



## KOIRAN KONAISSVALTAINEN HYVINVOINTI

Rescue-koirien ravitsemus- ja terveystilanteen taustaa

Kulkukoirina kulkiessaan kodittomat syövät, mitä sattuvat löytämään. Pihoissa eläville koirille heitetään usein vaaleaa leipää syötäväksi. Tarhoilla koirat syövät paljon huonompilaatuista ruokaa kuin meillä suomiolosuhteissa tarjotaan.

Rescue-koira voi olla alipainoinen. Koira voi myös olla pönäkkä, koska kulkukoirat syövät löytämiään rasvaisia ja huonolaatuisia jätteitä. Myös vilja turvottaa. Erityisesti tarhalla elänyt koira on usein lihasköyhä, vaikka vatsa olisi pulleakin.

Ei kannata huolestua, vaikka koiran vatsa olisi pitkäänkin herkkä ruokavalion muuttuessa. Tämä tapahtuu usein, vaikka muutos olisi parempilaatuiseen ruokaan. Koiran vatsaa tasapainottamaan voit esimerkiksi hankkia apteekista laadukkaita maitohappobakteereita.

### Laadukas ravinto

Rescue-koiran tullessa uuteen kotiin laadukkaaseen ruokintaan on hyvä kiinnittää heti huomiota. Oikeantyyppinen ravinto yhdistettynä liikuntaan auttavat koiran yleiskunnon kohoamisessa ja terveellinen kotielämä voi alkaa. Hyvä ja laadukas ruoka näkyy koiran kokonaisvaltaisessa hyvinvoinnissa: karvan laatu paranee, silmät ovat kirkkaat, anturat pehmeät ja mieli virkeä. Panosta koirasi ruokintaan ja tiedosta, että halpa ruoka on hyvin harvoin laadukasta.

Kuivaruokaa valitessa on hyvä konsultoida asiantuntevaa tahoa: eläinkaupasta, eläinlääkäriasemalta tai apteekista saat asiantuntevaa neuvontaa. Ruoka valitaan mm. koiran aktiivisuuden, iän ja yleisen hyvinvoinnin tarpeiden mukaan. Voit myös tarpeen mukaan lisätä koiran ruokavalioon lisäravinteita esim. kalaöljyt ja nivelvalmisteet.

Koiralle voi myös turvallisesti antaa jauhelihaa, kanaa, keitettyä riisiä sekä laktoosittomia maitotuotteita.

### *Koirille sopimattomia ruoka-aineita:*

- peruna, erityisesti raakana, ei sula kunnolla elimistössä. Vältä myös lasten purkkiruokia jotka sisältävät perunaa
- sipuli
- voimakkaat ja suolaiset lihat
- rasvaiset ruuat
- mausteiset ruuat
- sitrushedelmät
- laktoosia sisältävät tuotteet

### *Myrkyllisiä aineita koiralle:*

- suklaa, mitä tummempi sen pahempi
- kahvi
- ksylitoli
- avokado
- viinirypäleet, rusinat
- perunalastut

- pullataikina
- macadamia-pähkinä
- muskottipähkinä
- raparperi
- omenankarat
- alkoholi
- maissintähkät
- persikan ja luumun kivet
- tammenterhot, hevoskastanjat
- useat sienet
- osa huonekasveista ja kukista
- tupakantumpit
- lääkkeet

### Painonhallinta

Muista tarkkailla koirasi painoa, koska painonhallinta on helpompaa kuin laihduttaminen. Koiraa voi palkita ja opettaa eri asioista herkuilla, mutta myös rapsutukset, kehuminen, leikki ja huomion antaminen ovat koiralle palkitsevia.

Hyvälaatuista ruokaa tarvitaan yleensä pienempi annos suhteessa huonolaatuiseen. Jos koira syö aamulla ja illalla, normaali ulostemäärä on kaksi, enintään kolme kertaa päivässä, koosta riippumatta. Mikäli ulostetta tulee enemmän, ruoka on syytä vaihtaa. Se saattaa kertoa siitä, että ruoka ei imeydy kunnolla.

Kuivaruuan päälle voi lisätä lusikallisen öljyä, jos koira on alipainoinen. Ruokaöljy auttaa mm. karvan, silmien ja anturoiden hyvinvointiin.

### Turkinhoito

Koiran turkin laatu saattaa muuttua täysin erilaiseksi laadukkaan ruokinnan, stressitason laskun ja levon myötä parin kuukauden sisällä saapumisesta kotiin. Runsaastakaan karvanlähdestä ei tarvitse huolestua, jos siihen ei liity ihossa mitään oirehdintaa, kuten ihon kuivuutta. Jos koira rapsuttelee itseään tai huomaat koiralla muuta epämiellyttävää, ota yhdistykseen yhteyttä ja pohdimme yhdessä myös ruokinnan osuutta asiaan.

### Koiran terveysongelmat

#### *Ripuli*

Ripulissa on tärkeää pyrkiä kartoittamaan, mikä ripulin on aiheuttanut. Esimerkiksi, onko koira syönyt jotakin sopimatonta. Mikäli koira ripuloi, kuivaruokaa tulee välttää, koska se kuivattaa elimistöä.

Vatsavaivaisen koiran ruuaksi sopivaa on esim. laktoositon raejuusto, keitetty riisi, keitetty sei, laktoositon piimä.

Aina kun koiralla ripulia, on ensiarvoisen tärkeää, että puhdasta vettä on tarjolla.

Ripulin ensiapuun voit varata kotiapteekkiin esimerkiksi seuraavia:

- Canikur-pasta suolistohäiriöihin
- Restorative Care tai Recovery -toipilasruoka, joka on maistuvaa sisältäen tärkeimmät ainesosat
- Nutri-Plus-geeli, joka on nopeavaikutteinen valmiste tuomaan energiaa ja tärkeitä ainesosia ruokahaluttomalle koiralle.

## *Ummetus*

Nopean avun saa apteekista saatavalla risiiniöljyllä. Risiiniöljyä annetaan ruiskulla suoraan suuhun. Annostus riippuu koiran painosta. Risiiniöljy kulkeutuu elimistön läpi työntäen tukosta ulos.

Mikäli koira on syönyt jotakin sopimatonta ja tarvitsee saada oksentamaan, helpoin kotikonsti on tehdä suolapallo. Ota teelusikallinen suolaa, kostuta sitä muutamalla vesipisaralla ja pyöritä siitä pieni pallo. Aukaise koiran suu ja tiputa suolapallo koiran nieluun. Sulje koiran suu ja hiero nielua. Koira oksentaa n. 10 minuutin sisään.

Jos koira on apea, nuutunut ja epänormaalin väsynyt, on hyvä mitata lämpö. Koiran lämpö mitataan aina peräsuolesta. Perusrasvaa on hyvä laittaa mittarin päähän, jotta mittarin laitto ei satu koiraan. Mittaria työnnetään varovasti n. 3-4 cm peräsuoleen. Koiran normaali lämpö on 39 C.

## *Lihaskivut ja hieronta*

Koirat nauttivat usein lempeästä koskettamisesta ja hieronnasta. Voit myös viedä koirasi ammattimaiselle koirahierojalle.

Lihaskivujen aukaisemiseen ja kiputiloihin myös akupunktiohoito voi tuoda apua.

## *Koiran ensiapuapteekki*

- kuumemittari
- maitohappobakteeri (esim. Canius, TehoBakt)
- ripulilääke (esim. Canikur-pasta)
- Nutri-Plus -geeli
- Desinfiointiaine haavoihin ja naarmuihin (esim. Betadine)
- Haavavoide kaikenlaisiin haavoihin ja naarmuihin (Vetramil)

Laita itsellesi ja perheenjäsenillesi puhelimen muistiin alueesi päivystävän eläinlääkärin puhelinnumero.

## *Ulkoilu ja liikunta*

Pidä koirasi kotiutumisen alkutaipaleella kytkettynä, myös aidatuilla alueilla. Koira on uskomattoman ketterä ja nopea liikkeissään ja saattaa livahtaa salamannopeasti portista tai hypätä yllättävänkin korkean aidan yli.

Ulkoilut on hyvä aloittaa vähän kerrallaan, tutustuen uuteen ympäristöön. Alkuun ulkoilutus uudessa ympäristössä keskittyy koiran tarpeiden tekemiseen, jotta koira oppii sisäsiistiksi. Parasta on alussa viedä koira aina samaan, rauhalliseen paikkaan ulkoilemaan, jotta se malttaisi tehdä tarpeensa näin oppien sisäsiistiksi.

Tarhalta tulevat koirat ovat usein lihasköyhiä ja seisseet kovalla sementtilattialla. Jänteet ja nivelet ovat olleet koetuksella. Tämän vuoksi on tärkeää aloittaa liikkuminen vähitellen. Koiran kunnon, olemuksen ja luonteen huomioiminen on tärkeää liikuntaa ja ulkoilua lisättäessä. Esim. toiset pelkäävät autoja ja pyöräilijöitä - vältä tällaisia paikkoja ennen kuin koira on sopeutunut uuteen kotiin.

Totuttele koira hiljalleen uusiin asioihin. Luottamuksen ja hyvien kokemusten kautta koira yleensä tottuu pelottaviin asioihin. Ulkoilun lisääntyessä on hyvä lenkkeillä erilaisissa maastoissa (metsässä, poluilla, mäkiä kiipeillen). Koiran nivelille, luustolle, jänteille ja lihaksistolle tämä on erittäin tärkeää ja vahvistavaa. Myös erilaiset hajut ovat koiralle virkistävää ja aktivoivaa toimintaa liikunnan lisäksi.

## Aktivointi ja virikkeet

- Puruluiden kaluaminen on koiralle luonteenomaista ja terapeutista puuhaa. Ne auttavat samalla hampaiden hyvinvointiin ja estävät hammaskiven muodostumista. Huomioi kuitenkin, että solmu- tai putkiluut eivät sovellu koiralle, koska koira voi jopa tukehtua irronneeseen solmuun ja putkiluu saattaa tarttua leukaan kiinni.
- Erilaiset aktivointileikit, jolloin koira joutuu käyttämään haju- ja älyaistia, ovat koiralle erinomaista ajanvietettä ja väsyttävät koira enemmän kuin fyysinen rasitus (esim. piiloleikki).
- Leluihin tai palloihin voi ensin hieroa omistajan hajua ja piilottaa ne koiralta. Leikki toimii hyvin erityisesti kesällä, kun lelut voi piilottaa turvallisesti pihalle.
- Kongin sisälle voi laittaa kuivaruokanappuloita ja kongi hetkeksi pakkaseen. Kongin käyttö kehittää koiran keskittymistä. On kuitenkin huomioitava, että kongi on tarpeeksi suuri, jotta se ei aiheuta tukehtumisvaaraa.
- Eläintarvikekaupat myyvät erilaisia aktivointimattoja ja tarvikkeita. Voit myös itse askarrella aktivointileluja esim. maitopurkista tekemällä siihen pieniä reikiä, ja piilottamalla herkkupaloja sisälle.

Viesti tai soita rohkeasti Onnentassut ry:lle kaikissa koiraasi koskevissa, mieltäsi askarruttavissa asioissa.

Autamme ja neuvomme mielellämme, koirien kokonaisvaltainen hyvinvointi on meille sydämen asia!