijn eigen huisdieren en die van familie, vrienden en kennissen.

Fastfood

Brokken, wat zijn dat nu eigenlijk? Het zijn over het algemeen samengeperste korrels die op hoge temperatuur zijn verwarmd. Bij de bekende grotere merken heb je ze zelf voor een specifiek ras of voor de mate van activiteit van je viervoeter. Het ziet er ook nog eens aantrekkelijk uit, mooie verpakking en bij de eerste twee woorden op de voorkant ben je al overtuigd. Helaas is dat vaak een sprookje een mooie marketing stunt. Ik daag je uit om de ingrediëntenlijst van een zelfde merk bijv. Royal Canin, Hills of Prins en deze te vergelijken. Stel je pakt van Royal Canin brokken voor de Britse korthaar en Ragdoll of voor een Shiba Inu en Poedel, leg de ingrediëntenlijsten naast elkaar en ga ze vergelijken. Dan zie je dat het nagenoeg hetzelfde is.

Tijdmachine

Ik neem even mee terug in de tijd naar de jaren vijftig. Het tijdperk waarin de meeste fastfood ketens zoals Mac Donalds tevoorschijn kwamen. Snel geproduceerd, efficiënt en goedkoop. Handig toch? Helaas niet zo gezond zoals iedereen wel weet. Met de opkomst van de fastfood ketens kwam ook de brok te voorschijn. Zo zouden brokken aan alle behoefte voldoen die een hond of kat nodig zou hebben en ook nog eens makkelijk in gebruik, helemaal top! Zelfs de meeste dierenartsen werden opgeleid in de wetenschap dat deze

korrels goed voor onze huisdieren waren. Grote bekende merken sloegen hun slag door deals aan te gaan met dierenartsenpraktijken, fokkers en andere dier gerelateerde industrieën. "Promoot mijn merk in jullie praktijk en in ruil daarvoor sponsoren wij jullie." Waar veel geld is is macht en daar kan gebruik van gemaakt worden. Voor onder andere marketing doeleindes en flink geld binnen te halen.

Helaas zijn veel katten hier in de jaren tachtig de dupe van geworden. Veel van de huiskatten overleed aan hartklachten omdat er te weinig Taurine in de brokken verwerkt waren.

Wat aten huis honden en katten vroeger

De meeste viervoeters kregen restjes van ons eten, botten orgaanvlees, pens etc. katten werden voornamelijk gehouden om muizen te verjagen. Zij aten dus veel kleine prooidieren en af en toe wat lekkers uit de pot.

Gezondheid

Terug naar het nu

Vandaag de dag zie je veel huisdieren met overgewicht en soms mensachtige gezondheidsproblemen. Is dit heel raar? Nee in wezen niet, als je dieren droge korrels voert waarin veel graan is verwerkt en op hoge temperaturen is verwarmd dan maak je alle essentiële goede voedingsstoffen kapot. Fabrikanten voegen er dan poeders aan toe om deze vitamines en mineralen weer aan te vullen.

Tegenwoordig zijn er ook fabrikanten die graanvrije brokken verkopen. Deze worden dan vaak vervangen door bietenpulp, zoete aardappel en bijvoorbeeld groente. Hoewel groente, fruit en kruiden in kleine hoeveelheden heel gezond zijn voor honden en katten, blijft helaas het feit dat hete verhitting van hondenbrokken de vitamine en mineralen kapot verhit zijn.

Van binnen nog steeds hetzelfde

Alle huiskatten stammen af van de Afrikaanse wilde kat ook wel bekend als *Felis silvestris lybica*. Deze komen voor in Zuidoost-Europa, Afrika en Azië. Deze kleine katachtige jaagt op kleine knaagdieren en vogels. Onze huistijgers zijn qua uiterlijk wel anders maar qua dieët hebben ze veel overeenkomsten.

Honden stammen af van de wolf de *Canis lupus*, dat is iets wat jullie waarschijnlijk al wisten. Het dieet van een wolf bestaat voornamelijk uit reeën, herten, zwijnen en overig wild. Net als de huiskat verschillen hondenrassen en kruisingen wel van de wolf maar qua dieet komen hun behoeftes behoorlijk overeen.

Beide dieren jagen op herbivoren, zij eten weer planten, fruit, groentes en kruiden. Dit krijgen de wolven en wilde kat binnen door het orgaanvlees en darmen. Vandaar dat een kleine hoeveelheid groen aan geven aan je carnivoor helemaal niet verkeerd is.

Met de opkomst van de brok in de jaren vijftig is er veel van het natuurlijke dieet van onze honden en katten verloren gegaan.

Als je hier even bij stil staat is het dus niet zo verwonderlijk dat veel huisdieren vandaag de dag sneller gezondheidsproblemen kunnen ervaren.

Brokken en tandplaque

Klein voorbeeld uit de praktijk. Gijs is een kat die vaak veel last heeft van tandplaque. Tandpoetsen laat hij niet toe en mondwater in zijn drinkfontein helpt ook niet, omdat hij eigenlijk al het vocht uit zijn natvoer haalt. Zeewierpoeder hielp ook matig. Inmiddels is hij drie kiesjes kwijt, de arme schat.

De dierenarts heeft mij meerdere malen geadviseerd om speciale delta brokken te geven. Omdat deze door het kauwen een schurende beweging zouden maken.

Met de kennis over brokken was dat een no go voor mij en wetende dat hij ook al plaque had toen hij nog brokken kreeg. Vaak slikte hij ze ook nog eens heel door of hij kauwde er een keer op. Hierdoor kreeg ik dus niet het gewenste effect van een poetsende beweging die een brok moest geven.

Tandproblemen?

Tandproblemen hebben niet zozeer alleen met het eten te maken, sommige rassen hebben er meer last van dan andere.

Wat betreft het oplossen van tand problemen, daar is geen een duidend antwoord op. Ik gebruik verschillende methodes en tot nu toe is zijn plaque een stuk minder.

Iedere dag krijgt hij een vingerkootje dierentandpasta op zijn natvoer, dit likt hij dan op en verspreid het zelf over zijn tanden.

Daarnaast gebruik ik kruiden zoals: peterselie, munt of citroenmelisse door zijn natvoer.

Tot slot heeft hij wat speeltjes speciaal voor tanden, soms smeer ik hier de tandpasta op.

Welke van de drie methodes het best werkt kan ik niet met zekerheid zeggen, in ieder geval versterken ze elkaar. Normaal moest hij eens in het jaar tandplaque laten verwijderen, maar de dierenarts heeft dit jaar groen licht gegeven dat hij voorlopig nog niet hoeft phew!

Ik kan dus concluderen dat speciale denta brokken wederom niet actief bijdragen aan het oplossen van het probleem. Mijn puppy Doris leer ik nu wel om haar tanden te poetsen dat scheelt me veel tramalant in de toekomst.



Wat is nu wel goed voer?

Er gaan heel wat discussies over wat nu precies goed voer is. Ik hou de regel aan: hoe minder geraffineerd hoe beter. Eigenlijk net als bij ons mensen. Op het wijde web en in de winkels zijn de keuzes voor voer eindeloos. Dat maakt het soms lastig. Ik snap ook dat je daar niet uren aan wilt besteden. Daarom heb ik hier in het kort de beste opties.

Rauw en prooidieren

Tegenwoordig zie je op veel meer plekken rauw voer en prooidieren in de vriezer liggen. Dit kunnen kuikens zijn, muizen noem maar op. Dit komt het meest dichtbij de behoefte van onze huisdieren. Ander rauw vlees kun je compleet kopen of zelf samenstellen.

Nadeel van rauw voer is dat je vaker moet ontwormen omdat de kans op wormen besmettingen en andere parasieten wat groter zijn. Gijs lust helaas geen rauw vlees ik heb het een paar keer geprobeerd maar hij wil er niet aan. Doris krijgt bewust geen rauw vlees omdat zij ingezet word als coaching hond in het onderwijs. Ze krijgt dan veel te maken met kinderen en kwetsbare ouderen. Je wil dan het risico van overdracht zo minimaal mogelijk houden. Daarom de keuze om ze niet rauw te voeren.

Blikvoer, worsten en vriesvoer

Goed hoogwaardig blikvoer en vriesvoer bestaat vaak uit een hoog percentage vlees en eiwitten (check hiervoor de ingrediënten op het blik). Het is makkelijk in gebruik en voldoet aan alle eisen. Zo kun je blikken goed meenemen als je bijvoorbeeld op vakantie ben. Ik gebruik zelf ook blikvoer, vriesvoer en worsten.

Een nadeel kan zijn dat je voor vriesvoer genoeg plek in je vriezer moet hebben. Wat betreft blikvoer is dat je niet precies weet welk vlees er gebruikt word omdat het vaak fijn gemalen is.

Vers uit eigen keuken

Het is heel leuk en het geeft veel voldoening om zelf het eten van je viervoeter te maken. Het geeft je veel vrijheid in de keuzes en je weet precies wat ze eten. Wil je zeker weten dat je viervoeter alle essentiële stoffen binnenkrijgt voeg dan een supplement toe

Klein nadeel is dat je je goed moet inlezen en dat vraagt best wel wat tijd. Maar hopelijk kun je met de volgende twee

Recept hond compleet

Ingrediënten:

2 kilo gehakt: rund, kip of kalkoen
300 gr rijst
2 Eieren + theelepel eischil
1 Blik pompoenpuree
1 zoete aardappel
2 wortels
300 gr spinazie of boerenkool
300 gr bonen of erwten
100 gr. Gevroren bosvruchten
2 etl. lijnzaad
2 etl. Zonnebloem olie of kokosolie
300 ml water

Optioneel:

250 gr Kippenlever
1 stuk ca. 250 gr. vis
1 tl. Tijm
1 tl. Kamille
1 tl. Kurkuma
Andere kruiden
Supplement multivitamine van
bijv. AniForte BARF hond

Bereiding:

1. Snijd de wortel en zoete aardappel in stukken
2. Pak een grote kookpan verhit hierin 1 eetlepel zonnebloem of kokosolie, voeg de gesneden groente toe voeg 200ml water toe en kook 20 min.
3. Pureer de eischillen TIP! koffiegrinder
4. Voeg na 20 minuten het vlees en eventueel de lever en vis, de rijst, het ei, spinazie of boerenkool, bonen of erwten en bosvruchten toe. Laat 10 min koken.
5. Draai na 10 min het vuur uit voeg het blik pompoen puree, eetlepel lijnzaad, eischil en optioneel kruiden toe en meng alles in de kookpan. Pureer met een staafmixer of stamp het.
6. Verdeel in bakjes laat afkoelen en vries in.

Richtlijn hoeveelheid per 24 uur

Puppy

0 tot 4 maanden: 50 gram per kg lichaamsgewicht
4-7 maanden: 40 gram per kg lichaamsgewicht
7-10 maanden: 30 gram per kg lichaamsgewicht
10+ maanden: 20 gram per kg lichaamsgewicht

Volwassen hond

20-30 gram per kg lichaamsgewicht

Zeer actieve, levendige en kleine honden: tot zo'n 40 gram per kg lichaamsgewicht

Drachtige en zogende hond: 30-40 gram per kg lichaamsgewicht



Recept kat semi compleet

Ingrediënten:

700 gr. gehakt: rund, kip of kalkoen
1 Ei + theelepel eischil
1 tl. lijnzaad
1 tl. Zonnebloem of kokos olie
1 tl. Krill of zalmolie
2 tl. Pompoen puree of wortel
5 blauwe bessen
100 ml water

Optioneel:

250 gr Kippenlever
1 stuk ca. 250 gr. vis
1 tl. Tijm
1 tl. Kamille
1 tl. Kurkuma
Andere kruiden

Wil je dit een langere tijd voeren en niet als eenmalige lekkernij dat kan! Je **moet** dan wel een supplement toevoegen zoals: Supplement multivitamine van bijv. AniForte BARF kat.

Heb je een moeilijke eter begin dan klein, met een gekookt kipfiliertje of kippenpoot (serveren zonder bot en met supplement)

Bereiding:

1. Pak een grote kookpan en verhit een theelepel zonnebloem of kokosolie en voeg het vlees en eventueel kippenlever of vis toe
2. Blus af met 100 ml water en voeg het ei pompoen puree of wortel, blauwe bessen toe en laat 15 min koken
3. Pureer de eischillen TIP! Koffiegrinder
4. Draai na 15 min het vuur uit voeg de lijnzaad, krill of zalmolie en kruiden naar keuze toe pureer met een staafmixer of stamp met een stamper.
5. Verdeel over bakjes, laat afkoelen en vries in

Richtlijn hoeveelheid per 24 uur

Kitten

80 tot 100 gram per kg lichaamsgewicht

Volwassen kat

30 tot 40 gram per kg lichaamsgewicht
Drachtige en zogende kat: 60-80 gram per kg lichaamsgewicht



Voorbeelden uit de praktijk

Mijn hele familie zijn echte dierenvrienden en iedereen heeft wel een hond of een kat. Ik wil graag een paar voorbeelden uit de praktijk toelichten, hoe gezond en goed voer invloed heeft op onze dieren.

Blizzard

Blizzard kreeg jaren lang brokken en naarmate hij ouder werd ontwikkelde hij suikerziekte zelfs tot het punt dat hij meermaals per dag geprikt moest worden. Na het delen van mijn eerste bevindingen wat betreft brokken, besloten zij om hem alleen nog maar volwaardig natvoer te geven met zeer weinig koolhydraten. Na een tijd hoefde hij niet meer gespoten te worden met insuline en heeft nog een paar jaar prik vrij geleefd.

Teddy

Ander voorbeeld is kat Teddy, deze kat had het welbekende probleem van blaasgruis. Kleine vergruisde steentjes in zijn blaas en plasbuis. Ook hij kreeg brokken van redelijke kwaliteit. Maar zijn gruis bleef maar terug komen. Totdat hij overstapte op volwaardig natvoer. Zijn gruis is nu in geen 5 jaar meer

terug gekomen. Ook hier is een logische redenering voor. Katten drinken weinig ze stammen zoals jullie eerder hebben kunnen lezen af van de wilde Afrikaanse kat. Deze leven in droge gebieden en drinken van nature weinig. Een eigenschap die onze katten hebben overgenomen. Je kunt dus stellen dat brokken omdat ze van droge stof zijn niet bevorderend zijn voor het blaasstelsel van onze katten en honden.

Rosie

Rosie een hondje met Atopi een hondenallergie, wat resulteert in krabben, ontstekingen en traanogen. Ook zij kreeg brokken. Ze had vaak last van haar darmen en jeukte veel. Rode pootjes en tranende ogen.

Uiteindelijk na wat zelfstudie is ze is over gestapt op hypoallergeen natvoer en huisgemaakt voer. Daarnaast krijgt ze supplement olie voor haar atopi. In de zomermaanden wanneer ze er het meest last van heeft krijgt ze er wel nog adaptil bij.

Komende tijd gaan we kijken of er nog kruiden zijn waar ze baat bij kan hebben.

Voorbeelden uit de praktijk

Gijs

Laatste voorbeeld die ik wil delen met jullie gaat over mijn eigen kat Gijs. Hij kampte met blaasontsteking dit is anders dan blaasgruis aangezien dit veroorzaakt word door een bacterie.

Drie jaar op een rij kreeg hij ieder jaar blaasontsteking altijd in de maand januari/februari. Je kon haast je klok erop gelijk zetten. Het was ook altijd in een weekend of in de nacht. Precies wanneer je weekend tarief betaald bij de dierenarts. Alsof hij mij een dikke middelvinger gaf.

Het begon met vreselijk hard gemiauw en onrustig naar de kattenbak lopen erop gaan zitten en snel weer eraf want er kwam niks. Ik snel de auto in en hup naar de dierenarts.

Na meerdere onderzoeken, echo's, bloedprikken, plasjes op kweek en heel wat euro's en medicijnen verder gingen we de deur uit.

Gijs at toen al heel wat jaar natvoer., dus ik begon te twijfelen of ik er nu wel goed aan deed. Hoe hij er precies aan kwam wist de dierenarts niet. Het zou kunnen zijn dat hij er gevoelig voor is. Maar de echte oorzaak kunnen we niet achterhalen.

In de tussentijd zat ik niet stil en had weer allerlei studies en onderzoeken gelezen. Van holistische dierenarts tot reguliere dierenartsen, forums waar baasjes van alles deelde. Tot ik weer bij mezelf kwam en dacht: "tja wat doe ik als ik een blaasontsteking heb?" "Cranberry's!"

Dus ik hop naar de supermarkt en kocht een doosje bevroren cranberry's. Twee weken lang gaf ik hem iedere dag cranberry's door zijn natvoer en na twee weken was hij weer de oude.

Nu geef ik hem nu preventief gedroogde of ingevroren cranberry's eens per week en kan ik concluderen dat dit heel goed werkt, want hij heeft al drie jaar lang geen blaasontsteking meer gehad. Soms zijn de zaken minder ingewikkeld dan je denkt.

Kruiden en groente lijst

In deze lijst vind je groente, fruit en kruiden die veilig voor hond en kat zijn. Je ziet wat voor werking ze hebben en hoeveel je ervan mag

Soort: kruiden	Werking/goed voor
Basilicum	Algehele weerstand
Brandnetel	Algehele weerstand
Citroenmelisse	Gebit en blaas
Dille	Oppepper
Duizendblad	Spijsvertering
Echinacea	Algehele weerstand
Goudsbloem	Senioren
Heermoes	Spijsvertering
Kamille	Angst en spanning
Kaneel	Suikerziekte en bloedspiegel
Koriander	Tegen parasieten
Kurkuma *	Ontstekingsremmend
Lavendel	Tegen parasieten
Marjolein	Spijsvertering
Moerbei	Senioren
Munt	Gebit, angst en spanning
Oregano	Ontstekingsremmend
Paardenbloem	Nieren en blaas
Peterselie	Gebit
Rozemarijn	Oppepper en doorbloeding
Tijm	Ontstekingsremmend
Valeriaan *	Angst en spanning
Weegbree	Luchtwegen
Zonnehoed	Algehele weerstand

Soort: fruit	Werking/kan helpen bij
Banaan	Bloedruk en spieren
Blauwe bes	Botten
Cranberry's	Blaas huidproblemen en allergieën
Meloen	Huid en vacht

Soort: groente	Werking/kan helpen bij
Broccoli	Kraakbeen en botten
Courgette	Darmflora en stoelgang
Dop ewrten en snij/sperzie bonen	Maag darmen
Pompoen	Ontstekingsremmer
Spinazie en boerenkool	Ontstekingsremmer
Wortel	Bevordert stofwisseling
Zoete aardappel	Vruchtbaarheid en spijsvertering

Hoeveelheid honden

1 theelepel per 10 kilo lichaamsgewicht met een maximum van 3 theelepels op één dag. Honden onder de 10 kilo een halve theelepel

Hoeveelheid katten

Kwart theelepel met een maximum van een halve theelepel op één dag.

Let op! deze kruidenmixen zijn enkel een aanvulling op een gezond vleesrijk dieet. Producten met een sterretje zijn niet geschikt voor zwangere of zogende dieren.

Raadpleeg zonodig uw dierenarts als uw hond of kat medicatie gebruikt. Sommige kruiden kunnen hier invloed op hebben.