

ROSE MALLOW

hand-out | no. 4 | stress bij een kat

Stress

Stress bij katten is een gedragsprobleem dat veel voorkomt. Helaas zoeken eigenaren minder snel hulp voor een gestresste kat dan voor een kat die onzindelijk is. Waaraan kun je zien dat een kat stress heeft en wat kun je doen om het leven van de kat aangenaamer te maken.

Te veel stress

Normaal keer het lichaam na een adrenaline stoot terug in de ruststand. Bij katten die niet goed zijn gesocialiseerd kan het dat ze opgewonden blijven en daarom niet om kunnen gaan met stress. Of een kat die in een omgeving leeft waar altijd stressfactoren aanwezig zijn blijven opgewonden. Denk bijvoorbeeld aan dat er te veel katten in huis zijn, of een hond, een baby of peuter waar de kat bang voor is, maar ook het onvoorspelbare gedrag van de eigenaar kan een rol spelen. Een belangrijke bron voor stress bij katten is straffen. Ook kunnen katten gevoelig zijn voor spanningen van de eigenaar, zoals bij ruzies of scheidingen.

Stress

Bij stress denken de meeste mensen dat is slecht. Stress kan echter ook goed zijn. Ga maar bij jezelf na, als je ineens in een heel heftige of ernstige situatie terecht komt en je even niet weet wat te doen. In een fractie van eens seconde moet je beslissen: ga je weg of blijf je om het gevecht aan te gaan. Dit heet het **fight** or **flight** mechanisme. Je lichaam zorgt ervoor dat onder andere door adrenaline je in staat bent om weg te rennen of terug te vechten. We hebben het dan over kortdurende of acute stress, zoals een verhuizing, een verbouwing, een bezoek aan de dierenarts of een vakantie van je kat in een dierenpension. Dit zijn voorbeelden die (hopelijk) kortdurende stress bij de kat veroorzaken.



Hoe stress te herkennen bij een kat

Katten laten niet snel zien dat ze pijn of stress hebben. Ze gaan liever ergens liggen slapen of ze trekken zich terug op een rustig plekje. Wees om die redenen altijd alert op het gedrag van je kat.

Stresssignalen die katten vaak laten zien zijn:

- een voorpootje opheffen
- snel het bekje aflikken
- rillingen of rimpelingen over de rug
- uitschudden van de kop of het lichaam
- hijgen



Rose Mallow

Kattenoppas

In oktober 2013 ben ik gestart met Kattenoppas Rose Mallow. Ik verzorg uw huisdier in hun eigen vertrouwde omgeving.

Onbezorgd een weekend weg, lekker op vakantie of direct een oppas nodig. Ik verzorg uw katten liefdevol tijdens uw afwezigheid. Ook voor een kat of poes geldt dat ie zich prettig voelt in zijn eigen omgeving. Kleine huisdieren zoals cavia's, konijnen, vissen en vogels worden ook goed verzorgd. Ik zorg ervoor dat het uw huisdieren aan niets ontbreekt als u er niet bent.

Kattengedrag

In januari 2015 ben ik begonnen met de opleiding tot Kattengedragstherapeute. Tijdens het eerste jaar heb ik mij vooral verdiept in de theorie van Kattengedrag, de medische aspecten en het adviesgesprek. De komende periode bestaat uit meer praktijkervaring, zo loop ik stage bij een reeds gediplomeerde gedragstherapeut en zullen we samen met onze medestudenten enkele consulten uitvoeren en evalueren. Mocht u nu behoefte hebben aan een advies, dan kunt u mij hierover geheel vrijblijvend benaderen.

- gapen (geeuwen als de kat niet moe is)
- zogenaamd slapen, met de ogen half open
- veel wassen, likken of bijten (met kale plekken als gevolg)
- wegkruipen op een veilig of rustig plekje
- staart zwiepen

Wat kun je er zelf tegen doen

Onderschat het effect van stress niet. Katten kunnen net als wij op den duur ziek worden van te veel stress. Als het gaat om kortdurende situaties (verhuizing of verbouwing), probeer het dan voor de kat zo stressvrij mogelijk te laten verlopen. Geef de kat een eigen kamertje met al zijn behoeften (in ieder geval met zijn eet-, drink-, en zijn kattenbak), dit zodat hij er zo weinig mogelijk van merkt. Als er meerdere katten in huis zijn, zorg er dan voor dat de kat veilige plekken heeft om daar rustig te zitten of liggen. Schaf klimpalen of krabpalen aan, of zorg voor hoge plekken zoals plankjes aan de muur, dit geeft de kat meer ruimte. Hoge zit- en ligplekken zijn voor katten handig om te kunnen ontsnappen aan grijpgrage kinderhandjes.

Medicatie

Heeft je kat al langere tijd stress waardoor ze bijvoorbeeld blaasproblemen heeft ontwikkeld, bijt of likt ze zichzelf kaal of komt ze niet meer te voorschijn. Je kat heeft dan een serieus probleem dat je niet meer zelf kunt oplossen. Doe je er niets mee dan wordt een behandeling langduriger en moeilijker. Dierenartsen schrijven vaak in dit soort situaties kalmerende middelen voor, zoals voedingssupplementen Zylkène of Telizen. Voor ernstigere problemen wordt vaak Clomicalm of valium voorgeschreven.

tenslotte

Wilt u weten wat de oorzaak van de stress bij uw kat is dan kan een kattengedragstherapeut u helpen met katvriendelijke oplossingen.

Meer info: www.rosemallow.nl