

## LAATU, MÄÄRÄ, RUOKINTAKERRAT

Terveellinen ruokavalio, sen laatu, määrä ja ruokintakerrat, takaavat huippukuntoisen koiran, joka harvemmin tarvitsee eläinlääkärin apua. Tarkastelkaamme aluksi kolmea pääperiaatetta. Kun ne loksahtavat paikoilleen, muikin seuraa perässä.

Ensiksi, *älä vahingoita*, sanoivat entisajan lääkärit. Tuo pätee myös koiran ruokinnassa. Lopeta teollisen viljapohjaisen roskaruuan syöttö. Näin pääsemme jo puolitiehen ruokintaongelmien ratkaisussa. Hyödyt ovat usein välittömiä ja elinikäisiä. Ethän anna kuivamuonalla täytettyä kippoa koirallesi, joka pyytää ruokaa nälkänsä - hyvä terveys on enemmän väärä.

Toiseksi, luonto on kärsivällinen, ehkä liiankin ja sallii liukumia ja vaihtoehtoja. Niinpä kun puhutaan laadusta, määrästä tai ruokailukerroista, ei tarvitse olla pikkutarkka.

Vaihtelua voi harrastaa ja silti päästä suotuisaan lopputulokseen.

Kolmanneksi, vasta-alkaja saattaa hämmentyä yrittäessään soveltaa teoriaa käytäntöön. Hän saattaa tarvita henkilökohtaista opastajaa. Mahdollisesti joku ystävistä tai sukulainen on perehtynyt raakaruokintaan, ehkä oma eläinlääkärikin on sille suosiollinen.

Yksi parhaita tiedon ja kannustuksen lähteitä ovat Internetin raakaruokintasivut. Listamoderaattorit ja vihkiytyneet raakaruokkijat opastavat uusia kärsivällisesti.

Keskustelupalstoilla mukana oleminen on ilmaista ja mukaansatempaavaa.

### LAATU

#### Raadot

Meidän susitaustaiset koiralemmikkimme ansaitsevat parasta mahdollista; toisten eläinten kokonaisia ruhoja. Näin toimivat vastuuntuntoiset eläintarhanpitäjät kun ruokkivat vangittuja susia ja villikoiria. Ruokinta-aikaan eläintenhoitajan ruokakärrystä löytyy kanojen, kaniin ja kalojen kokonaisia raatoja sekä suuria kimpaleita raakoja lihaluita. Raadoissa on jäljellä sisälmykset, karvapeite, höyhenet ja suomet luonnon tarkoittamalla tavalla. Vapaudessa sudet saalistavat peuroja, hirviä tai muuta suurriistaa. Jotkut eläintarhat syöttävät kaadettuja peuroja, mutta usein kun kyseessä on susilauma, eläintenhoitaja hyödyntää kotieläinten ruhoja; nautaeläimiä, lampaita, vuohia.

Ruokinnan päätteeksi voi panna merkille, että paljon ei ole jäänyt vimmaisesta aterioinnista jäljelle; ehkä jokunen sorkka, suuri sääriluu, vuohen mahan tai paksusuolen sisältöä. Sudet ja villikoirat saadessaan vapaasti valita tekevät eron hyvän tai vähemmän hyvän välillä.

Kun saalis on pieni, esimerkiksi kana tai kani, silloin sisälmykset syödään sisältöineen, mikä tarkoittaa puoliksi sulanutta ruohoa, kenties muutamaa hedelmää tai siemeniä. Sudet saattavat syödä marjoja tai kypsiä hedelmiä kun näitä on tarjolla. Kuitenkaan vapaudessa eläville susille tai villikoirille kasvukset muodostavat vain murto-osan ravinnosta.

Täydentääksemme kuvaa siitä, mitä sudet ja villikoirat pitävät laaturuokana huomioikaamme, että ne syövät saaliinsa ulosteet ja koska niiden ruokapöytänä on pelkkä maa, ne saavat myös suuhunsa maaperässä olleita aineksia sekä kaikkea mahdollista, mitä on tarttunut saaliiseen.

Kysymykseen, mitä pitäisi tehdä omalle kotieläintarhalle, vastaus kuuluu, seuraa luonnon luomaa mallia, parasta vaihtoehtoa. Taulukko 1 sisältää muutamia raatoruokintavaihtoehtoja koirille, mutta kuten mainittu, luonto on joustava ja anteeksiantava. Onneksi toiseksi paras vaihtoehto, raa'at lihaluut ja ateriantähteet, on hintansa arvoinen ja tarkoituksenmukainen, hyvän terveyden perusta.

## **Taulukko1:Raadot**

Pienille koirille sopivat raadot:

Rotat, hiiret, kanit, kala, kanat, viiriäinen, kananpojat

Suurille koirille sopivat raadot:

Kanit, kanat, kala, vasikka, vuohi, sika, kenguru, lammas

## **RAA'AT LIHALUUT**

Ruokavalio, joka koostuu pääasiassa raaosta lihaluista ja vähäisestä määrästä ateriantähteitä, muodostaa luotettavaksi todetun ja onnistuneen ruokintakäytännön. Lukemattomat koiranomistajat ja yhä suurempi määrä eläinlääkäreitä vannovat tämän dieetin puolesta, koska se on helppo, taloudellinen ja tehokas.

### **PÄÄPERIAATTEET**

1. Anna lihaluut raakana
2. Anna lihaluut suurina paloina. Sellaisina ne puhdistavat parhaiten hampaita ja ikeniä
3. Anna eri eläinten lihaluita; kanan, lampaan tai sian, näin ravintoaineiden hyvä tasapaino säilyy

Pidä nämä periaatteet mielessä, mutta samaan aikaan käytännön sovellutuksessa mukaudu raaka-aineiden saatavuuteen.

## **Taulukko 2: Raa'at lihaluut**

- Sian kylkiluut eli ”rimpsut”, kana/broileri
- Siipikarjan päät, jalat, kaulat, siivet ja lihoista putsatut rangot - sopivia pienille koirille
- Kokonaiset kalat ja kalanpäät
- Vuohen -, lampaan -, vasikan -, sian -, kauriin – ja hirven -ruhot voidaan sahata suuriksi paloiksi lihaa ja luita.
- Muita sivutuotteita: sian sorkat, sianpäät, siankorvat, lampaanpää, rintalihat, hännät

Kanan kaulat ja siivet ovat hyvää perusruokaa pikkukoirille. Halvempi, parempi vaihtoehto ovat selät ja rangat. Siipikarjaleikkaamot poistavat lihanpalat ihmiskäyttöön ja luut tarjotaan soppaluina. Luissa on silti jäljellä paljon lihaa, ovat pehmeitä ja litteitä ja siruiksi menemisen vaara on pieni.

Kanan selkiä ja rankoja voidaan antaa suurirotuisille koirille myöskin.

Mutta vähintään kolmena päivänä viikossa suosittelen raakoja lihaluita, esimerkiksi häränhantää tai sian kylkiluita, koska se takaa parhaan hampaanpuhdistuksen.

Kalkkunan kaulat, siivet ja rangat ovat suositeltavia useimmille koirille.

Älä anna kanankauloja tai siipiä isoille koirille; ne voivat nielaista palaset kokonaisina, josta voi seurata tukos.

### ***Häränhantä***

Lampaan kaulat ja häränhantä ovat hyvää ravintoa kaikille koirille. Luut ovat lihaisia ja kun ne annetaan yhtenä palana ne ovat erinomainen ateria suurille roduille. Pienet ja keskisuuret rodut saavat paljon harjoitusta kun repivät ja nakertavat lihat ja jänteet luista. Kova luu todennäköisesti hylätään, mutta vasta sitten kun siitä on saatu kaikki mehut irti.

### ***Lampaan ja naudan kyljet***

Jos kyseessä on useita koiria, niitä voidaan ruokkia lampaan, sian tai naudan kyljillä. Englannissa ketunjahtikoirat ruokitaan yleisesti ryhmässä. Kaikkien rotujen pennut alkavat elämänsä aterioimalla yhdessä pentueen muitten jäsenten kanssa. Kannattaa olla varovainen sillä väkivaltaakin saattaa olla luvassa.

Joillekin koirille sopii, että useampien päivien annos annetaan yhtenä könttinä sanokaamme vaikkapa lampaan olkapäähän. Kun koira on syönyt päivän annoksensa, kimpale pannaan takaisin kylmään. Terävät koiranhampaat, jotka leikkaavat ja tonkivat lihaskasaa puhdistuvat tehokkaasti. Mahdollisesti muutamien päivien kuluttua kun enää järeimmät luut ovat jäljellä, etuposkihampaat ja poskihampaat ovat saaneet perinpohjaisen käsittelyn.

### ***Sian kaula ja härän rintaluut***

Koirat nauttivat suuresti kun saavat nakerrella melko pehmeitä, syötäviä sian kauloja tai naudan rintalastaa. Luiden suhde lihaan saattaa kuitenkin olla liian suuri ja seurauksena voi olla kovat ulosteet jopa ummetus. Vähälihaisten luitten tai puhtaitten luitten ei tulisi koskaan olla pääruokana.

### **SISÄELIMET**

Sisäelimillä tarkoitetaan mitä tahansa elimiä; suolia, pötsiä = nautaeläinten mahaa, maksaa, haimaa, pernaa, munuaisia, sydäntä, keuhkoja, ruokatorvea, kieltä

Kaikki nämä ovat laaturavinteita, kun annetaan raakana ja isoina paloina, mikä muistuttaa villien lihansyöjien syömätapoja niiden möyhentäessä raatoja.

Anna pelkästään maksaa yhtenä päivänä kahden viikon jaksoissa. Varovaisuuteen on kuitenkin syytä; jos eläin pääsee maksan makuun ja sille syötetään sitä päivittäin, seurauksena saattaa olla A-vitamiinin yliannostus. (Kuivatut maksamakupalat opetustilanteissa ovat kuitenkin turvallisia)

Haima sisältää suuren määrän ruuansulatusentsyymejä ja on erityisen suositeltavaa haiman vajaatoiminnassa.

### **OMISTAJAN OMAT ATERIANTÄHTEET**

Siat, karhut ja ihmiset syövät sekä kasviksia että eläinperäistä ruokaa ja luokitellaan näin ollen kaikkiruokaisiksi. Toisinaan lihansyöjät syövät kaikkiruokaisia, myös jäävät kaikkiruokaisten suolistosta. Siksi ei ole mitään estettä ruokkia koiraa ateriantähteillä, kaikkiruokaisten ruualla, suoraan omalta lautaselta.

Joitakin poikkeuksia löytyy ja niistä on maininta viidennessä luvussa, mutta yleisesti ottaen mikä on hyvää omistajalle, on hyvää koirallekin. Voi olla, että kasvikset täytyy hienontaa tai keittää, jotta ne tulevat maittaviksi, tämä koskee erityiseen kaalin ulkolehtiä tai muita kasvisten kuoria. Parasta käyttää tervettä maalaisjärkeä. Mikä on syötäväksi kelpaamatonta ihmiselle on sitä myös koiralle - niinpä ei pidä syöttää meloninkuorta, artisokan ulkolehtiä tai appelsiinin kuoria. Pieni määrä keitettyä riisiä ei tee pahaa. Jäätelön ja kakunpalankin pitäisi olla OK mutta tärkkelyspitoisten sokeriruokien syöttämistä suuria määriä tulisi välttää.

Keitettyjä luita ei pidä koskaan antaa.

### **LISÄRAVINTEET**

Sairaajat ja vanhemmat koirat saattavat hyötyä lisäravinteista. Terveet koirat, joita ruokitaan oikein eivät tarvitse niitä. Eläinlääkärisi osaa neuvoa. Kypsä raaka hedelmä, ei varsinaisesti lisäravinne, on monien koirien herkkua. Antioksidantit ja hivenaineet hedelmässä voivat olla arvokkaita jopa lihansyöjille, eivätkä aiheuta vahinkoa.

## **KISSANULOSTEET, MAAPERÄ JA KASVILLISUUS**

Joskus koirat hakevat linnunjätöksiä puistossa ja valikoivat huolellisesti kakat kissan astiasta. Jos et juuri halua suukotella koiraasi, niin älä ole huolissasi tästä koiran luontaisesta käytöksestä.

Ulostemassa sisältää entsyymejä, vitamiineja ja siinä vilisee bakteereita muistuttaen pientä elävää saalista. Koirien, joille syötetään väkisin tehdasruokaa, nämä asiat voivat olla hyvinkin tarpeellisia.

Koirat voivat nuolla bakteeri ja mineraalipitoista maata ja näykkiä ruohoa tai muuta kasvillisuutta. Nämä luontaiset koiramaiset tavat todennäköisesti hyödyttävät eläintä eivätkä aiheuta vahinkoa.

Jotkut koirat etsivät leveitä ruohonlehtiä, jotka nielaistessaan aiheuttaa oksennuksen. Ei tiedetä tarkkaan, miksi koirat näin tekevät; tosin tiedossa on että koirat, jotka kärsivät suu- ja ientulehduksesta ovat tähän erikoisen mieltynyt. Voimme vain aavistella, että vatsahapot tai ehkä kasvikeemikaaleilla kuten klorofyllilla saattaa olla lääkkeellinen tehoa sairaisiin ikeniin.

## **MÄÄRÄ**

### **Raakojen lihaluitten, sisäelinten ja ateriantähteitten suhde**

Aloittelijat kysyvät, kuinka paljon ruokaa annetaan. Kokeneet raakaruokkijat eivät ajattele määrää; heidän koiransa säännöstelevät itse ruokamääränsä.

Jos ruokitaa koko raatoja, mukaan lukien nahka ja sisälmykset, silloin ollaan lähellä luontoateriaa. Kuitenkin, jotkut raadot tai ruhot ovat laihoja, toiset rasvaisia. Sisälmysten osuus kalassa on pieni verrattuna kanaan. Kanin luut ovat 8% painosta ja norsun 16,5%.

Kun lihaluut ovat ruokinnan perusta, täytyy osata arvioida niiden osuus kokonaisuudesta. Liha, luut ja nahka muodostavat 78% kauriin raadosta.

Nyrkkisääntönä voidaan pitää 70% raakoja lihaluita ja aterian muun osan, jonka tehtävän on vain tasapainottaa ruokavaliota, ei ole niin väliä.

Joillakin on mahdollisuus päästä käsiksi pötsiin, sydämeen, keuhkoihin, naudan poskilihaksiin, kieleen jne. Ihanteellista olisi jos nämä täydentäisivät lihaluita.

Maksa sisältää korkealaatuista valkuaista, rasvaa, entsyymejä ja ennen kaikkea A-vitamiinia. Rungas maksa-ateria kerran parissa viikossa on oiva lisä raakoihin lihaluihin ja ateriantähteisiin muodostuvassa ruokavaliossa.

Jos sisäelinten saaminen on mahdotonta, raakojen lihaluitten syöttäminen, jopa sataprosenttisesti, edistää terveyttä ja aiheuttaa tuskin minkäänlaisia ongelmia.

Monet asiakkaistani syöttivät melkein ainoastaan kananselkiä ja -rankoja, niin aikuisille kuin pennuillekin ja nämä eläimet olivat tervettäkin terveempiä.

Omistajan omien ateriantähteitten määrä luonnollisesti vaihtelee. Jotkut pidättäytyvät niistä kokonaan, toiset antavat säännöllisesti kypsiä hedelmiä ja vihanneksia. Pääsääntö koiran terveenä pitämiseksi on kuitenkin ruokavaliota runko ---raa'at lihaluut.

## **PÄIVITTÄISET MÄÄRÄT**

### ***Raikasta vettä tulee aina olla tarjolla.***

Ei epäilystäkään etteikö yliopistotason ravintofysiologit osaisi kertoa tarkalleen kaikenikäisten ihmisten päivittäisestä ravintomäärien tai ravinnon laadun tarpeesta. Äideillä, jotka minä tunnen, ei välttämättä ole tätä kaikkea tietoa, silti heidän lapsensa voivat hyvin. Sama pätee lemmikkeihimme. Jos koirasi on liian lihava, anna sille vähemmän ruokaa, jos taas liian laiha, anna enemmän. (Se täytynee huomioda, että jotkut koirarodut kuten saluki ja whippet ovat luonnostaan laihoja ja sairaut koirat menettävät painoaan; eläinlääkärisi voi neuvoa lisää.)

Kun katsotaan koira ylhäältä päin, huomiodaan, onko koiralla painauma vyötärön kohdalla vai pullistuma. Lyhytkarvaisilla roduilla näkyy selvästi kylkiluitten kaarre Jos ei näy, niin koira on liian lihava. Kun taas kyljet ovat kuin pyykkilauta; koirasi on liian laiha ja tarvitsee lisää ruokaa. Jos koiralla on paksu turkki, kylkiluut voidaan tunnustella antamalla sormien liukua pitkin kylkiluita;

lainehtivatko sormet kyljissä. Omistaja voi vertailla tuntemuksiaan omiin kylkiluihinsa. Mikä on lopputulos; liian laiha, liian lihava tai juuri oikea.

Muitakin kriteereitä voidaan soveltaa kun mietitään ravinnon määrää.

Onko koira:

- suuri tai pieni
- vilkas
- hyvällä ruokahalulla omistettu
- nauttiiko koira ruokansa nopeasti tai jättääkö osan syömättä
- hautaako luunsa takapihalle (merkki ylensyönnistä)

Kuten ihmisilläkin, ruokahalu lemmikeillä vaihtelee yksilöiden välillä ja yksilöiden ruokahalu vaihtelee päivästä toiseen. Tietenkin raskasta työtä tekevät koirat, tiineet ja imettävät nartut tarvitsevat enemmän ruokaa.

Suuntaviivana voidaan pitää, että raakojen lihaluitten keskimääräinen tarve pienillä koirilla on 3% niiden painosta päivässä tai 21% viikossa. Ateriantähteet tulevat vielä lisänä. Niinpä 5 kg:n koira tarvitsee noin kilon raakoja lihaluita viikossa. Onneksi suurin osa suurista roduista tarvitsee vähemmän ruokaa jopa niinkin vähän kuin 1% painostaan päivässä tai 7% viikossa.

## **KUINKA USEIN RUOKITAAN**

### **Aikuiset koirat**

Luonnonolosuhteissa lihansyöjät syövät sattumanvaraisesti. Kotieläinten kohdalla säännöllisyys näyttää toimivan parhaiten.

Aikuisia koiria suosittelen ruokittavaksi kerran päivässä. Paljas maa ulkosalla on paras. Pahalla säällä tai muista syistä johtuen keittiö, pyykkihuone tai suihkutilat käyvät myöskin. Useampien koirien omistajat telkeävät koiransa

joskus erillistiloihin tappelun tai varastamisen ehkäisemiseksi.

Parasta unohtaa ruokinta-astiat. Raadot tai lihaluut löytävät kyllä tiensä mukaville paikoille. Yksi syy siihen, miksi makuuhuoneissa on ovet.

### **Pennut**

Pennut, jotka ovat tottuneet raakaruokintaan, harvoin syyllistyvät ylensyöntiin. Kolmen viikon iästä lähtien niillä voi pitää jatkuvasti ruokaa tarjolla; raaka-ruokaa ja vettä. Näin ne saavat itse päättää milloin haluavat syödä, juoda, levätä tai leikkiä.

Jos pentusi näyttää lihofan liikaa tai puhtaanapidon takia et halua, että raakaa lihaa kierii lattialla, niin silloin ruoki kolme aterialla päivässä neljän kuukauden ikään asti. Neljän kuukauden iästä lähtien ateriakertoja voi olla vain kaksi. Kuuden kuukauden ja vuoden ikään asti, riippuen pentusi koosta ja kypsytyksestä, ruokintakerrat voidaan supistaa yhteen kertaan päivässä.

Suurten rotujen kasvavat pennut, niillä saattaa olla perinnöllistä taipumusta luu- ja nivelongelmiin. Suurten rotujen pennut tarvitsevat paljon lepoa, ei voimaharjoituksia ja niitten tulisi olla hoikkia. Vuoden vanhasta lähtien harjoitusta voi lisätä mutta siihen asti sääntöä on paras noudattaa. Tämä on hyvä tapa välttyä kasvavien luiden ja nivelten ongelmilta.

## **SYÖTTÄMISAIKA**

Yleensä itse pidän iltaa parhaimpana aikana. Illan viiletessä karpäset ja muurahaiset eivät ole riesana. Tuolloin myös perhe on koolla ja voi tarkkailla syöntitouhuja. Koirat ottavat yleensä ruokalevot hyvän aterian jälkeen. Jos kuitenkin koirasi kuolaten kärttää ruokaa milloin tahansa, se

on merkki, että sillä on nälkä ja on parasta tarjota sille silloin ateria. Nälkäisen koiran ruoansulatus toimii parhaiten.

## **RUOAN LÄMPÖTILA**

Lämpimässä ilmastossa ruoka voidaan antaa suoraan kylmähuoneesta tai pakastimesta; se sulaa pian ja voidaan nauttia jäisenä kuten jäätelö.

## **PAASTOAMINEN**

Lihansyöjät yleensä osaavat säännöstellä syömisensä. Jopa silloin kun raakoja raatoja tai lihaluita on jatkuvasti saatavilla, koirat eivät syöllisty ylensyöntiin. Luonnossa paastot saalistamisten välillä ovat normaalia ja on jopa tieteellistä näyttöä että siitä olisi terveydellistä hyötyä.

Hyvin ruokittu, terve koira voi olla paastolla päivän pari viikossa. Jos ruoka on sattunut loppumaan, tilanne voidaan korjata seuraavana päivää.

Ellei eläinlääkäri toisin määrää, vanhempia koiria tai sairaita koiria ei pidä paastottaa ei myöskään pentuja.