

Hondsmoe: Waarom voldoende slaap zo belangrijk is!



Het spreekwoordelijke gezegde „hondsmoe zijn“ bestaat niet zomaar. Want de hond heeft een uitgesproken slaapbehoefte, waar menig mens jaloers op zou kunnen zijn.

Maar waarom heeft de hond zoveel slaap nodig? Hoeveel uur slaap per dag is voldoende? En wat te doen als onze geliefde vierbener juist helemaal niet wil slapen?

Hoeveel uur rust/slaap is normaal?

Vaak wordt er op internet gevraagd door verschillende bezorgde hondeneigenaren in verschillende fora of het normaal is dat hun hond zo veel slaapt. De hond speelt, slaapt, drinkt en eet maar ongeveer 3 tot 4 uur per dag, de overige 20 uur slaapt de hond. Dit is ook heel normaal voor een hond, geen reden tot zorgen dus.

Honden die niet genoeg slaap krijgen, zijn sneller ziek en hun gedrag is ook agressiever dan normaal. Onze viervoeter kan namelijk beter met dorst en honger om gaan als met een slaapttekort. Hun slaappatroon kunnen we niet vergelijken met ons slaappatroon als mens. Mensen kunnen beter met slaapgebrek omgaan als honden, wij slapen veel dieper en intensiever.

Honden doezelen overdag het grootste gedeelte, want als er wat leuks staat te gebeuren zijn ze direct klaarwakker.

Zorg voor voldoende rust en ontspanning

Niet iedere hond moet dagelijks 20 uur slapen, maar vele honden overschatten zichzelf en nemen niet genoeg rust. Dit gedrag is een beetje te vergelijken met kleine kinderen, die met rode oortjes en dichtvallende oogjes beweren niet moe te zijn. In dit geval is de eigenaar gevraagd om voor voldoende rust en ontspanning te zorgen.

We zullen voor optimale voorwaarden moeten zorgen voor een optimale slaappleaats. Dit betekent dat we voor een rustig plekje moeten zorgen. Als er altijd maar drukte is en onze nieuwsgierige hond steeds door nieuwe prikkels wakker wordt gehouden, heeft hij geen mogelijkheid om te ontspannen. Daarom moeten we ervoor zorgen dat:

- de hondenmand (kussen) in een rustig hoekje staat
- geen speelgoed of andere leuke dingen in de buurt liggen
- vaste slaaptijden invoeren (een hond is een gewoonte dier)



Verder is de keuze voor een mand/kussen/deken belangrijk, te hard ligt niet lekker maar te zacht ook niet. Echter is dit voor een Tatra hond vrij moeilijk te realiseren, de ervaringen leren ons dat ze het snel



te warm hebben als ze in hun mand of op hun kussen liggen. Maar de oudere Tatrachond heeft vaak wel de behoefte aan een goede slaapplek. Wat niet te hard is maar ook niet te zacht.

Soms geeft de hond in hele spannende situaties helemaal geen rust, hier moet je als eigenaar wel ingrijpen, soms „dwing“ ik mijn hond tot rust door bijvoorbeeld een bench (waar benchtraining aan vooraf is gegaan!) of ik neem de hond aan de riem bij mij zodat de hond niet rond kan blijven rennen en wel gaat liggen. Maar dit zijn extremen.

Tot slot wil ik nog vertellen dat voor pups het zeer belangrijk is om genoeg rust krijgen, een pup die de „gekke“ 10 minuten heeft is overprikkeld en moet rust krijgen.

Tot de volgende column!

Groetjes Melanie

