

Nieuwsbrief herfst 2019



Behandel Natuurlijk veterinaire natuurgeneeskunde

Onderwerpen in deze nieuwsbrief

- * Slaaptেকort bij honden
- * Recensie Kees
- * TTouch vervolg workshop
- * Bijscholing
- * Slecht weer tips

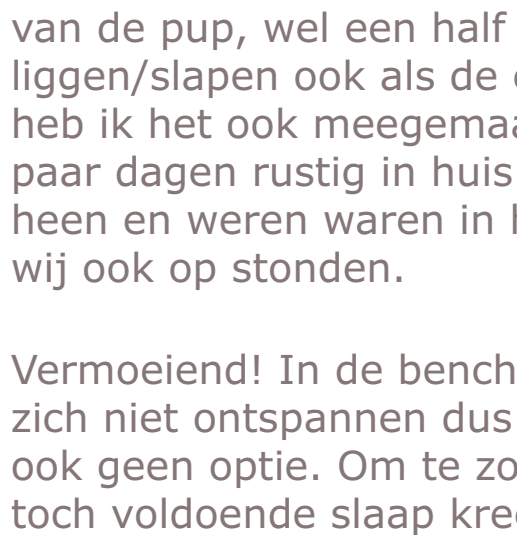


De bomen laten hun blad los, de dagen worden korter en sommige vaste planten trekken zich al terug in de grond omdat de temperatuur daalt. De trekvogels komen..of gaan. De egels trekken zich terug in een winterslaap (om jaloers op te worden ;-). De herfst heeft zijn intrede gedaan en de natuur maakt zich al klaar voor de winterperiode.

Tijd voor lange herfstwandelingen met je hond of op je paard door het bos. Maar ook tijd om in de donkere avonden te verdrinken in een goed boek, met een slapende hond aan je voeten of een spinnende kat op schoot. Weet jij hoeveel uur slaap je hond eigenlijk nodig heeft? En hoe je ervoor kunt zorgen dat hij aan zijn slaapuren komt? Lees erover in deze nieuwsbrief. Veel leesplezier!

Slaaptেকort bij honden

Ik kom het vaak tegen in de praktijk. Honden die te weinig slapen en daaruit voortvloeiende gedragsproblemen zoals uitvallen en overmatig blaffen. Vandaar wat extra aandacht voor slaap in deze nieuwsbrief. Hoeveel slaap heeft je hond nodig, wat gebeurt er tijdens de slaap, hoe kun je slaapproblemen herkennen en nog veel meer. Hopelijk brengt het wat meer rust voor hond en eigenaar.



Hoeveel slaap heeft een hond nodig?
Net als bij mensen verschilt dit per hond. Er is evengoed een richtlijn die je aan kunt houden. Wijk je hond er teveel van af en herken je onderstaande gedragingen bij je hond, dan kan er sprake zijn van slaapproblemen.

- Pup: 18-20 uur
- Volwassen hond: 12-14 uur
- Senior: 16-18 uur

Wat gebeurt er tijdens het slapen?

- Het lichaam komt tot rust; de spieren kunnen zich ontspannen, de bloeddruk en de lichaamstemperatuur daalt.
- De energievoorraad van de hersenen wordt aangevuld.
- Nieuwe ervaringen worden verwerkt en herinneringen worden gemaakt (tijdens de remslaap).
- Stresshormonen die gedurende de dag zijn opgebouwd worden afgevoerd.

Je herkent de remslaap o.a. aan het trillen, schudden en knippen van de ogen. Slapende honden mag je nooit wakker maken maar zeker niet tijdens de remslaap. Hij kan gedesoriënteerd zijn bij het wakker worden en bijvoorbeeld uitvallen.

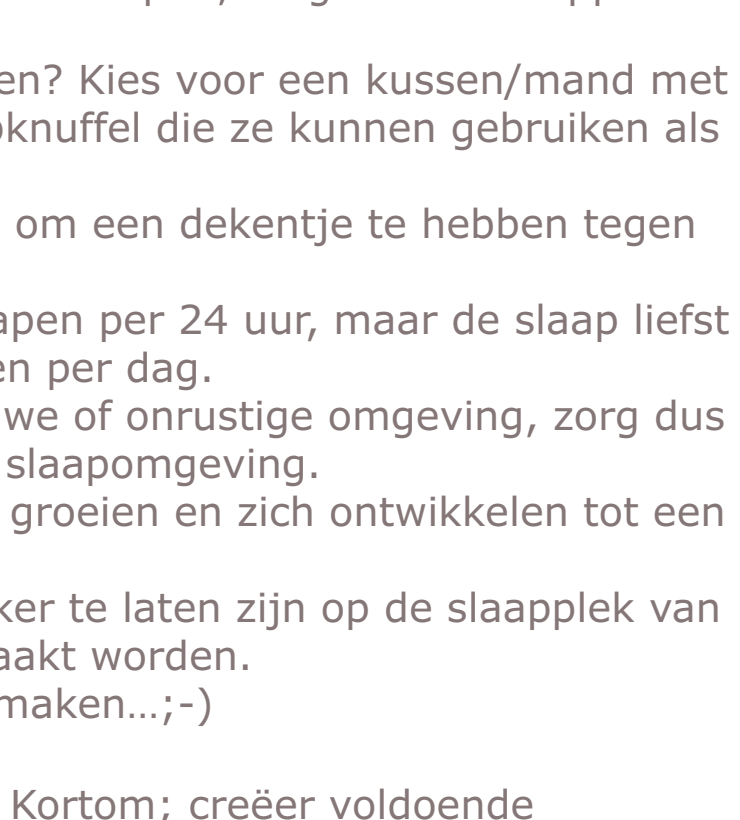
Zichtbare gevolgen van slaapproblemen

Wat ik vooral merk in de praktijk bij honden (pups en volwassen honden) met slaapproblemen is dat ze op elke prikkel reageren. Op zich niet zo verontrouwd als je bedenkt dat de stresshormonen zich maar opstapelen. Met als gevolg dat de honden ook moeilijker in slaap komen, waardoor ze in een vicieuze cirkel terecht komen. Ze leren bovendien moeilijker en hebben minder concentratie. De frustratie bouwt zich dan heel snel op bij de eigenaren, wat de band tussen hond en eigenaar niet ten goede komt.

Hulp bij het slapen

Maar ik het vaak al "mis" zie gaan is bij pups. Een pup komt vanuit het nest bij de nieuwe eigenaar waar alles nog onbekend en spannend is. Een pup klampt zich vaak aan de eigenaar vast. Loopt achter de eigenaar aan van keuken naar kamer, gaat zelfs mee naar toilet om voor de deur te zitten wachten. Geen rust dus zolang de eigenaar in de weer is. Dit kan, afhankelijk van de pup, wel een half jaar duren voordat er wat rust is en de pup blijft liggen/slapen ook als de eigenaar bijvoorbeeld in een andere kamer is. Zelf heb ik het ook meegemaakt met Mathilde. Scott en Jake sliepen al na een paar dagen rustig in huis (of in de bench als ze wilde) ook als wij aan het heen en weren waren in huis. Mathilde niet, die stond elke keer weer op als wij ook op stonden.

Vermoeiend! In de bench kon ze zich niet ontspannen dus dat was ook geen optie. Om te zorgen dat ze toch voldoende slaap kreeg zorgde we ervoor dat we om beurten beneden bij haar bleven zitten, rustig op de bank, zodat zij aan onze voeten flink wat slaapuren kon maken. Soms lastig, maar het heeft ons ook zeker meer rust gebracht... dank daarvoor Mathilde!

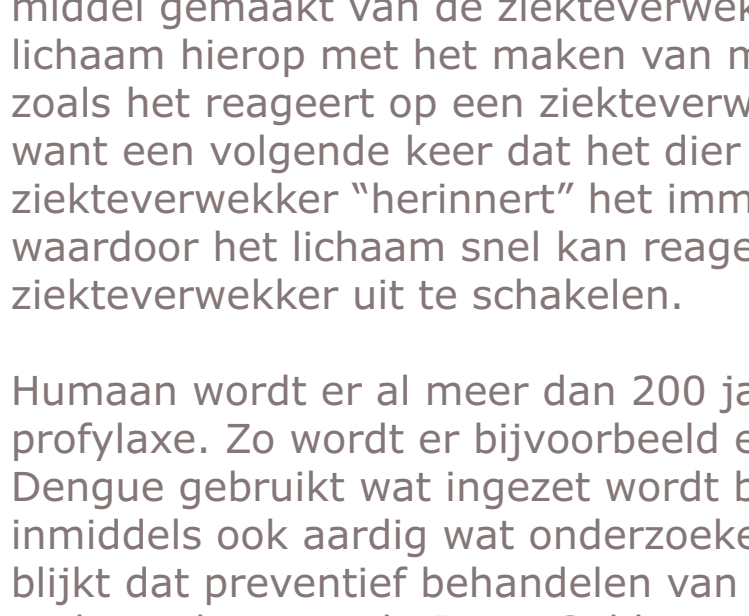


Ja maar... hij is niet moe te krijgen...

Na een flinke wandeling, sport of andere activiteit zit een hond vol met nieuwe indrukken. Direct erna in slaap vallen zit er dan nog niet bij. Vaak zijn de honden nog wat aan het "stuiten", wat door sommige eigenaren wordt opgepikt als "nog niet moe". Dus hij moet nog even achter een balletje aan. Nou nee! Zorg nu juist voor extra ontspanning zodat hij daarna makkelijk in slaap kan vallen. Help hem te aarden zodat hij de extra opgebouwde spanning en indrukken makkelijk af kan laten vloeien. Gebruik TTouches of een ontspannende massage, even rustig samen zijn. Ook een botje/kauw materiaal aanbieden kan helpen, door te kauwen kan een hond verteren/verwerken.

Wist je dat?

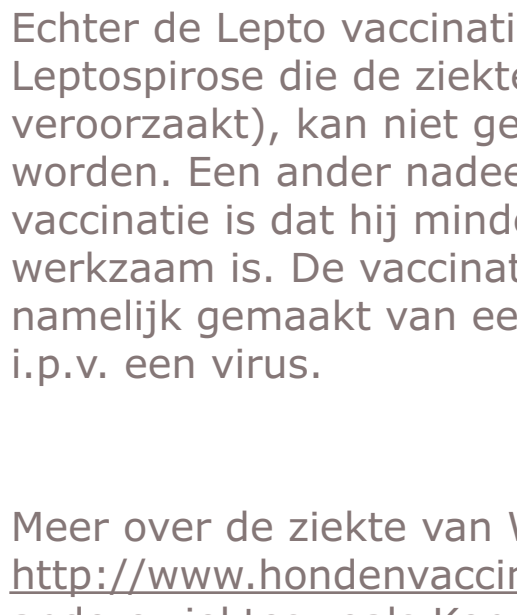
- Honden graag samen slapen? Bied ze de mogelijkheid om bij elkaar te slapen, dit geeft ze een veilig gevoel.
- Honden tijdens hun slaap graag meerdere keren van houding en plaats veranderen? Geef ze hiervoor de ruimte.
- Honden het liefst wat hoger liggen, voor het overzicht en weg van optrekkende kou.
- Honden helemaal gestrekt moeten kunnen slapen, zorg dat de slaapplek hiervoor groot genoeg is.
- Honden een hoofdsteunje prettig vinden? Kies voor een kussen/mand met een verhoogde brede rand of een slaapkuffel die ze kunnen gebruiken als kussentje.
- Korthisjige honden het vaak fijn vinden om een dekentje te hebben tegen de kou.
- Honden niet zoals mensen maar 1 x slapen per 24 uur, maar de slaap liefst verdelen over meerdere slaappunten per dag.
- Honden minder diep slapen in een nieuwe of onrustige omgeving, zorg dus voor een vertrouwde veilige en rustige slaapplek.
- Alleen een uitgeruste pup kan leren en groeien en zich ontwikkelen tot een zelfverzekerde hond?
- Het verstandig is om het 's nachts donker te laten zijn op de slaapplek van je hond, zo kan er Melatonine aangemaakt worden.
- Je slapende honden niet wakker moet maken...;-)



Kortom; creëer voldoende slaappunten voor je hond, ook overdag. Bied hem een veilige en vertrouwde slaapplek. Enkel op die manier kan hij herstellen, ervaringen verwerken, groeien en voorkom je gedragsproblemen die samenhangen met slaapproblemen.

Een goed idee is om een slaapdagboek bij te houden. Op die manier maak je inzichtelijk hoeveel je hond daadwerkelijk slaapt.

Ervaring Kees



Ik kwam Daphne op het spoor nadat ik al diverse keren met Kees bij de dierenarts gezeten had vanwege periodes van aanhoudend spugen en stoppen met eten, afgewisseld met periodes van obstipatie. De dierenarts kon niets vinden en meestal werd Kees na inbreng van een vochtinzuig en anti-werddelijkheidstablet of het geven van een klysma weer mee naar huis gestuurd. Dan ging het weer een tijdje goed, maar kwamen de klachten terug. Omdat ik Kees uit het asiel heb geadopteerd en zijn voorgeschiedenis grotendeels onbekend was, vermoedde ik dat er een trauma of andere psychische oorzaak zou kunnen zijn. Ook kreeg Kees zijn klachten in een voor mij psychisch zwaar beproevende periode. Hing dat samen?

Nadat Daphne bij ons langgewent was, bevestigde zij dat Kees' problemen psychisch van aard waren en alles te maken hadden met wat zich overlopend in mijn eigen leven afspeelde. Ik had een zwaar jaar wegens het overlijden van mijn moeder en het verwerken van alle emoties in de nasleep daarvan. Kees reageert heel sterk op mijn emoties en wij bevonden ons in een negatieve spiraal waarin we ons allebei heel veel zorgen bleken te maken over elkaar, wat tot verkramptheid leidde. Daphne gaf me niet alleen meer inzicht in de oorzaken van Kees' fysieke problemen, maar ook handvatten om hiermee om te gaan. Stukje bij beetje leerde zij mij te vertrouwen op mijn communicatie met Kees en zijn zelfhelende vermogen. Kees kan nog steeds fysiek reageren in periodes dat het bij mij fysiek of mentaal niet goed gaat, maar daar kunnen we nu grotendeels samen zelf uitkomen. Daphne is daarbij weer een tijdje goed, maar kwamen de klachten terug. Daphne is daarbij nog steeds een enorme steun en achtervang. Ze is zeer betrokken en ondersteunend in onze beider processen. Wat ik bijzonder sterk aan haar werkwijze vind, is dat zij de problemen van je huisdier direct holistisch benadert; ze kijkt naar de gezinssituatie bij het zoeken naar oorzaken en oplossingen. Ook leert zij je beter communiceren met je huisdier, wat voor mij een wereld van verschil gemaakt heeft. Dank je wel Daphne!

Liefs Yvette

Workshops/lezingen





Workshop TTouch bij je hond -vervolg-

3 februari
19.30-21.00 uur
€ 19,50 p.p.

Locatie:
Dierspecialzaak Boonies in Middenmeer

Opgave:
boonies@kpnmail.nl of 0227-608079
info@behandelnatuurlijk.nl of 06-53898106

gegeven door:
Daphne van Rooden
Behandel Natuurlijk

Bijscholing



Homeopathische profylaxe

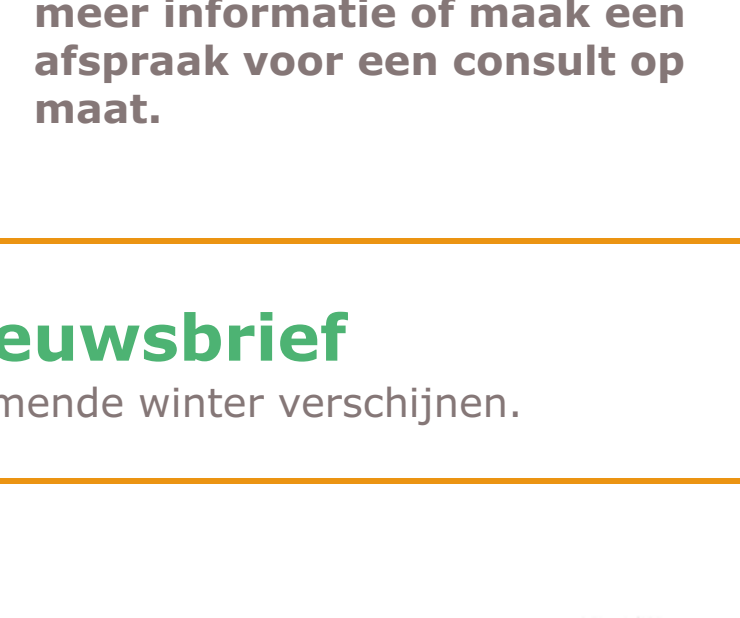
In gevolgd heb ik een interessante bijscholing ontvangen over homeopathische profylaxe. De spreker was homeopaat Martin de Munck.

Profylaxe betekent letterlijk voorkomen. Een homeopathische profylaxe is een homeopatisch middel gemaakt van de ziekteverwekker. Als het wordt gegeven reageert het lichaam hierop met het maken van memory cells (herinneringscellen) net zoals het reageert op een ziekteverwekker. In beide gevallen super handig want een volgende keer dat het dier in aanraking komt met de ziekteverwekker "herinnert" het immuunsysteem deze ziekteverwekker waardoor het lichaam snel kan reageren en actie kan ondernemen om de ziekteverwekker uit te schakelen.

Humaan wordt er al meer dan 200 jaar gebruik gemaakt van homeopathische profylaxe. Zo wordt er bijvoorbeeld een homeopathische profylaxe tegen Dengue gebruikt wat ingezet wordt bij dreigende epidemieën. Er zijn inmiddels ook aardig wat onderzoeken gedaan door dr. Isaac Golden waaruit blijkt dat preventief behandelen van profylaxe effectief is. Gepubliceerde onderzoeken van dr. Isaac Golden en nog meer info over de homeopathische profylaxe in het algemeen vind je hier: <http://www.nvkn.nl/kennisbank/homeopathische-profylaxe>

En dan even terug naar de dieren. Steeds meer eigenaren gaan vaccineren om met het beschermen van hun dier. Vaccineren kan namelijk nogal een aanslag zijn op het immuunsysteem voor je dier met klachten als gevolg. Deze bewijstuning blijkt o.a. uit de groeiende groep dierenartsen waar je je dier kunt laten titeren <http://www.vacciecheck.nl>. Enkel een dierenarts mag titeren (en vaccineren).

Echter de Lepto vaccinatie (tegen Leptospirose die de ziekte van Weil veroorzaakt), kan niet getitert worden. Een ander nadeel van deze vaccinatie is dat hij minder lang werkzaam is. De vaccinatie is namelijk gemaakt van een bacterie i.p.v. een virus.



Meer over de ziekte van Weil en vaccineren lees je hier <http://www.hondenvaccinatieinfo.nl/belangrijke-info-vaccinatie-weil>. Ook voor andere ziektes zoals Kennelhoest, niesziekte en Parvo kan een profylaxe ingezet worden.

Wilt u hulp bij deze beslissing, wilt u samen nog even alle mogelijkheden onderzoeken en advies over wat het beste bij u en uw dier past? Neem dan contact op, ik help u graag verder!

Slecht weer tips



Speel-o-theek voor je hond

Website met een overzicht van alle hondenspeel-o-theken. Zij verhuren hondenspuzzels voor beginners en gevorderde puzzelaars. <https://www.dehondenspeelothek.com/puzzel-1-t-m-15>

- De voordelen van een hondspuzzel:
- Het puzzelen daagt je hond mentaal uit.
- Een puzzel is ook ideaal voor de senior hond of geblesseerde hond die beperkt is in zijn lichaamsbeweging.
- Door samen te zijn versterkt het jullie band en leer je je hond nog beter kennen.
- Versterkt het zelfvertrouwen van je hond.

Let wel op dat je kleine stapjes neemt en het niveau rustig opbouwt om frustratie (bij beide) te voorkomen. Veel puzzelplezier!

De wijsheid van wolven

Een boek om in één ruk uit te lezen.

Geschreven door wolvenonderzoekster en -liehebster Elli. H. Radinger. Ze observeerde jarenlang wolvenroedels in National Park Yellowstone (Wyoming). Ze omschrijft de leefwijze van wolven. Welke taak hebben de oudere dieren in de roedel, hoe voeren ze hun jongen op? Maar ook hoe ze jagen, communiceren met elkaar en op een ludieke wijze samenwerken en leven met raven. Wat kunnen we veel van wolven leren!

Echt een prachtig, leerzaam en inspirerend boek. Een aanrader voor iedereen, helemaal nu de wolf in Nederland zijn herintrede heeft gedaan.

Ik wens iedereen een hele mooie herfst toe

Beroepsvereniging

Behandel Natuurlijk is aangesloten bij de beroepsvereniging BCND en werkt volgens de BCND-voorwaarden.

vereniging van beroepsbeoefenaars van complementaire en natuurgeneeskunde voor dieren

Contact

Behandel Natuurlijk
06-53898106
Info@behandelnatuurlijk.nl
www.behandelnatuurlijk.nl

KvK 66248949
Sijbekarspel, Noord Holland

Wil je weten wat natuurgeneeskunde voor jouw dier kan betekenen? Neem dan contact op voor meer informatie of maak een afspraak voor een consult op maat.

Volgende nieuwsbrief

De volgende nieuwsbrief zal komende winter verschijnen.

Behandel Natuurlijk veterinaire natuurgeneeskunde

Facebook Website LinkedIn

Deze e-mail is verzonden aan [\[\[email\]\]](#). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u info@behandelnatuurlijk.nl toe aan uw adresboek.

