

KÄYTÄNNÖN TIETOA

Eläinlääkärin osoite:



Royal Canin Finland Oy
Soidinkuja 4-6 A - PL 73
00701 HELSINKI
puh. 020 747 9600



VETERINARY

Koiran ja kissan ylipaino




ROYAL CANIN
VETERINARY DIET

KOIRAN JA KISSAN YLIPAINO

Ylipaino ja sen liitännäisriskit ovat koirilla ja kissoilla yleisiä. Tässä esitteessä annetaan tietoa lemmikin lihavuuden syistä, lihavuuden aiheuttamista ongelmista sekä keinoista palauttaa lemmikki terveelliseen ihannepainoonsa.

Mitä ylipaino on?

Ylipaino merkitsee liiallisen rasvan kertymistä elimistöön. Lemmikki lihoo, kun se saa enemmän energiaa kuin se kuluttaa. Ylimääräiset kalorit varastoidaan rasvana. Jos lemmikki painaa korkeintaan 15 % yli ihannepainonsa, se on ylipainoinen. Jos lemmikki painaa vähintään 15 % yli ihannepainonsa, se on lihava. Yli 30 % maamme koirista ja kissoista on ylipainoisia tai lihavia. Ylipainon tavallisin syy on liian paljon ruokaa ja liian vähän liikuntaa. Herkkupalojen ja ruuantähteiden antaminen vain pahentaa ongelmaa.

Ylipainoiset pennut ovat usein ylipainoisia aikuisinakin ja lisäksi ne ovat vaarassa saada luusto- ja nivelvaivoja. Lemmikki lihoo usein myös steriloinnin jälkeen, vaikka sen sama ruokamäärä pysyisi samana kuin ennenkin. Tämä voi johtua steriloinnin aiheuttamasta hormonitasapainon muutoksesta, joka tekee lemmikistä vähemmän aktiivisen ja vähentää sen tarvitsemää kalorimäärää. Ylipaino voi johtua myös aineenvaihduntahäiriöistä tai olla lääkeyksen sivuvaikutus.

KOIRAN JA KISSAN YLIPAINO

Ylipainon riskit

Ylipainoisen lemmikin elinikä on yleensä lyhyempi ja ne sairastavat useammin kuin ihannepainoiset lemmikit. Ylipaino kuormittaa luita ja niveliä ja pahentaa muita sairauksia, kuten niveltulehdusta. Ylipainoiset lemmikit tuntevat usein olonsa epä mukavaksi, ne kestävät huonosti kuumuutta ja leikkiminen ja liikkuminen on tavallista vaikeampaa. Ne ovat alttiimpia infektioille, ja leikkauksiin ja nukutukseen liittyvät riskit ovat niillä normaalia suuremmat. Ylipainoisten lemmikkien vähäinen aktiivisuus vähentää entisestään niiden energiankulutusta, mikä pahentaa ylipaino-ongelmaa. Noidankehä on valmis.

Ylipainon vakavimpia riskejä ovat

- **Liikunta- ja nivelongelmat**
- **Huono kestävyys**
- **Maksasairaudet**
- **Diabetes (sokeritauti)**
- **Normaalia suuremmat leikkauksiin ja nukutukseen liittyvät riskit**
- **Ihon ja turkin huono kunto**
- **Heikentynyt vastustuskyky infektioita vastaan**
- **Sydän- ja hengityselinsairaudet**

KOIRAN JA KISSAN YLIPAINO

Miten ylipaino tunnistetaan?

Ylipainon oireita ovat

- Rasvan kertyminen rintakehän tai selkärangan alueelle tai hännän juureen
- Pullea vatsa ja vyötärön häviäminen
- Huono kestävyys
- Huono lämmönsietokyky

On helppoa arvioida, onko lemmikki ihannepainoinen. Kuljeta kämmentä sen rintakehää pitkin ja tunnustele sen kylkiluita. Jos kylkiluita on vaikea tuntea, lemmikki on liian lihava. Jos punnitset lemmikkisi joka eläinlääkärikäynnin yhteydessä, voit havaita mahdolliset painon muutokset ajoissa.

Hoito

Ylipainon hoidossa on kolme osatekijää: ruoka, liikunta ja käyttäytyminen.

• Laihdutusruokavalio

Jos lemmikki on ylipainoinen tai lihava, se on saatava laihtumaan. Lemmikin ruoastaan saama energiamäärä pienennetään ja sen energiankulutusta suurennetaan aktivoimalla sitä. Eläinlääkäri määrittää koiran tai kissan ihannepainon ja antaa ohjeita päivittäisestä ruokamäärästä. Yleensä eläinlääkäri suosittelee myös vähän energiaa sisältävää (vähäkalorista) ruokavaliota, kuten Royal Canin Obesity Management -ruokavaliota. Laihdutusruokinnan kesto riippuu siitä, miten paljon lemmikin tulisi laihtua. Laihduttaminen on pitkäjänteistä ja sen tulee aina tapahtua vähitellen. Tämä on erityisen tärkeää kissoille, sillä

KOIRAN JA KISSAN YLIPAINO

vähäkalorista ruokavaliota noudattaville kissoille voi kehittyä rasvamaksa, jos ne laihtuvat liian nopeasti. Rasvamaksa on hengenvaarallinen sairaus, jossa maksasoluihin kertyy rasvaa.

Sekä koira että kissa saisi laihtua viikossa korkeintaan 2 % painostaan, joten lemmikki on hyvä punnita viikon-parin välein.

Jos lemmikki laihtuu vähitellen, se on tulevaisuudessa helpompi pitää ihannepainoisena. Ihannepainon saavuttamiseen kuuluu yleensä muutamia kuukausia.

• Liikunta

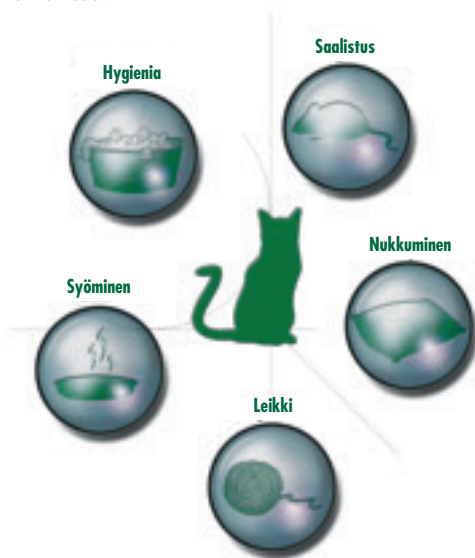
Säännöllinen liikunta, kuten kävely tai juoksu, saa elimistön kuluttamaan enemmän energiaa. Uiminen on koirille hyvä liikuntamuoto, joka sopii myös nivelongelmaisille, koska se ei rasita sairaita niveliä. Liikunta on aloitettava vähitellen. Eläinlääkäriltäsi saat koiran liikuntaa koskevia neuvoja. Ruoan "saalistaminen" ja omistajan kanssa leikkiminen on paras tapa aktivoita kissaa.

• Käyttäytyminen

Jos eläin saa herkkupaloja kerjätessään, se oppii vain kerjäämään entistä enemmän. Siksi onkin tärkeää olla antamatta sille herkkupaloja. Kissa välttää stressaantumista eri käyttäytymismalleilla. Jos se ei pysty toteuttamaan normaaleja käyttäytymismallejaan, se reagoi muun muassa syömällä enemmän. Siksi on tärkeää, että kissalla on mahdollisuus piiloutua ja saalistaa lelujaan.

KOIRAN JA KISSAN YLIPAINO

Kissan tärkeimmät käyttäytymismallit. Kissan luontaisten tarpeiden kunnioittaminen on tärkeää.



Hoidon onnistuminen -tai epäonnistuminen- riippuu pitkälti omistajasta. Omistaja on ainoa henkilö, joka pystyy huolehtimaan lemmikin laihtumisesta. Se vaatii työtä ja sitkeyttä, mutta on vaivan arvoista. Lemmikin terveys ja elämänlaatu paranevat, mikä näkyy iloisempänä seurana omistajalleen.

KOIRAN JA KISSAN YLIPAINO

Laihdutusruokavalion tärkeimmät ominaispiirteet

- **Matala energiapitoisuus**

Vähäkalorisen ruokavalion avulla voidaan vähentää lemmikin energiansaantia ja saada se laihtumaan. Suositeltava vuorokausiannos riippuu lemmikin ihannepainosta.

- **Runsaasti valkuaisaineita**

Eläin saa valkuaisaineista vähemmän käyttöenergiaa kuin rasvasta tai hiilihydraateista, joten on tärkeää, että ruoassa on runsaasti valkuaisaineita. Valkuaisaineet varmistavat, että lemmikki polttaa laihtuessaan rasvaa eikä lihasta, jolloin lihaskudos säilyy. Valkuaisaineet ylläpitävät kylläisyyden tunnetta, eikä lemmikillä ole aina nälkä – huolimatta siitä, että se on laihdutuskuurilla!

- **Kylläisyys**

Laihdutusruokavalio on suunniteltu tekemään koiran tai kissan kylläiseksi aterian jälkeen, vaikka aterista saakin totuttua vähemmän energiaa.

- **Tavallista enemmän ravintoaineita**

Ruokavalio sisältää tavallista enemmän tärkeimpiä ravintoaineita (kuten valkuaisaineita, välttämättömiä rasvahappoja, vitamiineja ja kivennäisaineita), jotta lemmikki saisi niitä laihdutusaikana vähintään riittävästi ruoka-annoksen pienuudesta huolimatta.

ROYAL CANIN OBESITY MANAGEMENT -RUOKAVALIO

Ruulla on tärkeä merkitys ylipainon ja lihavuuden hoidossa, ja eläinlääkäri suosittelee lemmikille yleensä erityisruokavaliota, kuten Royal Canin Obesity Management -ruokavaliota. Royal Canin Obesity Management -ruokavalio on kehitetty tukemaan koirien ja kissojen turvallista ja tehokasta laihtumista takaisin ihannepainoisiksi.

Obesity Management -ruokavalio koirille



CANINE



Kuivaruoka
Pakkauskoot
1,5 kg, 6 kg
ja 14 kg



Säilyke
400 g

ROYAL CANIN OBESITY MANAGEMENT -RUOKAVALIO

Obesity Management -ruokavalio kissoille



FELINE



Kuivaruoka

Pakkauskoot 0,4 kg, 1,5 kg ja 3,5 kg



Säilyke
Kerta-annos
100 g

Varoitus

Royal Canin Obesity Management Diet -ruokavalio ei sovi pennuille eikä kantaville tai imettäville naaraille. Ruokavalio ei sovi myöskään lemmikeille, jotka tarvitsevat tavallista enemmän energiaa.

Ruokintaohjeita

Eläinlääkäriltä saat hoito-, ruokavalio- ja annostusohjeita.

ROYAL CANIN OBESITY MANAGEMENT -RUOKAVALIO

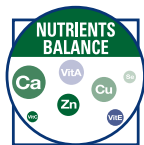
Edut

Royal Canin Obesity Management -ruokavalio on täydellinen, tasapainoinen ruokavalio, jota voidaan käyttää pitkiä aikoja. Sen tärkeimmät edut ovat:



Erittäin runsaasti valkuaisaineita

Korkea valkuaisainepitoisuus auttaa eläintä laihduttamaan ilman lihasmassan menetystä.



Enemmän vitamiineja- ja kivennäisaineita

Laihdutusaikana lemmikki saa tavallista vähemmän ruokaa. Obesity Management -ruokavalio sisältää tavallista enemmän vitamiineja ja kivennäisaineita, jotta lemmikin ravitsemustarpeet täyttyisivät pienemmästä ruokamäärästä huolimatta.



Hyvä nivelille

Ylipaino kuormittaa lemmikin niveliä. Kondroitiinisulfaatti ja glukosamiini auttavat ylläpitämään nivelten liikkuvuutta.



Ylläpitää ihon ja turkin terveyttä

Välttämättömät rasvahapot (omega-3 ja omega-6-rasvahapot) ja hivenaineet (kupari ja sinkki) ylläpitävät ihon terveyttä ja turkin kiiltoa.

KÄYTÄNNÖN TIETOA

Yleisohjeita

Voit auttaa lemmikkiäsi monin eri tavoin.

- Vaihda lemmikin ruoka vähitellen erityisruokaan. Sekoita aiempaa ruokaa laihdutusruokaan viikon ajan ja vähennä asteittain aiemman ruuan määrää. Näin lemmikki ehtii tottua uuteen ruokaan. Jos vaihdat patéruuan kastikkeessa tarjoiltaviin ruokapalasiin, palaset kannattaa aluksi soseuttaa.
- Anna lemmikille suositusten mukainen määrä laihdutusruokaa. Älä anna herkkupaloja. Tarvittaessa voit palkita lemmikin laihdutusruokanappuloilla tai säilykepalasilla aterioiden välillä.
- Tarjoa ruoka säännöllisesti pieninä annoksina päivän aikana. Jaa vuorokausiannos 3–6 annokseen päivässä.
- Tarjoa ruoka aina lemmikin omasta ruoka-astiasta. Tämä vähentää kerjäämistä.
- Mikäli sinulla on useita lemmikkejä, anna laihduttavan lemmikin syödä yksin välttääksesi kilpailusta johtuvaa ahmimista.
- Yritä pitää kissa sisällä, jolloin se ei saa ylimääräistä ruokaa muualta. Ota kissan luontainen käyttäytyminen huomioon ja anna sen piiloutua ja saalistaa leluja sisätiloissa.
- Eläinlääkäriltä saat lemmikin liikuntaa koskevia neuvoja.
- Kerro perheenjäsenille ja tuttaville, että lemmikki on erityisruokavaliolla.
- Huolehdi siitä, että raikasta vettä on aina tarjolla.

ROYAL CANIN SATIETY SUPPORT -RUOKAVALIO

Satiety Support -ruokavalio koirille



CANINE



Kuivaruoka
Pakkauskoot
1,5 kg, 5 kg ja 12 kg

Satiety Support Canine –ruokavalion kylläisyyden tunnetta lisäävän vaikutuksen saavat aikaan ravinnon runsas ja laadullisesti oikeanlainen valkuaisaine- ja kuitupitoisuus sekä nappuloiden erityinen huokoinen rakenne, joka lisää ruoka-annoksen tilavuutta.

Varoitus: Royal Canin Satiety Support -ruokavalio ei sovi pennuille eikä kantaville tai imettäville naaraille. Ruokavalio ei sovi myöskään lemmikeille, jotka tarvitsevat tavallista enemmän energiaa

Satiety Support -ruokavalio kissoille



FELINE



Kuivaruoka
Laatikossa 14 x 20 g

Satiety Support Feline –ruokavalion sopiva valkuaisainemäärä ja kuituseos auttaa kissaa laihtumaan hallitusti. Ruuan kylläisyyden tunnetta lisäävä vaikutus vähentää kerjäämistä. Annostelu on helppoa: yksi annospussi/päivä kahta tavoitepainokiloa kohti.



Lisätietoa esitteessä "Satiety Support -Royal Canin innovaatio".

ROYAL CANIN WEIGHT MANAGEMENT -RUOKAVALIO

Ihannepainossa pysyminen

Kun lemmikki on saavuttanut ihannepainonsa, on tärkeää varmistaa, että se ei pääse lihomaan uudelleen. Vähäkalorisen ruokavalion avulla laihtuneet lemmikit hyödyntävät saamansa ruoan tavallista paremmin, joten ne tarvitsevat vähemmän energiaa ihannepainossa pysymiseen. Ihannepainossa pysymiseksi on hyvä vaihtaa laihdutusruokavalio painonhallintaan tarkoitettuun ruokaan. Tällaisia ruokavalioita ovat esimerkiksi Royal Canin Weight Management ja Vet Care Nutrition -ruokavaliot leikatuille koirille ja Neutered Cat -ruokavaliot leikatuille kissoille.

Weight Management -ruokavalio koirille



CANINE



Kuivaruoka
Pakkauskoot 1,5 kg ja 14 kg

Lisätietoa esitteessä
"Koiran ja kissan diabetes".

LEIKATUT KOIRAT

Vet Care Nutrition -sarjan
ruokavaliot leikatuille koirille

NEUTERED

ROYAL CANIN
VET CARE NUTRITION



Kuivaruoka
Pakkauskoot
1,5 kg, 3,5 kg ja 8 kg

Kuivaruoka
Pakkauskoot
3,5 kg ja 10 kg

Kuivaruoka
Pakkauskoot
3,5 kg ja 12 kg

Lisätietoa esitteessä "Leikattu koira - terveenä päivästä toiseen".

LEIKATUT KISSAT

Vet Cat Neutered -sarjan ruokavaliot leikatuille kissoille



NEUTERED CAT

Kuivaruoka
Pakkauskoot
1,5 kg, 3,5 kg ja
10 kg

Säilykkeet
12 x 100 g,
8 x 100 g (Senior)

Lisätietoa esitteessä
"Miten voin nauttia
kissani seurasta kaksi
kertaa kauemmin?".

Kaikki Royal Canin -erityisruuat ovat herkullisia, sillä niissä on käytetty laadukkaita aineksia, niiden nappuloiden muoto ja rakenne ovat lemmikille mieleisiä ja niiden pakkaustavat innovatiivisia. Niihin on myös lisätty luontaisia antioksidanteja (E- ja C-vitamiinit, tauriini ja luteiini), jotka vahvistavat koirien ja kissojen immuunijärjestelmää. Antioksidantit suojaavat elimistön soluja vanhenemisen ja useiden eri sairauksien vaikutuksilta. Royal Canin Veterinary -erityisruokien suunnittelussa on otettu huomioon kaikki lemmikkien terveydelle, paranemiselle ja yleiskunnolle tärkeät tekijät.