

Wat zijn de do's en don'ts bij een opgroeiende hond.

Het is zo ver: een pup doet zijn intrede in jullie leven. De komende periode ben je druk met het opvoeden en socialiseren van je pup, maar heb je ook al nagedacht over hoe je bij kan dragen in het fysiek gezond opgroeien? 'Groot groeien gaat vanzelf', wordt vaak gedacht, maar is dat wel zo? Hoe kun je jouw pup begeleiden zodat hij uit kan groeien tot een zo gezond mogelijke volwassen hond?

Elk levend wezen bestaat uit botten, pezen en spieren en de pup zal het eerste jaar enorm in gewicht toenemen. Goede voeding is een van de aspecten die bepaalt of je hond stevige botten pezen en spieren ontwikkelt.

Ook beweging is voor het ontwikkelen van een gezond bewegingsapparaat heel belangrijk. Qua beweging heeft weefsel twee tegenstrijdige zaken nodig voor een gezonde groei: namelijk belasting én rust.

- **Belasting** op bot, door wandelen, spelen en rennen, geeft het botweefsel de prikkels die het nodig heeft om de kraakbenige botten van de pup te laten groeien en te transformeren in volwassen beenderen.
- **Rust** is daarentegen nodig om te zorgen dat de prikkel die de belasting heeft gegeven, ook daadwerkelijk verwerkt kan worden tot groei.

Pezen

Voor pezen geldt hetzelfde: door belasting wordt de aanhechting aan het bot sterker, maar rust is hier ook nodig om volledig te kunnen ontwikkelen. **Een goede balans tussen beweging en rust** is dus essentieel, maar het vinden van die juiste balans is ook verschrikkelijk moeilijk!

Pups hebben enorm veel energie en als je wacht tot de pup uit zichzelf gaat slapen zal je niet alleen vaak heel lang moeten wachten, maar is je pup ook al lang over al zijn fysieke grenzen heen gegaan. Je zult hem dus tegen zichzelf moeten beschermen door hem op tijd rust aan te bieden.

Jonge hondenlijven zijn niet geschikt voor lange wandelingen!

in de natuur trekken jonge dieren sprintjes en pakken korte momenten van spel. Daarna gaan ze weer slapen, dat is de juiste balans tussen actie en rust. Voor de ontwikkeling van een gezond bewegingsapparaat is het van belang dat een pup niet te lang achter elkaar hoeft te lopen. Van de fokker heb je vaak al advies gekregen over hoe vaak en hoe lang je met een pup kunt en mag wandelen. Het is belangrijk deze op te volgen. De stelregel is vaak 5 minuten voor elke maand dat de pup oud is, dus met twee maanden mag hij 10 minuten wandelen. Met 3 maanden 15 minuten enz. Dat is een redelijk goede maatstaf en dit mag meerdere keren per dag, uiteraard met de nodige uren rust ertussen.

Ook scherpe wendingen, wilde spelletjes, traplopen enz. zijn niet goed voor de pup. Al de adviezen die je hebt gekregen zijn niet voor niets gegeven.

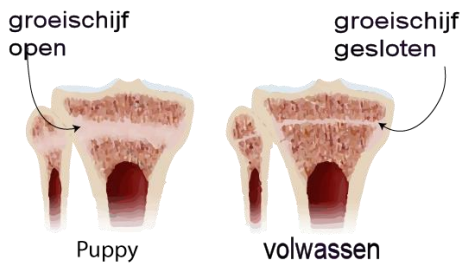
Bot van binnen

Het skelet is opgebouwd uit ongeveer 200 botten. In het volwassen hondenlichaam vormt het skelet ongeveer 10% van de totale massa van de hond. Om duidelijker te maken hoe bot groeit en ontwikkelt, gaan we even kijken naar één van de lange beenderen van de hond: het dijbeen.

Het dijbeen wordt ingedeeld in de categorie 'lange beenderen' en bestaat bij een pup uit een middenstuk of schaft (=diaphysis) en twee



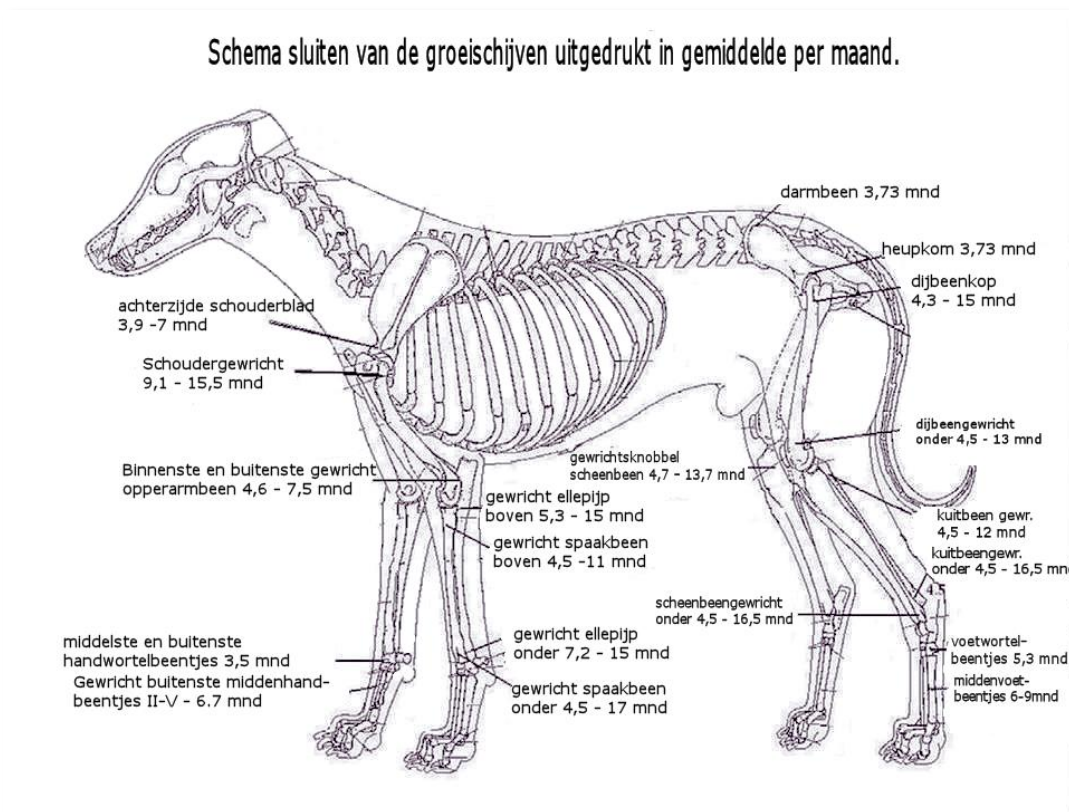
eindstukken, het gewrichtsuiteinde *epifysis proximalis* en het gewrichtsuiteinde *epifysis distalis*. Het middenstuk van het bot wordt gescheiden van de twee eindstukken door de groeischijven, de zogenaamde *epifysairschijven*. Groei van bot vindt plaats aan beide zijden van de groeischijven.



De groei van het skelet is compleet als de groeischijven zijn vergroeid. Het skelet voltooid zijn vergroeiing in een vaste volgorde en op een redelijk vaste leeftijd. Honden hebben 14 sets groeischijven en het duurt vaak tenminste 18 maanden voor het groeiproces is voltooid. Bij grotere rassen zelfs langer. Op de tekening staat een tijdspad aangegeven.

- Vanaf de leeftijd van 3-8 maanden begint het sluiten van de groeischijven met het volgroeien van de hak
- Op de leeftijd van 12-24 maanden sluiten de groeischijven van de bekkenkam.

Schema sluiten van de groeischijven uitgedrukt in gemiddelde per maand.



Wees geduldig! Door te jong de pup sterk te belasten, kan dit o.a. heupproblemen en artritis veroorzaken.

Terwijl je wacht tot de pup groeit naar volwassenheid, kun je werken aan zijn uithoudingsvermogen. Concentreer je op cardiovasculaire – en spierontwikkeling met niet belastende oefeningen. Zwemmen is een fantastische manier om je hond in vorm te houden, zonder belasting van botten en gewrichten.





Als je hond al op jonge leeftijd leert zwemmen en daar plezier aan beleeft is het ook op zijn oude dag een prachtige manier om hem in conditie te houden.

In ons waterrijke land zijn altijd wel plekjes waar je ze kunt laten zwemmen. In een Tatra TOPnieuws van vorig jaar hebben we daar ook al een artikel aan gewijd.

