

**Mimořádná příloha Zdravý pes**  
Pudlové často trpí cukrovkou, boxeři  
potížemi se srdcem Strany C1 až C3

**Cestování Kolem Dunaje**  
Ize na kole dojet až  
k Černému moři Strana C4

**Dále v sešitě**  
C2 Pes  
C4 Cestování  
C6 Krížovka

PÁTEK 17. 9. 2010  
WWW.IDNES.CZ



**Povydíř:** výlet za vydrásky,  
houbovou polévkou a vodní  
elektrárnou

## Čím vám pes prospívá a co od něj můžete chytit

Máte vysoký krevní tlak  
nebo **potíže s cholesterolem**?  
Procházky se psem a hlazení  
jeho srsti zdraví prospějí.  
Psi vyvolávají méně  
alergií než kočky.

si můžou fungovat jako léky na snížení tlaku, psychoterapeuti i urychlovači uzdravení. A také jako prevence onemocnění srdce a cév – při svižné procházce se psem osmdesátikilový člověk spálí 1 390 kilojoulů, to je skoro jako při hodině akvaerobiku, tedy aktivitě, k níž se přinutit málokdo. Majitelé psů si kondici udržují snadněji a přirozeněji.

Psi jsou důležití také pro psychické zdraví. Je dokázáno, že přežívání osob po infarktu myokardu se významně zlepšilo, jestliže pacient vlastnil nějaké domácí zvíře. Jednoduše proto, že lidé cítili, že

jsou potřební; toto vědomí posílilo jejich touhu po vyléčení.

Ve studii, která sledovala souvislost mezi chováním domácího zvířete a uzdravením, během prvního roku po infarktu zemřeli pouze 3 z 53 majitelů domácích zvířat, zatímco ve druhé skupině osob nechovajících zvířata zemřelo 22 lidí z 39.

Zvířata posilují zdraví také tím, že uklidňují – jejich hlazení prokazatelně snižuje krevní tlak u lidí s hypertenzí, pozitivně působí také na hladinu cholesterolu. Psi podle vědců působí pozitivně také na děti s poruchami soustředění, navíc děti, které se starají o psa, bývají samostatnější a méně sobecké.

**Čím se můžete nakazit**  
Psi jsou přítom z hlediska alergií mnohem méně

problematičtí než kočky, paradoxně proto, že nejsou tak čistotní. Alergeny se vyskytují ve slinách a výkalech, kočky si pořád samy čistí srstí, že se olizují, takže je neustále dostávají i do chlupů, kočičí chlupy navíc poletují snáze než ty psi.

Platí, že u dítěte se může alergie vyvinout postupně, je tedy klidně možné, že potomek bude zvíře tolerovat i několik let, ale potom mu začnou slzet oči či bude mít potíže s dýcháním. Alergie se může projevit také jen na některé psy, například na nové přírůstky do rodiny.

Pes rodině bude prospívat jen tehdy, když se jeho zdraví bude věnovat dostatečná péče. Nemocné zvíře může mnohdy nakazit i své majitele, byť tyto případy jsou spíše vzácné.

Zatím nebylo prokázáno, že by se člověk přímo od psa nakazil klíšťovou encefalitidou nebo lymfskou boreliózou, je však je docela dobře možné, že zvíře přinese infikované klíště domů, kde parazit „přeskočí“ na člověka. Nakazit se také může, pokud holýma rukama klíště vyndává.

Řešením jsou kromě dostatečné hygieny různé obojky a přípravky, které nebezpečné ci-

zopasníky odpudí. Pořídit si je můžete v lékárnách či drogeriích.

### Nebezpečí pro malé děti

Je také třeba chránit psa před škravkami, nejlépe odčervěním. Nakazit se může například očicháváním či konzumací výkalů cizích psů, kteří nebyli odčerveni, ve vzácných případech také zbytky výkalů, které přinese domů na botách.

Škrkavky způsobují toxokarózu, nejnáchylnější jsou malé děti, které příliš nedbají o hygienu a všechno strkají do pusy. V extrémních případech hrozí, že se škrkavky dostanou do lidského těla a larvy se uhnízdí ve vnitřních orgánech, například v mozku. Nemoc se projevuje nechutenstvím, zvracením a průjmami.

### Potulující se psi: pozor na blechy

Další nepříjemnosti mohou nastat po kontaktu psů navzájem. Zvířatům sice maximálně prospívá, když se „kamarádí“ třeba při setkání v parku, ale majitelé by měli ohlídat, zda jsou čtyřnozí známi neškodní.

Volně se potulující psi, kteří evidentně nemají pána, rozhodně patří mezi rizikové. Hrozí nejen zmíněné škrkavky, ale také třeba blechy. Ty si pes může přinést i po zkoumání ježka nebo jiného uhynulého zvířete.

Blechám se sice u lidí nijak zvlášť nelíbí, to však neznamená, že jimi pohrdnou; výsledkem je zpravidla svědivá vyrážka, obvykle ji lze dobře zklidnit gelem. Důležité je vždycky vyhubit všechny blechy, i při výskytu jednoho jediného parazita raději použijte vhodný sprej, další mohou zatím v téměř neviditelných stadiích číhat v peřechu zvířete nebo v koberci.

Lucie Frydecká

## Nemocné děti se díky psům začnou hýbat



**Jitka Mokrejšová**  
canisterapeutické  
centrum Zlín

Psi výrazně pomáhají lidem, kteří mají z nejrůznějších důvodů problémy s pohybem. Naše canisterapeutické centrum se zaměřuje na metodu polohování.

Laicky řečeno vychází z principu, že pokud se pacient sám nemůže pohybovat, musíme jím pohybovat my, abychom zabránili vzniku proleženin, uvolnili blokáce, procvičili a protáhli svaly a umožnili další rozvoj pohybu.

Našími klienty jsou převážně děti do pěti let trpící dětskou mozgovou obrnou. Cvičení s nimi je obvykle velmi obtížné a pro ně bolestivé. Přítomnost psů jim neuvěřitelně pomáhá.

Dítě při terapii vnímá především živočišné teplo a hebkost srsti zvířete. Postižení zmíněnou nemocí trpí křečemi svalstva, které v průběhu polohování vymizí. Svaly se totiž od psa nahřejí, uvolní a postižený klient pak zvládá cviky, které jsou pro něj jindy jen velmi obtížné.

Hlavním důvodem, proč dojde k uvolnění svalstva, je teplo. Pes má teplotu o jeden stupeň Celsia vyšší než člověk, což je pro klienty, kterým se určitá část těla špatně prokrvuje, velice přínosné. A například při hlazení srsti, zvedání uší, chytání ocasu či tlapek procvičují i jemnou a hrubou motoriku. Klient však reaguje také na rytmus dechu a tepu zvířete, uklidní se a uvolní.

K dětské mozkové obrně se bohužel přidávají další vady, spousta dětí je například slepých. Pro takové klienty je obrovským stimulem dotek srsti, neobvyklý přirozený psí pach, dotek studeného a mokrého čenichu a naopak teplý, mokrý jazyk psa. Přimět postižené dítě k procvičování svalů na rukou bývá často těžké. Avšak v přítomnosti pejska je stejné dítě nejen ochotné bez pobízení cvičit, ale hází mu samo míček, natahuje se, aby ho pohladilo, rozevívá dlaň, aby cítilo jeho srst, když se s ním mazlí.

Canisterapie je přínosná i pro citový život našich klientů. Ti mnohdy většinu času tráví v různých ústavcích či nemocnicích, a proto velmi citlivě vnímají kontakt se živým tvorem. Na jejich psychiku má blahodárný vliv také to, že při polohování dostávají pravidelnou porci lásky a pozornosti, která je určená pouze jim.



Foto: Profimedia.cz

## Anketa Jakého psa byste doporučili rodině s dětmi?



**Vladimíra Tichá**  
mluvčí Českomoravské  
kynologické unie

### » Dítě má psa zvládnout a nenudit se s ním

Za nejvhodnější považují následující plemena: labrador retrievr, zlatý retrievr nebo flat coated retrievr – jedná se o větší psy patřící do skupiny přinašečů. Mezi jejich základní vlastnosti se řadí výborný vztah k lidem všech věkových kategorií, výborná ovladatelnost a také to, že jsou zcela prostí sklonů k agresivitě. Border teriér je malý pes, který lehce připomíná vydru a kterého dítě snadno zvládne. Je temperamentní bez agresivity, radostný a ovladatelný.



**M. Ouředníková**  
chovatelka psů,  
Krásná Louka

### » Pro mladší děti doporučuji menší plemeno

Ideální jsou plemena ovčácká a pastevkácká nebo společenská. Nebývají náročná na výcvik, většinou se snadno a rychle učí. I naše rodina si vybrala psy z těchto skupin: již 25 let mě mým životem provází kolie a pátým rokem kavalír – obojí jsou úžasná plemena, která se bez problémů přizpůsobí aktivitě rodiny. Pokud jsou v rodině již starší děti, je výběr prakticky neomezený. Důležitá je správná výchova a péče, aby z našeho miláčka vyrostl příjemný rodinný pes.



**Hana Žertová**  
etologická poradna  
Brno

### » Vyhnila bych se miniaturním plemenům

Jezevčáci, kokršpanělé, malí teriéři a němečtí ovčáci nejčastěji poraní lidi. Především je třeba vybrat štěně, které odmalička děti zná a má s nimi dobrou zkušenost. Nemělo by být bázlivé ani přehnaně aktivní a kousavé. Z malých plemen doporučuji kavalír King Charles španěla, mopse, francouzského buldočka nebo malého knírače, ze středních plemen stafordšířského bulteriéra, středního pudla. Z velkých plemen jakéhokoliv retrievra nebo irského setra.



**Jiří Ščučka**  
dog training center  
www.scucka.com

### » Malá nebo střední plemena se submisivnější povahou

V první řadě bych doporučil, aby si každá rodina důkladně zvážila své finanční a časové možnosti, jestli pejska opravdu chtějí, nebo je to jen chvilkové přání dětí. Péče o psa, jeho výchova a venčení nakonec vždy zůstanou na rodičích. Vhodný je například malý nebo střední pudl, jorkšířský teriér, bišonek, francouzský buldoček či mops. Velký klidný pes může být výborný společník, ale jeho velikost a síla mohou být někdy omezující.



**Alexandr Skácel**  
veterinář-psycholog

### » Boxer a King Charles španěl mají trpělivost

Jako první mě napadá boxer, který je hrozně empatický, což je například v případě rodiny s malými dětmi důležité a žádoucí. Děti ho mohou dokonce třeba tahat za uši a on zůstává úplně klidný. V trpělivosti by s ním mohl soutěžit také King Charles španěl. Nebál bych se doporučit ani bigla či baseta, špatný není ani pudl, určitě ne však velký, do rodiny s dětmi je vhodný spíše malý či střední.