



# Stress bij onze honden: gangbare oorzaken en signalen

Door Jacqueline Neilson, DVM, DACVB

Het is misschien moeilijk te geloven dat onze viervoeters last kunnen hebben van stress. Ze hebben immers geen 40-urige werkweek, deadlines, gereis in druk verkeer, zorg voor het gezin of geldzorgen! Maar onderzoek heeft aangetoond dat honden, ook al staan ze niet aan dezelfde stressfactoren bloot als wij, wel degelijk vaak last hebben van stress. Dit kan hun algehele gezondheid en welzijn nadelig beïnvloeden.<sup>1,2</sup> Onderzoek heeft bijvoorbeeld ook laten zien dat er een relatie bestaat tussen de hersenen en de darmen, de zogenoemde brein-darmconnectie: het vrijkomen van noradrenaline (voor de 'vecht- of vluchtreactie') beïnvloedt de gastro-intestinale fysiologie en heeft invloed op de darmflora, het bewegingsapparaat, de gevoeligheid voor pijn en andere parameters.<sup>3</sup> Spijsverteringsstoornissen uit zich vaak in diarree, wat tot nog meer stress leidt: ongelukjes in huis. Sommige honden beleven een tijdelijke periode van acute stress en andere honden ervaren chronische stress. Meer kennis over-, en een beter begrip van de triggers van stress, hoe stress zich uit in gedrag en de fysiologische gevolgen van stress, kunnen bijdragen aan het herkennen van stress bij honden en de negatieve gevolgen daarvan voor de gezondheid helpen te verminderen.



*Auteur Dr. Jacqueline C. Neilson is erkend specialist in huisdiergedrag sinds 1997. Ze had 14 jaar lang een specialistenkliniek voor huisdiergedrag in Portland, Oregon en was tevens voorzitter van de American College of Veterinary Behaviour.*

## 10 GANGBARE STRESSTRIGGERS VOOR HONDEN<sup>4</sup>:

1. Nieuwe dingen — zoals kennismaking met nieuwe voorwerpen, nieuwe mensen en dieren.
2. Harde geluiden — zoals vuurwerk en onweer.
3. Verandering van woonomgeving — zoals verhuizing en verblijf in een kennel.
4. Veranderingen in het huishouden — zoals gezinsuitbreiding, het verlies van een huisdier of huisgenoot of aanwezigheid van gasten.
5. Veranderingen in routines — zoals een nieuw werkschema, schoolvakantie en feestdagen.
6. Op straf gebaseerde trainingen — zoals een elektrische halsband, hard roepen, of slaan.
7. Binnendringen in de 'persoonlijke ruimte' — zoals verstoring tijdens het slapen, aaien en knuffelen of gedwongen vasthouden.
8. Gebrek aan uitingsmogelijkheden van gedrag dat bij een ras hoort — zoals hoeden, rennen en apporteren.
9. Scheiding van familieleden — scheidingsangst.
10. Relationele problemen.

## TOP 10 VAN STRESS-SIGNALLEN BIJ HONDEN<sup>4</sup>:

Hoewel er individuele verschillen zijn in de manier waarop honden stress uiten en er ook andere oorzaken kunnen zijn voor het gedrag, volgt hieronder de TOP 10 van stress-signalen bij honden:

1. Likken van de neus en lippen
2. Geeuwen
3. Hijgen
4. Geen of minder honger
5. Diarree
6. Staart naar beneden of tussen de benen
7. Oren naar beneden of achteren
8. Verlaagde of in elkaar gedoken houding, wegkruipen
9. Rillen/trillen
10. Vocaliseren — janken, huilen, blaffen

Als een hond deze signalen van stress vertoont, probeer de oorzaak dan te achterhalen en weg te nemen of te verminderen.

Bovendien kan voor honden tot 14 kg met aan stress verbonden spijsverteringsproblemen Hill's Prescription Diet™ i/d™ Stress aanbevolen worden. i/d™ Stress is een uitstekend verteerbare voeding met eiwithydrolysaat uit melk, prebiotische vezels en gember om spijsverteringsproblemen te helpen verlichten. Geef, indien mogelijk, ruim op tijd voor de stresstrigger voor een optimaal resultaat. Deze voeding is geschikt als onderhoudsvoeding voor volwassen honden en dus geschikt voor langetermijngebruik bij honden die chronische stress ervaren.

<sup>1</sup>Bamberger M, Houpt KA. Signalment factors, comorbidity, and trends in behavior diagnoses in dogs: 1.644 cases (1991-2001). *J Am Vet Med Assoc.* 2006;229(10):1591-1601.

<sup>2</sup>Dreschel, NA. The effects of fear and anxiety on health and lifespan in pet dogs. *Applied Animal Behavior Science.* 2010;125:157-162.

<sup>3</sup>Konturek PC, Brzozowski T, and Konturek SJ. Stress and the gut: pathophysiology, clinical consequences, diagnostic approach and treatment options. *J Physiology and Pharmacology.* 2011;62(6):591-599.

<sup>4</sup>Notari L. Stress in veterinary behavioural medicine. In Horwitz DF and Mills DS, editors. *BSAVA Manual of Canine and Feline Behavioural Medicine.* Gloucester, England:BSAVA, 2009:136-145.