

Stress hos vores hunde:

Strategier for håndtering af stress

Af Jacqueline Neilson, DVM, DACVB

Mange af vores hunde har en "forkælet" tilværelse med bløde og behagelige hundekurve, regelmæssige lækre måltider og kærlighed og hengivenhed fra deres ejere, men ofte oplever de også stress (se Stress hos vores hunde: Almindelige udløsere og symptomer). Disse belastende situationer kan føre til nedsat trivsel og sygdom, herunder væsentlige fordøjelsesproblemer, som er almindeligt kendt som "stress-diarré" eller "stress-colitis".¹

SEKS STRATEGIER FOR HÅNTERING AF STRESS HOS HUNDE²:

1. Først sikkerhed: Sørg for, at sikkerheden er i orden for alle de involverede.

- a. Dette kan indebære brug af et sikkert indelukke isolering, overvågning osv.
- i. En hund, der forsøger at slippe væk, når den udsættes for en stressudløser, bør anbringes på et sikkert sted, der ideelt set overvåges.
- ii. En hund med et aggressivt stressrespons bør isoleres fysisk fra målet for aggressionen.

2. Fraråd brug af straf mod en hund, der har symptomer på stress.

- a. Ikke alene er det inhumant at straffe en hund, der er stresset eller bange. Det vil sandsynligvis gøre den mere stresset.

3. Identificer og undgå — fjern eller minimer stressudløseren.

- a. Ideelt set skal stressudløseren undgås helt, men det er ofte ikke muligt. Man kan for eksempel ikke undgå tordenvejr.
- b. Når en stressudløser ikke kan undgås, så minimer dens indvirkning på hunden ved at ændre på omgivelserne.
 - i. Hvis en hund bliver stresset i tordenvejr, kan den om muligt flyttes til et rum væk fra hjemmets ydervægge, og der kan afspilles baggrundsstøj.
 - ii. Hvis børn gør en hund stresset, så undgå at tage hunden med til steder, hvor der sikkert vil være børn, som f.eks. legepladser eller skoler. Hvis der pludselig alligevel er et barn i nærheden, så kan man gå et andet sted hen med hunden, eller afstanden til barnet kan øges for at mindske hundens stress.



Forfatteren, dr. Jacqueline C. Neilson blev certificeret i veterinær adfærd (Board Certified in Veterinary Behavior) i 1997. Hun ejede og drev en klinik med speciale i veterinær adfærd i 14 år i Portland, Oregon i USA. Hun er tidligere formand for American College of Veterinary Behaviour.

4. Start på et adfærdsmodificerende program

- a. De to mest almindelige strategier for modificering af adfærd er systematisk desensibilisering og modbetingning.
 - i. Systematisk desensibilisering: Dette er en metode til at reducere hundens reaktion på en udløserstimulus (dvs. en stressudløser) via en gradvis forøgelse af eksponeringen for udløserstimulussen. Ved at starte eksponeringen på et meget lavt niveau og gradvist øge intensiteten kan hunden vænne sig til udløseren.
 - ii. Modbetingning: Dette er en metode til at ændre hundens association med udløserstimulussen, så den forbinder den med den modsatte følelsesstilstand (dvs. bliver den aktuelt stresset, så er den modsatte tilstand at slappe af). Dette opnås ofte ved at kombinere eksponering for udløserstimulussen med noget rart, som f.eks. foder eller legetøj, og modbetingning udføres ofte sammen med systematisk desensibilisering.

5. Anbefal Hill's™ Prescription Diet™ i/d™ Stress til hunde op til 14 kg med stressrelaterede gastrointestinale problemer.

- a. i/d™ Stress er en letfordøjelig ernæringsløsning, som er sammensat med mælkeproteinhydrolysat, præbiotiske fibre og ingefær som hjælp til at håndtere stress og reducere risikoen for stressrelaterede fordøjelsesproblemer. Det anbefales at fodre i god tid inden stressudløseren for at opnå optimale resultater. Dette foder er et vedligeholdelsesfoder til voksne hunde og er derfor velegnet til langvarig anvendelse til de hunde, der kan have kronisk stress.

6. Anbefal supplerende aktiviteter, produkter og serviceydelser til reduktion af stress.

- a. Eksempler på produkter på markedet til reduktion af stress omfatter feromoner, "wraps", der udøver et let pres på kroppen, og medicinske behandlinger.
- b. Visse terapeutiske metoder, som f.eks. akupunktur eller berøringsterapi, kan medvirke til at reducere stress hos nogle hunde.
- c. Regelmæssig motion kan bidrage til generel stressreduktion.

¹ Notari L. Stress in veterinary behavioural medicine. I Horwitz DF and Mills DS, editors. *BSAVA Manual of Canine and Feline Behavioural Medicine*. Gloucester, England: BSAVA, 2009:136-145.

² Palestini C. Situational Sensitivities. I Horwitz DF and Mills DS Editors. *BSAVA Manual of Canine and Feline Behavioural Medicine*. Gloucester, England: BSAVA. 2009:169-181.