

THE VOICE 松柏之聲

非賣品

聖雅各福群會 出版

地址：香港灣仔石水渠街八十五號 電話：(八五二)二八三一 三二一五

St. James' Settlement, 85 Stone Nullah Lane, Wanchai, Hong Kong. Tel: (852)2831 3215

國際聯網 Internet: <http://www.thevoice.org.hk> 電子郵件 E-mail Address: thevoice@sjs.org.hk

★ 創刊於一九七六年一月，乃全球首份，最長壽兼全世界發行之長者華文讀物 ★



頭條

劉潤餘

香港寵物營養學會會長

長者如何與伴侶寵物相處和照顧

在多年教授寵物營養和心理課程中，我常常見到因飼主平時與伴侶寵物相處和照顧上的錯誤而引發不同程度的問題，如：生病、情緒和行為問題。故此，今次想分享一些日常照顧和相處上的知識給長者，好讓長者能正確飼養他們的伴侶寵物。

首先，長者要認知怎樣選擇合適糧食給寵物，這是第一和最重要的。就以貓狗作為本篇文章的例子。貓狗是肉食為主的哺乳類動物，所以其飼糧必須要以動物的蛋白質為主要成份，脂肪為次，纖維和碳水化合物為輕，才能令貓狗腸胃和下泌尿道健康。因為高纖維和碳水化合物會影響貓狗的消化吸收，並有可能引起貓狗尿液的酸鹼度偏鹼，這樣容易令貓狗引起尿道炎、膀胱炎和結石等疾病。另外，碳水化合物根據寵物營養需要研究，貓狗食物中是不需要含有碳水化合物。反之，進食過多碳水化合物會令貓狗容易過胖，糖尿病、心臟病和關節問題亦可能相繼發生。所以，長者選擇糧食給貓狗食時，記得選擇一些不含或低碳水化合物的糧食。

第二，長者要注意的就是餵食的管理，貓狗和人一樣每天需要進食最小一餐才能提供足夠的營養來維持牠們的身體所需。

但是如果進食不定時和過度進食，就會令腸胃產生壓力繼而產生問題。所以長者在每日餵食時必須要做到定時、定量和定次數，並且戒絕任何形式的零食。然後

可根據貓狗的體重和情況來估算牠們每日所需的卡路里 kcal (圖一)，在香港大多數主人以乾糧作為主要糧食，故此長者只需按乾糧包裝上 xxx kcal/kg (圖二)，然後相除就可得出每日所需進食重量。之後，長者只要定時，分配每餐餵多少克就可以了。舉例來說：如犬隻每日需要 350kcal，狗糧每公斤含有 3,500kcal

成犬 的能量需求	不活躍狗隻 所需卡路里	活躍狗隻 所需卡路里
10 磅 (LB)	295.47	404.33
20 磅 (LB)	496.92	680.00
30 磅 (LB)	673.53	921.67
40 磅 (LB)	835.72	1143.62
50 磅 (LB)	987.97	1351.96
60 磅 (LB)	1132.74	1550.06
70 磅 (LB)	1271.57	1740.04

成貓 的能量需求	較瘦貓隻 所需卡路里	肥胖貓隻 所需卡路里
5 磅 (LB)	173.20	180.45
8 磅 (LB)	237.30	217.77
12 磅 (LB)	311.37	256.12
18 磅 (LB)	408.56	301.21
24 磅 (LB)	495.41	337.95

(圖一)

(以 3,500kcal/kg 表示)，長者只需將兩者相除得出乘以 1,000 就可得出結果 100g。100g 就是犬隻每日進食的份量，貓同樣可以用這個方法計算出每日進食份量。

第三點，長者要注意的地方就是貓狗每日活動需要，尤以犬隻需要更大。在正常的情况下，犬隻每日都需要 2-3 次出街上廁所和運動，每次一小時為合。每次除上廁所外，亦需要有伸展運動，如：奔跑、執波仔等。因為運動犬隻活動不足會影響其性格、情緒和行為。大多犬隻性格、情緒和行為都可藉著運動來改善，所以長者在飼養日程編排記得設定每日放狗時段和遊戲項目。貓隻因為性格比犬隻獨立，只要長者在家中擺放好貓抓板和小量玩具就可以了，長者亦可利用 Laser Pointer (雷射筆) 來與貓隻互動。

第四點，長者要注意的地方是家居環境，貓和狗與人不一樣，不能生活在一個吵鬧或聲音大的地方。這是因為貓和狗的聽覺比人好，微小的聲音已可以引起貓狗不安。故此，長者在家中觀看電視或收聽收音機時，請勿將音量調較得太大聲，以免貓和狗受到不必要的聲音滋擾。當然，每隻貓狗承受能力不同，長者可以透過

平均營養和卡路里含量	
平均營養和卡路里含量 乾糧 3,936 千卡 / 公斤 (492 千卡 / 每杯 ²)	
營養素	乾物成分 ¹ %
蛋白質	27.9
脂肪	21.9
碳水化合物 (NFE)	43.5
粗纖維	2.1
鈣	0.70
磷	0.49
鈉	0.24
鉀	0.76
鎂	0.058
牛磺酸	0.27
維他命 C	228 mg/kg
維他命 E	948 IU/kg
Omega-3 脂肪酸總量	0.26

(圖二)

觀察聲音大小和牠們的反應找出合適的音量，令長者既能享受看電視、聽收音機的樂趣，亦能避免寵物因聲浪大小而影響牠們的的心理和情緒。

第五點，長者要注意的地方就是定期為自己的貓狗做健康檢查，貓和狗與人一樣會生病，嚴重的疾病很多時並不會好明顯的，所以幫牠們定期做身體檢查就可以達到防範於未然和及早治療疾病。

最後一點，為基礎服從訓練。貓和狗就好像人類的小孩一樣，由小時起就需要教導牠們紀律和服從。這樣在牠們長大後，長者就可以容易處理牠們的行為，避免貓狗隨處大小便、咬壞傢私等問題。

常用的服從指令有 Sit (坐)，Down (落)，Heel (跟)，Stay (停) 和 Come (來)。每個指令都可以幫助長者控制和使到貓狗對長者在牠們心中地位提升，地位提升有助長者在寵物心中建立權威，權威就能令寵物尊重及服從牠們的主人。藉著這點，寵物在行為上就不會不受控制和頑皮。

礙於篇幅所限，長者可以在本會以下網頁：www.hkspn.org.hk/training.html 觀看一些訓練貓狗示範片段來幫助學習。最後，祝各位長者和你們的寵物健康和快樂！



◆ 巧竹