

Met de brokken zitten

Geef de kat maar brokken, dan kan er niets misgaan. Dat is de kreet die heden ten dage heerst over de voeding van de kat. Klopt dat ook? Gaat er dan niets mis? Waar komen al die nierproblemen dan vandaan? En die blaasproblemen? Er komen ook steeds meer allergieën voor. Is dat direct te wijten aan de voeding?

Laten we een ding vooropstellen: goede voeding is de basis van een goede gezondheid. Immers: alle bouwstoffen moeten uit de voeding komen. Als het lichaam zijn uiterste best moet doen om in stand te blijven, dan zijn er weinig energie- en bouwstoffen over om ook nog eens voor een goede afweer te zorgen. Wat is nu goede voeding? De ervaring leert mij dat goede voeding dat is wat het meeste lijkt op wat een wilde katachtige zou eten. Dus geen brokken, die bestaan uit veel granen en dat is allerm minst wat een wilde kat zou eten. Nee, vlees, vers rauw vlees met botten en gemalen groente, dat is waar de kat het goed op doet.

Wat zit er in brokken?

Om te kunnen beoordelen wat brokken zijn, beschrijf ik eerst hoe brokken gemaakt worden en wat er in zit. Zoals ik al zei: granen. Meestal vormen granen het hoofdbestanddeel van brokken. Omdat katten granen eigenlijk niet kunnen verteren, moeten de granen ontsloten worden. Expanderen is een vorm van ontsluiten. Daarvoor wordt het verhit, soms tot wel 200°C. Het vlees dat er in zit, heeft uit praktische overwegingen de vorm van vleesmeel (en meel van de voeding van de kat bijproducten). Nog afgezien wat de kwaliteit van dit meel is. Laten we maar even van het gunstigste geval uitgaan dat het ook daadwerkelijk vleesmeel is en geen gemalen koppen en veren. Dit wordt samen met het graan verhit. Door deze verhitting gaan de suikers in het meel reageren met aminozuren uit het vlees (zogenaamde Maillardreacties). Hierdoor ontstaan verbindingen die niet meer opgenomen kunnen worden door de darmen. Onder andere acrylamides, waarvan onlangs is aangetoond dat ze bij mensen kanker kunnen veroorzaken. Het aminozuur tauri-

ne verdwijnt hierdoor zo goed als geheel. Veel mineralen gaan verbindingen aan en worden onoplosbare zouten, zo goed als alle vitamines gaan verloren en de vetten oxideren.

Om de brokken weer compleet te krijgen, worden de vitamines en mineralen er later weer aan toegevoegd. Dit zijn echter synthetische vitamines en mineralen en die worden niet zo gemakkelijk opgenomen door de darmen als de natuurlijke vorm. Al met al worden de darmen hierdoor behoorlijk belast met veel onopneembare resten die alleen maar belastend werken en zelfs het lichaam langzaam maar zeker kunnen vergifigen.

Granen verstoren de suikerspiegel van uw kat. Ze worden gemakkelijk te dik en kunnen suikerziekte krijgen. Vergelijkbaar met mensen die te veel snoepen. Katten met suikerziekte doen het vaak erg goed op een graanvrij dieet,

vergelijkbaar met het Atkins dieet bij mensen. Nogmaals, dat komt doordat katten geen koolhydraateters zijn maar voornamelijk eiwitten en vetten als energiebron gebruiken. Hun hele stofwisseling is ingesteld op het verteren van dierlijke producten. Veel plantaardige stoffen kunnen ze niet omzetten in nuttige voedingsstoffen.

Brokken zijn 'dood' voer. Alle bacteriën zijn vernietigd, alle enzymen zijn dood. Dat is wel handig want zo blijft het langer goed. Nadeel is dat deze bacteriën en enzymen ook een nuttige functie hebben. De bacteriën zijn nodig om een stabiele darmflora op te bouwen en de enzymen zijn nodig om allerlei processen in het lichaam vlot te laten lopen.

Droogvoer

Brokken bevatten erg weinig water. Daardoor is het beter houdbaar en hoeft je minder te voeren. Katten zijn van

't is voor de foto en een extraatje op 4 oktober



oorsprong savannedieren. Ze drinken zelf weinig water. Het water wat ze nodig hebben halen ze uit hun prooidieren. Als je katten dus droogvoer geeft, krijgen ze stelselmatig te weinig vocht binnen. Dat compenseren ze wel enigszins door iets meer te gaan drinken maar waarschijnlijk drinken ze toch nog te weinig. Veel blaas- en nierproblemen zouden op deze manier kunnen ontstaan.

Diepvriespizza

Om het geheel wat beeldender te maken vergelijk ik het geven van brokken met het eten van diepvriespizza aangevuld met een multivitaminenpreparaat. Elke dag weer. Er zit inderdaad alles in wat je nodig hebt, maar gezond is anders. Goede voeding is wat anders dan een optelsom van voedingsstoffen. Het geheel is meer dan de som der delen. Naast de bekende vitamines, mineralen, eiwitten, vetten en koolhydraten zijn er nog ontelbare onbekende stoffen die ook noodzakelijk zijn voor een goede gezondheid en de enige manier die niet over het hoofd te zien is: de natuurlijke grondstoffen gebruiken, vlees, groente en botten. Door te variëren krijgt het lichaam een rijke schakering aan stoffen binnen en kan het lichaam zelf kiezen wat het wel en niet nodig heeft.

Vetten

In brokken zitten weinig vetten. Dat kan namelijk niet want die blijven niet goed. Ook als er op de verpakking staat dat er omega-3 en 6 vetzuren in zitten. Vetten en al helemaal onverzadigde vetzuren oxideren als ze blootgesteld worden aan licht en lucht. Ze moeten eigenlijk koel en donker bewaard blijven. Dan kun je als fabrikant er nog zoveel, al dan niet chemische, antioxidanten in doen, ze blijven niet goed. En dat terwijl de natuurlijke energiebronnen van de kat eiwitten en vetten zijn.

Maar wat dan wel?

Ik heb al een paar keer genoemd: vlees, groente en botten. Eigenlijk moet dat wat onze kat eet, lijken of wat een wilde katachtige zou eten. Dat houdt in: prooidieren. Prooidieren bestaan uit rauw vlees, orgaanvlees, botten, darminhoud, vacht en veren. Katten eten veel minder orgaanvlees en darminhoud dan honden. Van muizen en vogeltjes laten ze vaak de ingewanden liggen. Vacht en veren zijn onverteerbare onderdelen. Deze kunnen we imiteren door ofwel hele kuikens te geven, ofwel een groentemengsel te maken dat deels onverteerbaar is. Het vlees mag van alle dieren afkomstig zijn, alleen geen rauw varkensvlees. Varkensvlees kan een virus bevatten dat de ziekte van Aujeszki veroorzaakt. Honden en katten zijn vele malen gevoeliger voor deze ziekte dan varkens. Gebruik alleen vlees dat ook voor

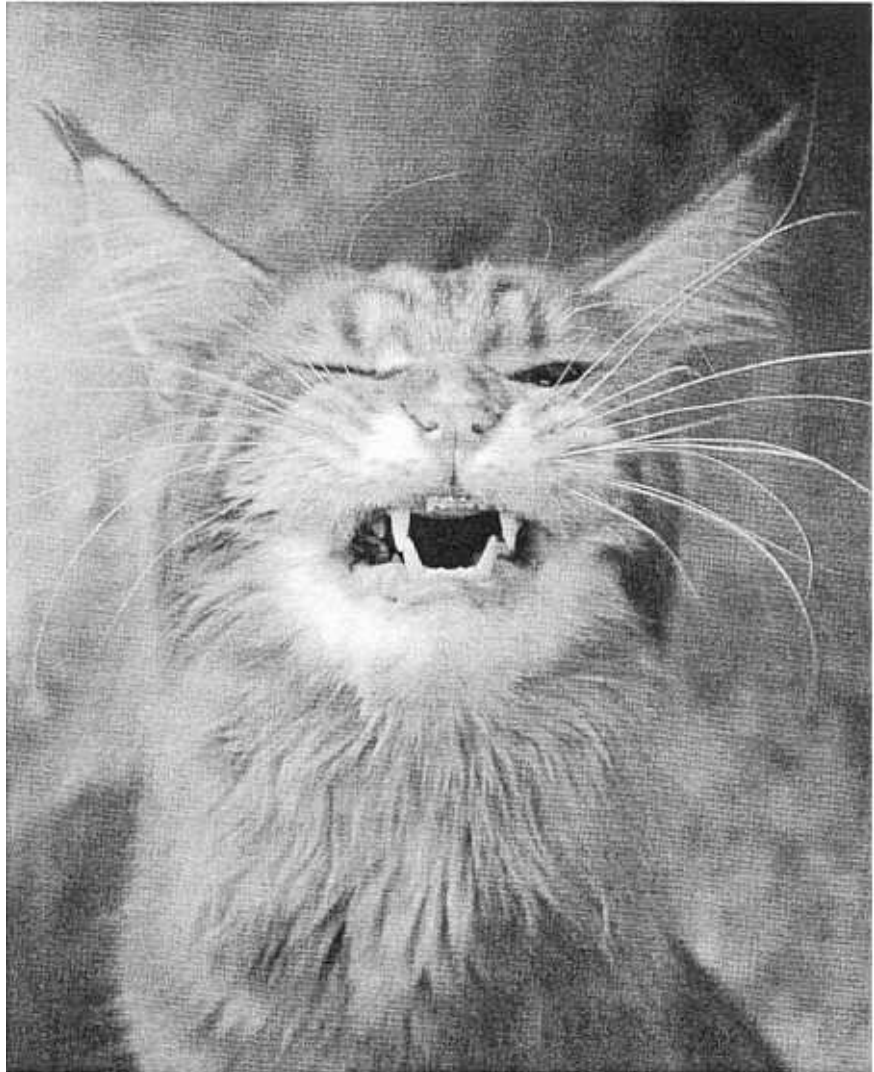


Foto: Renate Leijen

menselijke consumptie geschikt is, al is het alleen maar omdat u er zelf ook met de handen aan zit. Dus: kip, rund, lam, kalf, eend, duif, geit, konijn alles wat u te pakken kunt krijgen, mag. Eieren mogen ook, cottage cheese en vis. Afwisseling is belangrijk. Kip is goedkoop en gemakkelijk aan te komen, maar geef uw kat niet elke dag kip. Probeer ten minste drie keer per week een ander soort vlees te geven. Als u vis geeft, kies zoveel mogelijk voor hele vissen, met alles er op en er aan.

Bacteriën

Rauw vlees is eng want er zitten enge bacteriën op! Dat is zo. Maar hoe denkt u dat een wilde kat dat doet? Die loopt ook niet met een pannetje water rond om alles eerst te koken. Door allerlei bacteriën binnen te krijgen, wordt de weerstand van uw kat ook beter. Het lichaam leert omgaan met de verschillende bacteriën die op vlees zitten. Vogels en muizen die een wilde kat vangt zijn ook niet steriel. Voor beginnende katten en eigenaren, kan het verstandig zijn eerst een paar weken gekookt vlees te geven. Dat vlees moet dan steeds lichter gekookt worden en zo kan de kat (lees: haar maag en darmen)

langzaam wennen aan de verandering. Uiteindelijk geeft u het vlees helemaal rauw.

Overigens moet u zelf wel maatregelen nemen als u het vlees voor uw kat snijdt of anderszins aanraakt. Schoon materiaal gebruiken, goed uw handen wassen en snijplank en mes ook goed reinigen voordat u het weer gebruikt.

Groente

Groente bevat veel vitamines en mineralen, een deel koolhydraten en wat eiwitten. De koolhydraten zijn deels onoplosbaar en zorgen zo voor vezels om het volume van de ontlasting iets te doen toenemen. Alles mag behalve ui en prei. De rauwe groenten moeten zo fijn mogelijk gemalen worden, omdat hele rauwe groente niet verteerd wordt. Katten missen de enzymen om plantaardige cellen stuk te maken. Dus dat moet voor hun gebeuren en dat kan door het fijn te malen in de keukenmachine of sapcentrifuge. Fruit mag ook in geringe mate toegevoegd worden. Met behulp van de groenten kunt u een beetje het gewicht van uw kat regelen. Geef te dikke katten veel groenten en weinig vlees. Katten die juist veel ener-



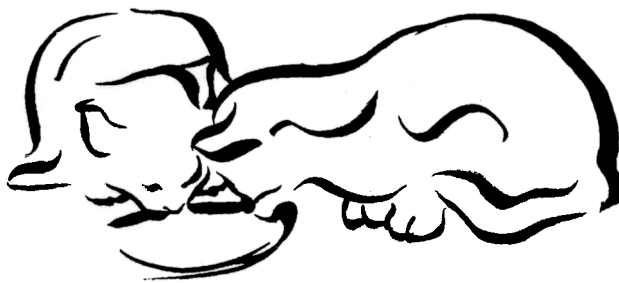
gie nodig hebben omdat ze mager zijn kunt u beter wat meer vetten geven. Van deze groente geeft u maar een beetje. Twee theelepels per maaltijd zijn voldoende. Alleen voor katten die moeite met de stoelgang hebben, mag er meer gegeven worden.

Orgaanvlees

Katten zijn geen echte orgaanvleeseters. Een beetje lever, hart, maagjes of niertjes mag. Afwisseling is goed. Sommige katten hebben het liever gekookt, andere liever rauw. Dat is een kwestie van uitproberen.

Botten

Botten zijn een verhaal apart. Mensen zijn altijd bang dat botten splinteren. Dat kan ook, maar rauwe botten splinteren minder dan gebakken of gekookte botten. Botten dus altijd rauw geven. Botten met veel vlees er op geven min-

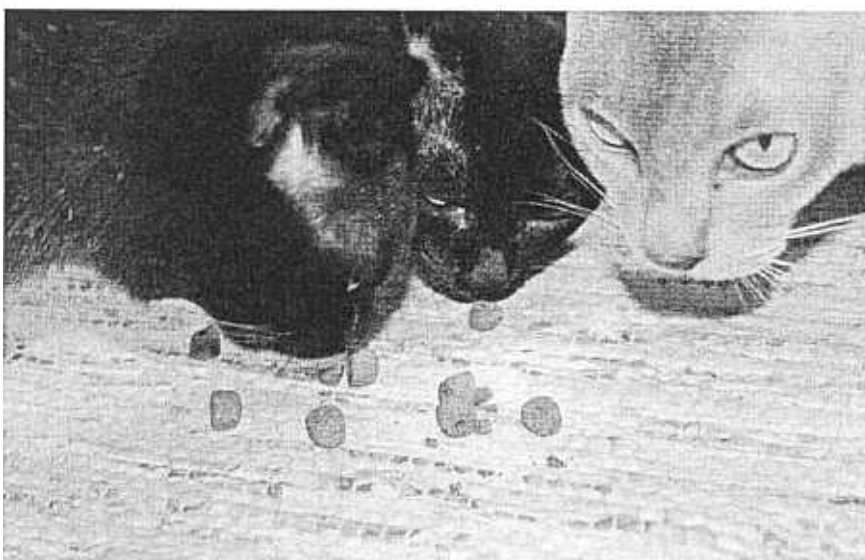


Bron: illustratie uit 'In de ban van de kat'

aan brokken toegevoegd worden want sommige katten lijken we verslaafd aan bepaalde merken brokken. Daarnaast is het voor dikke katten erg gevaarlijk te vasten. We kunnen ze dus niet zomaar versvoer voorschotelen en maar kijken of ze het eten. Het is een kwestie van geduld hebben en doorzettingsvermogen tonen. Sommige katten zijn heel gemakkelijk, die vinden het meteen lek-

kunt u dan weer door het vlees doen om het lekkerder te maken.

Voor mensen die het niet te ingewikkeld willen maken en die een gezonde kat hebben zonder klachten, is het eenvoudiger om naast de brokken geregeld vers voer te geven. Er zijn inmiddels enkele goede diepvries versvleesvoedingen op de markt. Voorbeelden zijn: Prins, Bibi, Carnibest en Bandit, deze laatste is ook nog biologisch. Deze kunnen als afwisseling gegeven worden, met hart, vis of vlees, al dan niet met groente. Zolang er voor de helft brokken wordt gegeven, hoeft de aanvulling niet volledig te zijn. Bij voorkeur de brokken niet mengen met het verse voer. Voor katten zonder gezondheidsklachten is twee hele dagen in de week vers vlees aan te raden. U zult merken dat uw kat toch nog net iets beter wordt; de vacht iets mooier, met meer energie, een betere weerstand, minder vlooien. Voor katten met klachten, met name huid- en maagdarmlachten, is het aan te raden toch zoveel mogelijk over te stappen op vers vleesvoer. Diepvries of zelfgemaakt, dat maakt niet zo heel veel uit. Ongeveer 70-80% van de huid en maagdarmlaachten verbetert aanzienlijk op vers vleesvoer. Ook andere klachten kunnen verbeteren op vers vleesvoer. Met name blaasklachten. Vers vleesvoer werkt verzurend en er zit veel vocht in, zodat de blaasinhoud zuur wordt en de blaas goed doorgespoeld wordt. Uit ervaring weet ik dat katten met nierproblemen het ook goed doen op vers vleesvoer. Dat is niet logisch omdat er vrij veel eiwitten in zitten. Maar naar mijn idee komt het doordat er veel vocht in zit, ze het graag eten en daardoor niet zo vermageren en doordat de eiwitten die er in zitten beter verteerbaar zijn en daardoor minder afvalstoffen leveren.



der gauw problemen met splinteren of verstopping. Dat zijn bijvoorbeeld: kippenvleugels of -nekken. Dat zijn de meest geschikt botten voor uw kat. Nekken zijn voor de beginnende katten het beste omdat die vrij zacht bot bevatten. Soms moeten die eerst wat kleiner gemaakt worden.

Botten kauwen werkt erg goed tegen tandsteen. Zelfs als uw kat al tandsteen heeft, gaat dat weg door geregeld, drie keer per week bijvoorbeeld, een kippennekje te geven. Wat ook goed helpt tegen tandsteen is een flink stuk taai vlees te geven. Bijvoorbeeld ribblappen van het rund. Ongeveer een kwart van een hele lap. Dan moeten ze flink trekken en kauwen om dat binnen te krijgen.

Wat geef ik mijn kat?

Katten zijn moeilijke eters. En als ze niet gewend zijn aan vers vlees dan kan het soms erg moeilijk zijn ze zover te krijgen dat ze het wel eten. Ik vermoed ook dat er behoorlijk wat smaakstoffen

ker. De meeste katten moeten erg wennen. Het beste is met kleine porties te beginnen en die naast de brokken te geven. Dan kunnen ze voorzichtig proberen of ze het lekker vinden. Veel afwisselen en zo kunt u uitvinden wat ze lekker vinden. De dingen die ze graag lusten, kunt u weer gebruiken om wat ze niet lusten aantrekkelijker te maken. Bijvoorbeeld tonijn uit blik, daar doen de meeste katten een moord voor. Dat



Moedermelk, altijd goed

Al met al een heel ander verhaal dan: 'geef maar brokken'. Een stuk gecompliceerder, maar de ervaring leert ook dat de dieren er een stuk gezonder van worden. Minder klachten, meer weerstand, schonere tanden. Of ze ook ouder worden, is nog niet bekend, maar dat moet de praktijk uitwijzen.

Tannetje Koning, Holistisch dierenarts

