

ZWIĘKSZ WITALNOŚĆ SWOJEGO PSA SENIORA

Placeholder for the "Links" field



## ZWIĘKSZ WITALNOŚĆ SWOJEGO PSA SENIORA

UDZIAŁ

- [Download \(opens in new window\)](#)
- [Email \(opens in new window\)](#)
- [Print \(opens in same window\)](#)

Im jesteśmy starsi, tym mądrzejsi, ale często nie dajemy wówczas rady zrobić tego, co mogliśmy, gdy byliśmy młodszy. Starzenie się nie musi jednak oznaczać braku witalności. To samo dotyczy Twojego psa! Witalność jest oznaką zdrowia i energii u zwierzęcia w każdym wieku, a zwłaszcza gdy przybywa mu lat. Dzięki miłości i wsparciu możesz pomóc mu wtedy cieszyć się wszystkim, co przynosi życie.

Poniżej omówimy kilka kwestii - od żywienia po ćwiczenia fizyczne - które pomogą Twojemu psu nadal żyć pełnią życia.

Jednak najpierw określimy, kiedy psa można uważać za seniora.

### KIEDY MOGĘ UWAŻAĆ MOJEGO PSA ZA SENIORA?

Różne psy mają różną oczekiwaną długość życia, nie starzeją się więc z taką samą prędkością. Ich rasa i wielkość określają, kiedy zostaną uznane za seniorów.

Małe psy zwykle żyją dłużej niż większe i dlatego później stają się seniorami - na przykład Yorkshire terier [uważany jest za dorosłego w wieku 8-10 miesięcy](#), a za seniora w wieku około 10 lat. ([źródło](#)).

Z kolei duży pies, taki jak dog niemiecki, jest uważany za dorosłego w wieku 2 lat, a za seniora, gdy ma 5 lub 6 lat.

Krótko mówiąc, większe psy dorastają później, ale starzeją się znacznie szybciej niż małe. Jeśli masz większego psa, zwróć szczególną uwagę na spadek witalności u swojego pupila, bo może to być pierwsza oznaka jego starzenia się. Może stać się cichszy i spokojniejszy, może też dłużej spać. Być może zauważysz u niego siwe włosy. Jest również bardzo prawdopodobne, że Twój ulubieniec zacznie przybierać na wadze.

Niezależnie od wieku i rasy Twój pies jest wyjątkowym zwierzęciem, które będzie się starzeć na swój własny, wyjątkowy sposób. Podobnie jak ludzie niektóre psy nadal będą bardzo

wysportowane i aktywne w późniejszych latach swojego życia, zaś inne będą prowadziły spokojniejszy tryb życia.

Obserwuj oznaki starzenia się u swojego psa. Pamiętaj, że spadek witalności może być oznaką przewlekłej choroby, więc jeśli masz wątpliwości, skonsultuj się z lekarzem weterynarii.

## **WŁAŚCIWE ODŻYWIANIE JEST KLUCZEM DO UTRZYMANIA WITALNOŚCI STARZEJĄCYCH SIĘ PSÓW**

Wspieranie witalności to kluczowy cel kompletnego i zbilansowanego żywienia psów seniorów, który może być realizowany na wiele sposobów.

Po pierwsze, z wiekiem metabolizm psa naturalnie spowalnia, co może sprawić, że utrzymanie prawidłowej wagi staje się wyzwaniem. Wykazano, że jedzenie dla psów z dodatkami składników odżywczych, takich jak L-karnityna, pomaga w metabolizmie tłuszczu i utrzymaniu optymalnej masy ciała i kondycji psa.

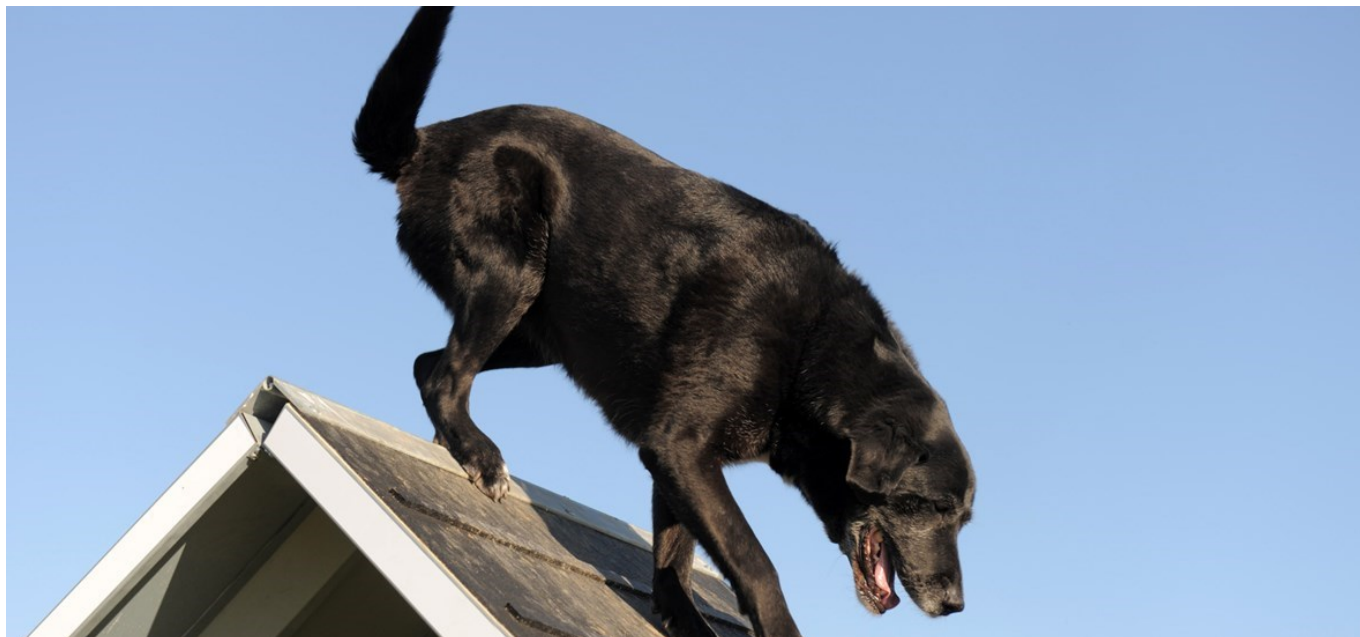
Po drugie, problemem dla starszych psów - zwłaszcza dużych - może być sprawność ruchowa stawów. Wykazano, że dodatkowe składniki odżywcze, takie jak glukozamina, przyczyniają się do wspierania sprawności ruchowej stawów, ponieważ glukozamina jest jednym z elementów budujących chrząstkę i maść stawową u psa. Optymalna masa ciała oraz dodatek glukozaminy pomogą utrzymać aktywność starszego psa, tak aby był on w stanie bawić się i chodzić na spacer, co z kolei zwiększy jego witalność.

Po trzecie, wspieranie zdrowego serca dzięki podawaniu tauryny i witaminy E również przyczyni się do zwiększenia witalności Twojego podopiecznego. Zdrowe serce zapewnia prawidłowe krążenie krwi i jest ważne dla wszystkich niezbędnych funkcji organizmu.

Dieta w połączeniu ze szczepieniami ma duży wpływ na naturalne mechanizmy obronne psa. To złożony system, odgrywający istotną rolę w zachowaniu zdrowia, siły i odporności Twojego ulubieńca. Wykazano, że niektóre substancje odżywcze - zwłaszcza przeciwutleniacze - wspierają te mechanizmy (National Research Council, 2006; Koelsch & Smith, 2001). Witamina E, mangan i cynk to przykłady naturalnie występujących przeciwutleniaczy, które można znaleźć w wysokiej jakości pokarmie dla psów i które wspierają naturalne mechanizmy obronne psa, zwłaszcza gdy przybywa mu lat.

Zdrowa skóra i sierść to również ważne elementy naturalnej obrony - jest to pierwsza naturalna bariera dla czynników zewnętrznych. Badania wykazały, że dieta zawierająca kwasy tłuszczowe omega-6 i cynk pomaga w utrzymaniu zdrowej skóry i sierści.

Innym sposobem wspierania poprzez odżywianie jest bezpośrednia poprawa witalności dzięki witaminie B i żelazu. Witaminy z grupy B są ważne dla wielu ważnych funkcji organizmu, w tym związanych z wytwarzaniem energii, metabolizmem aminokwasów i syntezą DNA, a żelazo jest kluczową częścią enzymów i hemoglobiny, białka odpowiedzialnego za transport tlenu w organizmie.



## **NIE ZAPOMINAJ O REGULARNYCH ĆWICZENIACH FIZYCZNYCH**

Z wiekiem pies może poruszać się nieco wolniej i nie być w stanie chodzić z Tobą na długie spacery lub bawić się przez wiele godzin w parku. Mimo to niezbędne są ćwiczenia fizyczne odpowiednie do jego kondycji, [które sprawią, że będzie szczęśliwy i pełen energii](#).

Aktywność fizyczna wspiera zdrowe serce, ze względu na zwiększenie przepływu krwi, a także pomaga w utrzymaniu prawidłowej wagi, co sprawia, [że pies jest szczuplejszy i w dobrej kondycji](#). Wspomaga też trawienie (ponieważ zwiększone krążenie pomaga utrzymać prawidłowe funkcjonowanie układu trawiennego) i sprzyja oddawaniu moczu, a więc zachowaniu zdrowych dróg moczowych. Dobry trening zapewnia również lepszy odpoczynek i głębszy sen, co daje organizmowi dodatkową możliwość regeneracji.

Planując aktywność fizyczną dla starszego psa, należy dostosować ją do jego potrzeb. Starszym psom trudniej jest regulować temperaturę ciała (ze względu na spowolniony metabolizm) - możesz zauważyć, że Twój pies jest znacznie bardziej wrażliwy na ekstremalne temperatury. Dlatego przy cieplejszej pogodzie dobrze jest ćwiczyć z psem wcześniej rano lub późno wieczorem, gdy temperatura jest niższa, i ogólnie zabierać go na krótsze, wolniejsze spacery. Zwróć też uwagę na jego poziom nawodnienia. Pamiętaj, aby zawsze miał dostęp do świeżej, czystej wody, i zachęcaj go do picia, zwłaszcza po wysiłku fizycznym lub przy wyższych temperaturach.

## **NIE ZAPOMNIJ O ZABAWIE I NOWYCH GRACH SPRZYJAJĄCYCH STYMULACJI!**

Sama zabawa może być doskonałym źródłem witalności dla zdrowych psów seniorów. Pamiętaj, że jakakolwiek forma zabawy i interakcja z Tobą to dwie ulubione rzeczy Twojego czworonożnego przyjaciela! To nie musi być nic skomplikowanego - wystarczy prosta zabawa na podwórku lub w aportowanie, która rozbudzi jego chęć do życia i odkrywania otoczenia.

Poza zabawami fizycznymi również stymulowanie aktywności umysłowej może mieć duże

znaczenie dla zdrowia i szczęścia Twojego pupila. W szczególności spróbuj skupić się na zabawach, [które pobudzą jego zmysł węchu i słuchu](#). (Link do artykułu P4bis)

Gdy Twój pies zacznie się starzeć, możesz również rozważyć adopcję innego zwierzęcia lub szczeniaka. Nieograniczona energia młodszego zwierzęcia może korzystnie wpływać na niektóre starsze psy i pomóc im dłużej zachować młodość i witalność. Jednak taką decyzję powinno się dopasować indywidualnie do potrzeb i możliwości zwierzęcia oraz domowników.

## **UTRZYMYWANIE AKTYWNOŚCI PSA I RADOŚĆ Z MĄDROŚCI STARSZEGO WIEKU**

Twój pies senior może być starszy, ale to nie znaczy, że nie może w pełni korzystać z życia. Dzięki miłości i wsparciu, a także starannemu dostosowywaniu się do jego zmieniających się potrzeb, nadal będzie mógł cieszyć się aktywnością fizyczną, interakcjami społecznymi, zabawą, posiłkami i wszystkim, co przynosi mu życie.

A wraz z wiekiem przychodzi spokój i mądrość. Może i będzie poruszać się nieco wolniej, ale zapewne zauważysz, że w miarę jak się starzeje, jesteście sobie jeszcze bliżsi, a Wasza więź jest silniejsza.

Jeśli będziesz utrzymywał jego aktywność i bawił się z nim, pielęgnując tę więź, a także wybierając kompletne i zbilansowane pożywienie dostosowane do wieku psa, jego wielkości oraz stylu życia, sprawisz, że jesień jego życia będzie szczęśliwa, pełna zabawy i witalności.

### **Powiązane artykuły**



#### **[5 POMYSŁÓW NA ZABAWĘ ZE SZCZENIAKIEM](#)**

Szczenięta to czysta energia i radość.

[PRZECZYTAJ ARTYKUŁ](#)



#### **[JAK NAUCZYĆ PSA WŁAŚCIWEGO ZACHOWANIA](#)**

Dowiedz się, jak sprawić, by pies usiadł, położył się i przestał. Poznaj wskazówki, jak przejąć kontrolę nad jego nieskrępowaną naturą i cieszyć się z wyzwania!

[PRZECZYTAJ ARTYKUŁ](#)



#### **[PIES GRYZIE OGON - CO TO OZNACZA?](#)**

Gonienie i gryzienie ogona przez psa może wyglądać niegroźnie, a czasem nawet zabawnie, jednak jest często oznaką poważnych problemów behawioralnych lub zdrowotnych.

[PRZECZYTAJ ARTYKUŁ](#)



## **BIEGANIE Z PSEM - JAK ZACZAĆ? KTÓRE RASY BĘDĄ SKORE DO DŁUGICH DYSTANSÓW?**

Bieganie z psem to świetny pomysł na wspólną aktywność: zarówno z perspektywy opiekuna, jak i podopiecznego. Nie wszystkie psy jednak odnajdą się w biegach długodystansowych.

[PRZECZYTAJ ARTYKUŁ](#)  
[WSZYSTKIE ARTYKUŁY](#)

---

### **Source URL:**

<https://www.perfect-fit.pl/pies-wskazowki/ruch/wzmocnienie-witalnosci-doroslego-psa>