Strach i lęk przed hałasem, czyli jak przygotować zwierzę do sylwestra

Święta Bożego Narodzenia to dla nas ludzi czas radości i rodzinnych spotkań. Podczas gdy nam święta kojarzą się z atmosferą relaksu, nasze zwierzęta odczuwają zazwyczaj napięcie, które rozpoczyna się już wraz z przedświątecznymi przygotowaniami. Jeszcze gorzej znoszą one okres sylwestrowy, kiedy zewsząd dochodzą wybuchy petard.

Jednakże nasi pupile nie są skazani na stres w tym szalonym okresie, wystarczy je do tego odpowiednio wcześniej przygotować.

Agata Kokocińska-Kusiak
etolog, zoopsycholog, trener zwierząt
www.moja-etologia.pl


Te dwie podstawowe metody najlepiej działają zestawione razem. Warto je dodatkowo wspierać preparatami adaptacyjnymi, które w składzie zawierają substancje działające podobnie jak zwierzęce feromony uspokajające, czy zapachami relaksacyjnymi jak np. lawenda. Występują one w różnych formach: obroże, sprayy czy w postaci wtyczek do kontaktów. Sprayem można spryskiwać koce psa czy kota. Obroże warto założyć już na miesiąc lub kilkanaście dni przed stresującym wydarzeniem. Ponadto warto wspomóc zwierzę suplementami opartymi na tryptofoanie, tauryne i ziołach takich jak dziurawiec, korzeń kozła, rumianek czy melisa. Tej typu naturalne substancje mają działanie uspokajające, ponieważ tryptofoan jako egzogenny aminokwas (muss być dostarczany organizmowi z pożywieniem) jest prekursorem serotoninii, która powoduje zmniejszenie napięcia mięśniowego oraz bierze udział m.in. w regulowaniu nastroju, ma działanie przeciwdepresyjne oraz dające uczucie spokoju i relaksacji. Tauryza zaś hamuje nadmiernie pobudzenie w czasie stresu. Suplementy z tymi składnikami nie powodują uzależnień ani nie mają skutków ubocznych, jednakże warto pamiętać, że najlepiej rozpocząć ich podawanie na kilka dni przed spodziewaną sytuacją stresową. Wiele białek pokarmowych zawiera niewystarczające ilości tryptofoanu, dlatego czasami mogą u psów występować jego niedobory. Źródło białka bogate w tryptofoan to przede wszystkim kaseina, serwata, mączka z ryb, mączka z soi, suszone jajko, mięso lososia, indyki, dziki drób. Ubogie w tryptofoan są zaś
produkty takie jak wołowina, jagnięcina, kurczak, kukurydza, pszenica czy jęczmień. Psom można także podać melatoninę, co z pewnością ukoi ich nerwy i pozwoli na wypoczynek. Dobrym rozwiązaniem może też być podanie esencji 5 kwiatów doktora Bacha (ok. 5-7 kropli 3-4 razy dziennie dla średniego psa).

Warto wykorzystać także proces warunkowania kluczowego, łącząc sylwestrowe dzieżyki z masażem relaksacyjnym. Masujemy psa puszczać cichutko w tle dzieżyk fajerwerków. Możemy to połączyć z rozpyleniem zapachu lawendy w celu dodatkowego zadziałania na zmysł węchowy czy ze wspomnianym wcześniej sprayem adaptacyjnym, aby zadziałać na narząd leniwozwo-nośowy (zwany też organem Jacobsona), którym zwierzęta pobierają feromony, by wzmocnić relaksację. Dla psów, jako organizmów makrosematycznych, węch jest najistotniejszym zmysłem, dlatego warto go stymułować. Można także wykorzystać m.in. metodę T-Touch, w tym odpowiednie uciśnienie, głaskanie albo zaopatrzyć zwierzę w kamizelkę przeciwłękową.


W przypadku gdy zwierzę słabo reaguje na tego typu terapie, warto poradzić się specjalisty, zoopsychologa, który pokaże jak odpowiednio wykonywać opisane ćwiczenia. Kiedy nie mamy na nie czasu i przypomniesmy sobie, że powinniśmy zadbaj o komfort p poilu w ostatniej chwili, nie pozostawimy tego tematu, ponieważ on nie rozwija się sam. Jeśli w jakikolwiek sposób możemy zapobiec stresowi i lękowi sylwestrowemu u naszego psa, zróbmy to. Z pomocą przyjdą różne preparaty dostępne w sklepach zoologicznych, jak również lekarze weterynarii.

Literatura:
1 Wilde N., Mój pies się nie boi. Jak pomoc psu pokonać jego lęki, 2015