
UTFODRING AV KATT - GRUNDERNA I NÄRINGSLÄRA FÖR KATT

Lisa A. Pierson, DVM

catinfo.org

Översatt till svenska med författarens tillstånd

Originalet hittas på adressen <http://catinfo.org/docs/FEEDING%20YOUR%20CAT%20Short%202-12-10.pdf>

Denna text är en kraftigt förkortad version av mera utförliga artiklar som kan läsas på www.catinfo.org. Sidorna online innehåller också nyttiga länkar och bilder.

Utfodringen är grundstenen för hälsa. Denna text redogör för några, ofta förbisedda, principer i kattens näringslära och förklarar varför katter har bättre chanser till optimal hälsa ifall de utfodras med *högkvalitativt våtfoder* istället för med *torrfoder*. Att tänka efter lite när du matar din katt eller dina katter kan betala tillbaka sig under deras livstid och mycket troligt minska risken för att de drabbas av allvarliga, smärtsamma och kostsamma sjukdomar. Ett ökande antal av medlemmarna i American Veterinary Medical Association, inklusive certifierade specialister, rekommenderar nu starkt att man ger burkmat istället för torrfoder.

De tre huvudproblemen med torrfoder är:

- 1) proteinsorten – för mycket vegetabiliskt protein jämfört med animaliskt protein
- 2) för mycket kolhydrater
- 3) för lite vatten.

Ämnen

- Men min katt "klarar sig bra" på torrfoder!
- Vikten av animaliska proteiner, jämfört med växtproteiner
- Problemet med kolhydrater i torrfoder för katter
- Katter behöver få i sig vatten även *via maten* – **detta är den viktigaste delen av denna text.**
- Hur man läser innehållsförteckningen för djurfoder – se catinfo.org – 1) *Feeding Your Cat* och 2) *Commercial Canned Food*
- Vanliga medicinska problem relaterade till torrfoder
- Torrfodrets säkerhet
- Tips för övergång till våtmat – att få torrfodersberoende katter att äta burkmat – se catinfo.org och högerkanten för en PDF
- hemtillverkade och kommersiella råa eller halvkokta köttdieter
- några avslutande tankar

Min katt "klarar sig bra" på torrfoder!

Alla levande djur "klarar sig bra" tills synliga tecken på sjukdom börjar visa sig. Det kan låta som ett mycket självklart och grundläggande uttalande, men om du tänker på det...

- Alla katter på Feline Diabetes Message Board "klarade sig bra" tills ägarna började lägga märke till symtomen för diabetes.
- Alla katter med ett tilltäppt urinrör "klarade sig bra" tills de fick svårt att urinera och antingen dog av att urinblåsan sprack eller behövde köras akut till veterinär för att katetriseras.
- Alla katter med inflammerad urinblåsa (cystit) "klarade sig bra" tills de fick smärtor och blod i urinen samt började kissa utanför lådan.
- Alla katter "klarade sig bra" tills de började visa tecken på foderintolerans/IBD (inflammatory bowel disease) på grund av att de utfodrats med ingredienser som var olämpliga för deras art och hyperallergena.
- Alla katter "klarade sig bra" tills deras njur- eller urinstenar blev tillräckligt stora för att orsaka kliniska symtom.
- Alla cancerpatienter "klarade sig bra" tills deras tumörer växte sig så stora eller spridde sig så mycket att kliniska tecken kunde observeras.

Poängen är att sjukdomar ligger och "jäser" under ytan under lång tid innan de blir synliga hos en levande varelse.

Blir alla katter uppenbart sjuka när de äter en diet olämplig för deras art i form av torrfoder? Självklart inte, men många blir det. Det är orsaken till att påståendet "men min katt klarar sig bra på torrfoder" betyder väldigt lite för mig. Jag tror nämligen på **förebyggande utfodring** - inte att man ska ingripa först när det är för sent. Jag vill inte säga "oj... jag antar att han inte klarar sig så bra nu!" när jag får in en patient med ett medicinskt problem som kunde ha undvikits ifall katten, till att börja med, fått en diet lämplig för hans art.

För att hänga med i argumentationen om förebyggande utfodring måste man först förstå att kolhydrater ödelägger blodsocker/insulin-balansen hos många katter, att urinvägarna hålls friskare när en lämplig mängd vatten flödar genom dem, att katter till sin natur har en svag törstkänsla och behöver vatten i sin mat samt slutligen att katter är strikta köttätare, vilket betyder att de är byggda för att få sitt protein från kött – inte från växter.

Katter behöver animaliskt protein

Katter är obligata (strikta) köttätare och väldigt olika hundar i fråga om sina näringsmässiga behov. Vad betyder det då att vara en "obligat köttätare"? Det betyder att din katt av naturen är byggd att få sina näringsbehov fyllda genom konsumtion av stora mängder **animaliska proteiner** (kött/organ) och att den har mycket mindre näringsmässigt utbyte av **vegetabiliska proteiner** (säd/växter). Det betyder att katter saknar vissa metaboliska funktioner och att de inte kan tillgodogöra sig vegetabiliska proteiner lika effektivt som animaliska proteiner.

Det är mycket viktigt att komma ihåg att alla proteiner inte är likadana.

Proteiner från animaliska vävnader har en komplett aminosyreprofil. (Aminosyror är proteinernas byggstenar. Tänk på dem som bitar i ett pussel.) Växtbaserade proteiner innehåller inte alla de nödvändiga aminosyror en obligat köttätare behöver. Kvaliteten på och sammansättningen av ett protein (finns alla pusselbitar?) beskrivs med termen **biologiskt värde**.

Människor och hundar kan utnyttja pusselbitarna som finns i växtproteiner och tillverka de bitar som fattas. Katter kan inte göra detta. Det är orsaken till att människor och hundar kan leva på en vegetarisk diet medan katter inte kan det. (Observera att jag inte rekommenderar vegetariska dieter för hundar).

Taurin är en av de viktigaste aminosyrorna som finns i kött men inte i växter. Taurinbrist orsakar blindhet och hjärtproblem hos katter.

Proteinet i torrfoder, som ofta är till största delen växtbaserat, är inte likvärdigt med proteinet i burkmat, som är köttbaserat. Protein i torrfoder har därför ett lägre biologiskt värde. Eftersom växtproteiner är billigare än köttproteiner får djurfoderföretagen större vinstmarginaler när de använder majs, vete, soja, ris och så vidare.

Veterinära näringsfysiologer och representanter för djurfoderfirmor säger sig veta exakt vad som saknas i växter vad gäller näringsformer och -mängder – näringsämnen som annars skulle finnas i en köttbaserad diet. De påstår att dessa saknade ämnen har tillsatts i deras foder för att dessa ska bli kompletta och balanserade och fylla näringsbehoven hos en obligat köttätare.

Problemet med det här resonemanget är att människan inte är så smart, och att vi har gjort ödesdiga misstag tidigare när vi försökt gissa oss fram till hur man ska kompensera för en så **drastisk avvikelse från naturen**. För inte så länge sedan (80-talet) blev katter blinda och dog av hjärtproblem på grund av människans övermod. Man upptäckte i slutet av 80-talet att katter är mycket känsliga för taurinbrist och våra katter betalade dyrt för att människan avvek så mycket från naturen för att öka djurfodertillverkarnas vinstmarginaler.

Det finns flera anledningar till att en diet innehåller för lite taurin, men en av dem är att man använder sig av växter som den främsta proteinkällan. I stället för att minska vinstmarginalen, och gå tillbaka till det naturen tänkt sig genom att tillsätta mer kött i fodren, började fodertillverkarna helt enkelt tillsätta taurin i sina foder.

Slutet gott, allting gott – för detta specifika problem – men hur vet vi att människan inte blint rusar vidare, omedveten om något annat nödvändigt näringsämne som saknas i en växtbaserad diet? **Varför är människan så övermodig att hon tror att hon kan avvika så mycket från det som en katt av naturen är skapad att äta?**

Vi kan också ställa oss följande fråga: hur många katter blir sjuka eller dör på grund av dessa artolämpliga dieter utan att patientens diet ens ifrågasätts som en möjlig orsak till sjukdom eller död? Vi kan inte svara definitivt på denna fråga, men jag har inga tvivel om att svaret skulle bli "många".

Överlever katter på dessa kompletterade växtbaserade dieter? Ja, många gör det.

Frodas de på dessa dieter? Nej, det gör de inte.

Observera särskilt ordet "**överleva**" jämfört med "**frodas**" eftersom det är en mycket stor skillnad mellan dessa två hälsotillstånd.

Ett annat viktigt problem knutet till proteinet i torrfoder är att det kokats vid höga temperaturer under lång tid. Den långa kokning som krävs för att reducera vattnet i maten kan minska proteinkällornas biologiska värde.

Hårdkokning förstör också andra näringsämnen. Människan måste då gissa vilka näringsämnen – i vilken form och i vilka mängder – som förstörts i kokningsprocessen och sedan försöka tillsätta dem i dieten igen.

Eftersom människan aldrig kommer bli lika "smart" som naturen – hon kommer aldrig känna till varje detalj hos kattens naturliga bytesdjur – är det uppenbart att det är förknippat med stora risker när övermod och girighet får människan att avvika så drastiskt från en katts naturliga diet.

Låt dig inte förvirras av proteinvärdena som anges i procent för torr- och våtfoder när du tittar på den totala proteinmängden i ett foder. Vid första anblicken kan det verka som om torrfodret har en högre proteinhalt än våtfodret – men det är inte sant när man jämför torrs substans, vilket är det korrekta sättet att jämföra dessa två fodertyper. De flesta våtfoder har högre proteinhalt räknat i torrs substans än torrfoder. Kom också ihåg att procenttalen inte ger hela bilden ifall detta inte är fallet. Det är proteinets biologiska värde som är av betydelse.

Vi ger våra katter för mycket kolhydrater

I naturligt tillstånd skulle katter – vars unika biologi gör dem till äkta köttätare – inte äta så stora mängder kolhydrater som finns i de torrfoder vi rutinmässigt matar dem med. Du kommer aldrig att få se en vildkatt jaga en kexflock som springer över savannen i Afrika eller torka sin mus och toppa den med en sufflé av majsmjölsgluten.

I vilt tillstånd skulle din katt äta en proteinrik, köttbaserad diet med hög vattenhalt och måttliga mängder fett, och **enbart 3–5 % av dieten skulle bestå av kalorier från kolhydrater**. Ett genomsnittligt torrfoder innehåller 35–50 % kalorier från kolhydrater. Vissa av de billigare torrfodren innehåller ännu högre halter.

Detta är inte vad naturen avsåg att din katt skulle äta.

Ett högkvalitativt våtfoder å andra sidan innehåller ca 3–5 % kalorier från kolhydrater.

Notera dock att inte alla våtfoder innehåller lämpligt låga mängder av kolhydrater. T.ex. innehåller de flesta av Hill's Science Diet-fodren (som säljs i djuraffärer) och Hill's Prescription Diet-fodren stora mängder kolhydrater, och det gör dem till foder som jag inte skulle välja att utfodra med.

Katter har en fysiologiskt sämre förmåga att utnyttja kolhydrater på grund av att de saknar vissa enzymatiska funktioner som finns hos andra däggdjur. Dessutom saknar de salivenzymet amylas. **Katter har inget behov av kolhydrater i dieten och oroväckande nog är det ett faktum att en diet med höga halter kolhydrater kan vara skadlig för deras hälsa, vilket jag återkommer till senare.**

Med detta i åtanke är det väl lika ologiskt att utfodra en köttätare med spannmål som smaksatts med kött, som det vore att utfodra en häst eller ko med kött? Varför fortsätter vi då mata våra köttätare som om de vore växtätare? **Svaret är enkelt. Spannmålsprodukter är billiga. Det är behändigt och bekvämt att utfodra med torrfoder. Låga priser och bekvämlighet säljer.**

Är då en kolhydratrik och växtbaserad diet med låg vattenhalt den bästa för våra katter? Absolut inte.

Obligata köttätare är skapade att äta kött – inte spannmål – och de behöver få vatten *även via fodret*, vilket beskrivs senare.

Katter behöver få i sig mycket vatten via maten

Detta är den viktigaste delen av den här artikeln.

Vänligen se sidan *Feline Urinary Tract Health* på catinfo.org för att läsa om hur söta Opie led extremt och nästan förlorade livet efter att hans urinrör täpptes till och hans urinblåsa nästan sprack.

Kom ihåg att det billigaste våtfodret är bättre än vilket torrfoder som helst som finns på marknaden.

Vatten är ett extremt viktigt näringsämne som bidrar till den allmänna hälsan hos alla levande varelser. Lägg detta till det faktum att **katter har en svag törstkänsla jämfört med andra arter** så förstår du varför det är nödvändigt att de intar en vattenrik diet. Kattens bristande törstkänsla leder till en **lätt kronisk uttorkning när torrfoder utgör största delen av deras diet**.

En katts normala byte innehåller ca 70–75 % vatten, vilket är tillräckligt för att upprätthålla livet hos en frisk katt. Torrfoder innehåller bara 7–10 % vatten medan våtfoder innehåller ca 75–78 % vatten. Burkmat motsvarar således i högre grad den naturliga dieten för en katt och är lämpligare för att fylla kattens vattenbehov.

Jag kan höra läsaren säga ”... men jag ser att min katt dricker regelbundet, så han måste få i sig tillräckligt!”

En katt som äter en diet dominerad av torrfoder dricker visserligen mer vatten än en katt som äter burkmat, men i slutändan, när mängden vatten från alla källor läggs samman (det vatten som finns i fodret samt det vatten katterna dricker) visar det sig **att katten som äter torrfoder bara får i sig ungefär hälften av det vatten som den våtfoderätande katten får. Detta är avgörande när man tänker på hur vanliga njur- och urinblåseproblem är hos katter.**

Kom ihåg att när din katt börjar äta en mer vätskerik diet, det vill säga burkmat, så kommer urinmängden att öka avsevärt – ofta dubblas – vilket är mycket bra för urinblåsan. Tänk på det som att blötmaten sköljer ur kattens urinblåsa flera gånger per dag. På grund av den ökade urinmängden **måste toalettlådan städas oftare eller så måste flera lådor införskaffas**. Se sidan *The Litter Box From Your Cat's Point of View* på catinfo.org för skälen till att jag anser att klumpande kattströ är det enda hygieniska strövalet för katter. Strömmaterial som inte klumpar sig är inte hygieniska eftersom du inte får bort all urin.

Vanliga hälsoproblem hos katt och hur de är knutna till utfodring

Det finns ett mycket starkt och logiskt samband mellan hur vi nuförtiden matar våra obligata köttätare och många av de livshotande sjukdomar som drabbar dem. Se catinfo.org för mer information om de sjukdomar som kort diskuteras nedan.

- **Diabetes:** Diabetes är en mycket allvarlig – och svårskött – sjukdom som inte är ovanlig hos katter. Vi känner inte till alla orsaker till denna komplexa sjukdom, men vi vet att många

diabetessjuka katter inte längre behöver insulin eller behöver märkbart mindre insulin när kolhydratnivån i deras foder minskas till en nivå som är mer lämplig för arten än den som finns i många kommersiella foder.

Med detta faktum i åtanke, samt det faktum att vi vet hur katten omsätter kolhydrater, är det inte att gå för långt om man säger att dieter med höga halter kolhydrater mycket väl kan vara en viktig faktor för att *orsaka* diabetes hos vissa katter.

Förutom problemet med kolhydrater och hur de påverkar blodsockernivåerna hos de flesta katter är torrfoder mycket kaloritätt, det är smaktligt och det ges vanligen i obegränsad mängd, vilket ofta leder till **fetma**.

Fettceller producerar en substans som gör de andra cellerna i kroppen resistent mot insulin. Detta främjar det diabetiska tillståndet.

Det är mycket viktigt att förstå den effekt en diet med lite kolhydrater har på insulinbehovet hos en diabetessjuk katt.

Ifall du bestämt dig för att ge din diabetessjuka katt en diet med låga halter kolhydrater, ta en titt på sidan *Feline Diabetes* på catinfo.org innan du ändrar utfodringen. Försäkra dig om att du läst stycket som har ett stopptecken på denna sida.

- **Njursjukdom:** Kronisk njursjukdom är troligen den främsta orsaken till dödlighet hos katter. Det är oroande att tänka sig vilken roll kronisk uttorkning kan spela för uppkomsten eller förvärrandet av felin njursjukdom. Specialtorrfoder för njursjuka katter som t.ex. Hill's Prescription k/d – som ofta förskrivs av veterinärer – innehåller bara lite vätska (~10 % jämfört med 78 % för blötmat) vilket försätter din katt i en allt annat än optimal vätskebalans.

Jag måste säga att jag tycker det är ytterst häpnadsväckande att höra om hur många katter som får vätska subkutant medan de ges en torrfoderdiet. Det är en extremt ologisk och ohälsosam praxis och man måste göra allt man kan för att få dessa katter att övergå till en diet med lämplig vattenhalt.

Notera också de första fyra ingredienserna i Hill's Prescription k/d med det faktum att katten är en köttätare i åtanke:

malt ris, majs glutenmjöl, animaliskt fett, kyckling- och kalkonmjöl

Detta är ett foder som de katter jag har i min vård aldrig skulle få i sina skålar. De första tre ingredienserna innehåller inget animaliskt protein vilket gör fodret till en lågkvalitativ och olämplig diet för vilken katt som helst. Det finns verkligen mycket hälsosammare foder tillgängliga för katter med njursjukdom än torr k/d.

- **Cystit (urinblåseinflammation) och urin- eller njurstenar**

Se sidan *Feline Urinary Tract Health* på catinfo.org för mer detaljerad information om urinvägsproblem. Det första stycket på den sidan lyder som följer:

Om jag kunde få läsaren att ta med sig enbart ett ord från den här texten vore det "vatten". Ifall din katt äter en diet med tillräckligt mycket vätska (enbart burkmat), har du goda utsikter att aldrig behöva läsa den här texten.

Cystit (inflammation – INTE nödvändigtvis infektion – i urinblåsan) är ett extremt vanligt och mycket smärtsamt problem hos katter som i de flesta fall inte beror på en infektion. Detta är mycket viktigt att förstå **för att vi ska sluta att felaktigt använda antibiotika och för att vi ska börja använda mer smärtmediciner för dessa fall.**

Många människor – även veterinärer – använder felaktigt termen UVI (urinvägsinfektion) för att namnge vad som vanligen är en steril (steril = INGEN infektion) cystit. Dessa katter kallas ofta UVI-patienter och ges antibiotika i onödan när de i själva verket skriker efter smärtmedicinering. **Kom ihåg att blod i urinen inte nödvändigtvis tyder på att man har att göra med en infektion.**

En bakterieodling och resistensbestämning bör göras på dessa patienter för att bevisa att de har – eller inte har – en infektion. **Vi måste sluta behandla alla fall av cystit med antibiotika utan att ha stödande bevis för att djuret har en infektion!**

Vattenhalten i dieten är inte det enda problemet som har att göra med cystit, även om den är en viktig faktor som vi kan styra. **Stress** tros också spela en avgörande roll i uppkomsten av cystit och även katter som får enbart burkmat kan få anfall av cystit. Denna sjukdom är mycket frustrerande att handskas med och en sjukdom som veterinärkåren inte har alla svar om. Det vi vet är att **minskad stress** och ökat **vatteninnehåll i dieten** är de viktigaste sakerna man bör ta itu med. Vattenhalten i dieten är lätt att kontrollera – ge katten burkmat med tillsatt vatten. Problemet med stress är en annan sak och svårare att korrigera eftersom katter kan vara mycket känsliga och ofta är "tysta" i sin stress.

Eftersom cystit kan vara extremt smärtsamt och **smärta leder till stress** är det viktigt att dessa katter får smärtstillande. Buprinex (**verksamt ämne buprenorfin, övers. anm.**) är ett bra val för smärtmedicinering. **Olyckligtvis förbiser många veterinärer smärtlindring som en viktig del i behandlingen av detta vanliga problem hos katter.**

Cystiten kommer ofta tillbaka hos de här patienterna och detta smärtsamma hälsoproblem kan vara mycket frustrerande att ha att göra med. Positivt är dock att de flesta av katterna som har symtom tillfrisknar spontant även utan behandling. Det har till och med skämtsamt sagts att en katt med cystit slutar ha symtom inom sju dagar *med* antibiotika och inom en vecka *utan* antibiotika.

Olyckligtvis får ofta antibiotikan äran i dessa fall, även när den inte hade något att göra med patientens tillfrisknande, eftersom människor inte förstår detta problem. När detta fortgår fortsätter felanvändningen av antibiotika.

Cystit kan leda till felaktigt urinerande (urinerung utanför toalettlådan) och stenar kan, genom att blockera utflödet av urin, göra att blåsan spricker med dödlig utgång.

En katt som upprepade gånger går i toalettlådan men inte kissar behöver OMEDELBART undersökas av en veterinär! Denna sjukdom är en av orsakerna till att det är så viktigt att använda klumpande kattsand. Med klumpande kattsand kan du se precis hur mycket katten kissat eller om den alls har kissat.

Det är viktigt att komma ihåg att "kristaller" inte är samma sak som stenar. **Kristaller finns ofta normalt i katturin och det är inte nödvändigtvis lämpligt att sätta en katt på ett foder anpassat för urinvägsproblem när kristaller hittas i urinen.**

Jag ser ofta att man lägger för stor klinisk vikt vid att identifiera kristallerna i urinen utan att tänka på hur urinprovet hanterats. Det är mycket viktigt att förstå **att kristaller ofta bildas**

snabbt i urinen så fort den är utanför kroppen (på 30–60 minuter). Ifall veterinären inte analyserar urinen omedelbart utan sänder iväg den till ett utomstående laboratorium eller använder ett prov ägaren tagit med sig hemifrån kan man göra en felaktig diagnos om kristaller. Detta kallas "falskt positivt" och resulterar i onödig oro för ägaren samt att katten sätts på en olämplig diet av låg kvalitet.

Med tanke på njur- och urinblåsehälsa överhuvudtaget kan jag inte nog betona hur viktigt vatten är, både i förebyggande och terapeutiskt syfte, i behandlingen av sjukdomar i detta organsystem. Att tillsätta 1-2 matskedar vatten (rent eller smaksatt - som tonfiskvatten, musselspad, kyckling- eller köttbuljong) per burkmatsmåltid är mycket välgörande för dessa patienter, precis som användandet av vattenfontäner. Gör ditt eget tonfiskvatten genom att blanda en burk tonfisk med tre koppar vatten. Rör om och låt stå ca 15 minuter. Håll vattnet i iskubsformar. Frys för att förlänga förvaringstiden. Använd täckta formar så att det smaksatta vattnet smakar och luktar friskt.

I fall du fortfarande oroar dig för kristaller, fundera på denna liknelse:

I fall löv faller på uppfarten till ditt garage (vilket är en normal situation), och du inte regelbundet krattar bort dem, kommer de att ansamlas där och orsaka problem. Om du tänker dig kristallerna som löven i den här liknelsen är det lätt att se hur burkmat gör ett bättre jobb med att "kratta" kattens blåsa än torrfoder gör.

För att repetera är kristaller *inte* ett onormalt fynd i katturin. De kan dock bli ett problem om människan fortsätter att insistera på att ge katten en diet med låg vattenhalt.

- **IBD – inflammatory bowel disease:** IBD kan orsaka kräkningar, diarré och/eller förstoppning hos katter. IBD kan också ge sig till känna med viktminskning som enda kliniska tecken. Det finns många obesvarade frågor om denna sjukdom, men det verkar logiskt att börja med att behandla ett mag-/tarmproblem med en diet lämplig för arten.

Alltför ofta behandlas dessa katter först med höga doser steroider och ett spannmålsrikt specialtorrfoder. Jag känner starkt att detta vanliga behandlingssätt måste överges. Det finns ett imponerande antal anekdotiska rapporter om katter som haft svåra problem med IBD vilka uppvisat dramatisk förbättring när all torr mat togs bort från deras diet. (Steroider – under lång tid eller tillfälligt – är nödvändiga i vissa fall, men vi måste fokusera mera på att ge dessa patienter en lämplig diet.)

För att ta det hela ett steg längre **finns det många rapporter om katter med IBD som blivit mycket bättre med en *balanserad, spannmålsfri, diet med rått eller lätt kokat kött*.** Se sidan *Making Cat Food* på catinfo.org för ett balanserat recept som hjälpt många IBD-katter.

- **Fetma:** Fetma är ett extremt vanligt och mycket allvarligt hälsoproblem hos katter. Till exempel utvecklar överviktiga katter fyra gånger mer sannolikt diabetes än katter vars vikt är optimal. Feta katter är mer benägna att få ortopediska problem och kan ofta inte tvätta sig själva ordentligt. Obligata köttätare är skapta att få sina energibehov fyllda av en proteinrik diet med måttlig mängd fett och få kolhydrater. Kolhydrater används knappt alls för energi och de som inte används omvandlas till och lagras som fett. De så kallade light-fodren som finns på marknaden har minskat på fetthalten. Valet står sedan mellan att öka protein- eller kolhydratinnehållet eller bådadera.

Eftersom protein (kött) är dyrare än kolhydrater (spannmål) väljer fodertillverkarna att höja kolhydrathalterna i fodren vilket gör dem mycket artolämpliga samt ohälsosamma.

En optimal diet för viktminskning borde innehålla mycket protein (över 40 % av kalorierna) och lite kolhydrater (under 10 % av kalorierna). Se Merricks foderlinje för exempel på denna profil.

Många katter som äter de kommersiella "light"- eller "less active"-dieter minskar inte i vikt eller så minskar de i vikt men förlorar muskelmassa samtidigt som de förlorar fett. Det är inte vårt mål. Målet är att katterna tappar fett men behåller sin muskelmassa.

I flera studier gick katter som fick en högprotein-/lågkolhydratdiet ner i vikt men bibehöll den del av kroppsvikten som inte består av fett. Katter som fick en diet med mycket kolhydrater och lite fett gjorde inte det.

Många kattägare ger mycket små mängder av dessa lightfoder i hopp om att deras katt ska gå ner i vikt. Att ge en liten mängd av en diet som är olämplig för arten är dock inte svaret! Det slutar ofta med att kattägaren har en vresig, överviktig eller tunn katt som kan ha förlorat för mycket muskelmassa.

Se Mollys och Bennies viktminskningshistoria på catinfo.org – sidan *Feline Obesity* - och läs om hur dessa söta katter gick från inaktiva feta katter som knappt kunde gå eller tvätta sig själva till friskare och gladare kattedjur.

Mollys veterinär hade förskrivit Hill's torrfoder Prescription r/d men det är en diet av låg kvalitet med mycket kolhydrater (33 %). Det finns många mycket hälsosammare – och billigare – sätt att handskas med övervikt hos katt. Om du funderar på att använda spannmålsfria torrfoder med mycket proteiner och lite kalorier måste du dock förstå att de är mycket kaloritäta och ofta resulterar i viktökning förutom att de är skadliga för urinvägarna på grund av att de innehåller så lite vatten.

- **Hepatisk lipidosis (fettlever):** Detta är den vanligaste metaboliska leversjukdomen hos katt. Katter som inte äter på över 48 timmar riskerar att utveckla denna allvarliga och ofta dödliga sjukdom. Även slanka katter kan få hepatisk lipidosis, men överviktiga katter är mycket mer benägna att utveckla denna sjukdom. Att ge en burkmatsdiet med mycket proteiner och lite kolhydrater hjälper katterna hålla en optimal och hälsosam kroppsvikt och detta gör i sin tur risken för fettlever mindre.
- **Tandsjukdom:** Det har länge påståtts att katter har mindre tandsjukdomar när de får torrfoder istället för burkmat. Dessa påståenden är rejält övervärderade, felaktiga och stöds inte av färskastudier. Denna (bland veterinärer och lekmän) frekvent upprepade myt fortsätter skada katter eftersom den vidmakthåller tanken att katter skulle behöva få sina matskålar fyllda med ohälsosamt foder för att hålla sina tänder rena. Föreställningen att torrfoder befrämjar tandhälsan är ungefär lika vettig som åsikten att knapriga småkakor vore bra för våra tänder.

För det första är torrfoder hårt men skört och krossas enbart mellan tänderna utan någon abrasiv (slipande) effekt. För det andra är kattens käkar och tänder skapade att skära igenom och riva sönder kött – inte bita sönder torrfoderbitar. För det tredje sväljer många katter största delen av sina torrfoderbitar hela.

Det finns många faktorer – kända och okända – som bidrar till tandsjukdom hos katt; exempelvis genetiska faktorer, virus, diet och det faktum att katter inte borstar sina tänder som människor gör. Det finns fortfarande många obesvarade frågor rörande det faktum att katter ofta lider av dålig tandhälsa, men ett uppenbart svar ligger i **att människan ger katten en diet som inte ens liknar den de skulle äta i naturligt tillstånd**.

När katter äter sina byten i det vilda sliter deras tänder i kött, skinn, ben, senor och ligament. Detta är långt från konsistensen hos torrfoder och burkmat.

Varken torrfoder eller burkmat liknar kattens normala diet av möss, fåglar, kaniner och så vidare. Baserat på det en katt äter i naturen är det logiskt att ge en del av maten som stora köttbitar (så stora som du kan få din katt att gnaga på) eller fåglars muskelmagar (hårdtuggade och trådiga), sådant som katters tänder är gjorda för att äta. Rått kött är mer svårtuggat än kokt kött så jag föredrar att använda rått – eller skållat – kött för att befrämja tandhälsan. (Se *Making Cat Food – Dental Health* på catinfo.org).

Observera frasen "en del av maten" i stycket ovan. Det är mycket viktigt att förstå att **enbart kött (alltså utan ben eller någon annan kalciumkälla) är en mycket obalanserad diet** eftersom det finns minimalt med kalcium i kött. Kom ihåg att när katter äter sina normala byten så äter de benen samtidigt med köttet.

När kött ges som ett tillskott till någon kommersiell burkmat är det säkert att ge ~15 % av de dagliga kalorierna i form av rent kött. Om en katt till exempel äter 190 gram burkmat per dag kan du i fortsättningen ge 160 gram burkmat plus 30 gram muskelkött i ett stort stycke per dag.

När människor frågar mig hur ofta de ska ge sina katter köttstycken svarar jag med att fråga dem hur ofta de borstar sina egna tänder. När man talar om **tandborstning** är detta förresten det oslagbart bästa sättet att hålla sin katts tänder friska. Googla "Cornell brushing your cat's teeth" för en utmärkt instruktionsvideo.

(övers. anm: <http://partnersah.vet.cornell.edu/Brushing-Your-Cats-Teeth/Entire-Video>)

Vänligen observera hur man i videon berättar att man ska låta veterinären göra en grundlig tandundersökning innan man börjar vänja katten vid tandborstning. Många katter har munsmärtor men visar inga yttre tecken på det. I fall du försöker borsta tänderna på en katt som har ont i munnen kommer det att sluta med en katt som är rädd och har utvecklat en stark aversion mot tandborstar. I fall den här aversionen uppkommer kan det hända att du aldrig får katten att acceptera tandborstning ens efter att munsmärtorna har skötts om hos en veterinär.

Lägg märke till att jag inte försöker säga att burkmat nödvändigtvis är bättre för tänderna än torrfoder. För optimal tandhälsa borde en katt inte äta vare sig burkmat eller torrfoder eftersom ingetdera av dessa foder befrämjar friska tänder. Vi måste dock tänka på vad som är praktiskt i typiska hemförhållanden, och att ge en katt en diet baserad på hela kadaver är inte särskilt praktiskt – även om det vore perfekt för deras tänder. Kompromissen blir att ge dem lite muskelkött att gnaga på, som ett komplement till att borsta deras tänder om möjligt, och att **sluta lura oss själva att torrfoder är bra för våra katters tänder**.

- **Felin astma/allergisk luftvägssjukdom:** Många katters andningsvägssymtom (hosta/andningssvårigheter) har avtagit betydligt, eller försvunnit helt, när de satts på en spannmålsfri burkmatsdiet eller en köttbaserad hemlagad diet. Vissa av de här kämpande

katterna kan helt enkelt ha reagerat på spannmålsproteinerna som finns i stora kvantiteter i torrfoder eller så kan de ha reagerat på förrådsqualster eller kackerlackasantigener som finns i torrfoder. Sorgligt nog sätts de flesta katter med tärande lungsjukdomar på en immunosupprimerande dos av steroider **samtidigt som man fortsätter att ge dem en olämplig diet**. Även om steroider är nödvändiga vid många luftvägssjukdomar behandlar de inte roten till problemet, vilket i många fall kan vara en allergi mot spannmålsproteiner eller insektsantigener. Steroider kan orsaka diabetes hos katter och gör dem också känsligare för virus-, bakterie- och svampinfektioner, så det är viktigt att utesluta dieten som en orsak till kattens luftvägssymtom.

Torrfodrets säkerhet

Torrfoder är långt ifrån en ren, säker och patogenfri foderkälla för din katt. Vänligen se *Making Cat Food* på catinfo.org som i detalj redogör för bara några av de många återkallelser av sällskapsdjursfoder som initierats av att foder kontaminerats med dödliga kemikalier, bakterier (salmonella osv.), svamptoxiner och förrådsqualster. Problemet med härsknade fetter i torrfoder diskuteras också på den sidan.

Hur man får torrfodersberoende katter att övergå till burkmat

Kom ihåg att den bästa tiden för att genomföra en dietförändring är när katten är frisk. Att försöka få en sjuk katt att beredvilligt acceptera en ny typ av mat kan vara problematiskt och en katt som inte mår bra kan till och med utveckla en födoaversion ifall de associerar den nya maten med sin obehagskänsla. **Alla katter kommer till slut äta burkmat ifall deras ägare är tillräckligt tålmodig och testat tillräckligt många olika tricks**. Se catinfo.org för en åttasidig artikel med många tips för övergången.

Hemgjorda och kommersiella dieter med rått kött

Många människor reagerar mycket negativt på tanken att ge sin köttätare rått kött, men det är vad en köttätare är byggd för att äta. Kom också ihåg att vilda katter inte alltid äter hela bytet direkt när de har dödat det, så köttet de äter är inte alltid alldeles färskt.

Katter skiljer sig från människor när det gäller deras känslighet för matförgiftning. **Hos katten passerar maten mycket snabbare genom tarmkanalen än hos människor** (ca 12–16 timmar hos katt jämfört med 24–50 eller mer hos människa). Detta är en viktig poäng eftersom ju längre tid bakterier tillbringar i tarmkanalen desto mer hinner de föröka sig vilket slutligen gör att magen kommer i olag.

En rätt hanterad och tillredd rå – eller halvkokt – kött diet innehåller mycket färre bakterier än många kommersiella torrfoder. Kommersiella djurfoder kan också innehålla höga halter mögelttoxiner från spannmål vilket aldrig är en risk i en spannmålsfri och köttbaserad diet.

Det finns många sätt att ge en rå eller halvkokt kött diet. Ett sätt är att tillaga fodret själv genom att använda ett mycket enkelt recept. Detta är vad jag föredrar eftersom jag då kan kontrollera ingredienserna samt hur fodret tillagas – samt också varifrån köttet kommer. Mina katter har de senaste sju åren frodats på en diet med rått kött som jag gör genom att använda antingen malda hela kaninkroppar från en väl ansedd farm eller helkött (kycklinglår) som jag själv mal efter skällning. Jag tillsätter enbart ett fåtal tillskott och vatten för att göra dieten komplett.

Ett annat sätt att ge en rå kött diet är att köpa en kommersiell sällskapsdjurdiet som kan ges direkt, t.ex. Nature's Variety Medallions.

Se *Making Cat Food* på catinfo.org för en mer detaljerad diskussion om hur man ska tillreda en balanserad diet. En del människor ger delvis hemgjort foder och delvis kommersiell burkmat för variation och enkelhet.

Några avslutande tankar

I fall du läst så här långt måste du verkligen vara engagerad i att utfodra din katt med en hälsosam diet och öppen för nya tankar vad gäller dess näringsmässiga behov. Denna text har skissat upp vad optimal näring innebär för en obligat köttätare i hemförhållanden.

Det vanligaste klagomålet jag hör från människor är att deras katter INTE kommer äta burkmat utan ENBART vill ha torrfoder. Mina katter hörde till den här kategorin, vilket inte var så överraskande eftersom de levt på enbart torrfoder hela sina liv och var mellan 2 och 10 år när de övergick till en hälsosammare diet. Det tog mig flera månader att övertyga dem om **att de är köttätare och behöver kött** – och inte i en torr, överdrivet processad form som också innehåller alltför mycket kolhydrater och alltför lite vatten. Det var tidvis lite tufft eftersom två av mina katter blir väldigt vresiga mot sina kattkompisar när de är hungriga. Dessa pojkar tog jag ibland till ett separat rum under övergångsperioden och gav lite torrfoder eftersom jag inte tycker om när det är oroligt i mitt hem.

Överraskande nog äter en av mina mest envisa torrfoderknarkare nu glatt en hemlagad rå eller skållad kött/ben/organ-diet som han faktiskt tycker bättre om än burkmaten. Ska jag vara ärlig känns det bra ända in i hjärtat att se mina små carnivorer gnaga på kött – ätandes en diet som är menad för deras art.

Jag utfodrar inte längre med torrfoder överhuvudtaget och jag kan inte föreställa mig att jag någonsin skulle ge mina katter den sortens diet igen. Katter behöver inte, och drar inte nytta av, något som helst torrfoder i sin diet. De behöver inte heller ha tillgång till mat 24 timmar om dygnet.

Många människor som arbetar hela dagarna tror att deras katter kommer att lida om de inte har kontinuerlig tillgång till mat. Jag lämnar dock burkmat framme upp till 12 timmar till mina fosterkatter och kattungar. Kom ihåg att kattens matsmältningskanal är mycket olik vår.

Ifall du oroar dig för att lämna burkmaten framme kan du alltid låta en del av maten ha normal temperatur ("muskroppstemperatur") och lämna en del **frusen**. Den frusna delen av portionen kommer att tina inom ett par timmar och hålla maten färsk lite längre. Detta är också ett bra trick om du måste vara borta ett dygn eller du inte kan hitta en skötare som kan komma till ditt hus var tolfte timme när du är på semester. Det finns inga skäl att gå tillbaka till att lämna torrfoder framme i en skål eftersom katter ska ses efter – och få sina toalettådor rengjorda – minst en gång per dygn i alla fall. Normalt ska toalettådor rengöras åtminstone två gånger dagligen, så ifall de enbart kommer att städas en gång per dag bör du överväga att sätta fram en låda till eller två. Kom ihåg att så fort det finns mer än 3–4 "saker" i en låda så är den smutsig och behöver städas för att det ska vara rättvist mot din katt eller dina katter.

(övers. anm.: Enligt svenska Jordbruksverkets nya djurskyddsföreskrifter från 2008 ska friska vuxna katter ses till minst två gånger dagligen. Finlands djurskyddsregler motsvarar dem i artikeln, vilket betyder att tillsyn en gång per dygn är tillräckligt.)

Allas liv ser olika ut och det finns flera sätt att utfodra sin katt med högkvalitativ näring. Målet med denna text är att förse dig med kunskap om de speciella dietkrav som din katt har så att

du är insatt i hur och med vad du ska utfodra medan du skapar en balans som fungerar för er båda.

Lisa A. Pierson, DVM
DrPierson@catinfo.org
Uppdaterad: Februari 2010

Informationen i denna text är avsedd att ge generell information och ges utan garantier av något slag. Informationen som ges här är inte avsedd att ersätta professionella råd från din veterinär och inget i denna text är avsett som en medicinsk diagnos eller behandling. Frågor om ditt djurs hälsa ska riktas till din veterinär.

Översättning lillhuset@gmail.com
Stort tack till Ulla för professionell korrekturläsning!