

TUNGVIKTARE?

Redan lindrig övervikt kan påverka hunden

Redan vid en lindrig övervikt ser man förändringar i hundars ämnesomsättning. Det visar en helt färsk doktorsavhandling av Josefin Söder.

TEXT: YASEMIN BAYRAMOGLU // FOTO: SANNA TRUELSEN LINDÅSE

Det har pratats mycket om övervikt hos hundar på senare år. Vi överför vår livsstil till våra husdjur och det får trista konsekvenser: försämrad livskvalitet, ökad risk för kroniska sjukdomar och förkortad livslängd.

Veterinär Josefin Söder är högaktuell i två studier som behandlar just detta: dels sin doktorsavhandling *Metabolic variations in canine overweight*, dels en internationell studie där man tittat på hur hundägares syn på fetma kopplar till förekomsten av övervikt och fetma hos både hundägare och hundar i tio europeiska länder.

Arbetet med avhandlingen påbörjades vid SLU (Sveriges lantbruksuniversitet) i Uppsala 2012. Med hjälp av Svenska Kennelklubbens medlemmar fick Josefin ihop en grupp på 28 labrador retrievers som alla hade samma grundförutsättningar – friska hanhundar med varierande hull, runt fem år gamla.

Bedömningar av hundarnas hull gjordes i enlighet med den niogradiga body condition scoring-skalan. I studien ingick hundar som var normalviktiga, lindrigt överviktiga och tydligt överviktiga. Bara en hund bedömdes som obes (fet) med ett värde på åtta.

– Styrkan i den här studien är att vi tittat på spontant överviktiga hundar,

inte labb-hundar med framkallad övervikt, vilket annars är vanligt inom hundforskningen, säger Josefin.

En annan punkt där man också skilt sig mot tidigare undersökningar är att man gjort ett så kallat dynamiskt test av ämnesomsättningen. Man har alltså jämfört hundens värden före och efter måltid.

Hundarna fastades hemma över natten, sedan tog man urinprov och blodprov. Därefter fick alla hundar ett standardiserat mål mat med hög fetthalt. Mängden mat räknades fram utifrån varje hunds idealvikt. Efter måltiden togs nya prover.

– Det vanliga är annars att man bara tar fasteprover, säger Josefin.

Det skulle snart visa sig att det var just när man jämförde före- och efterproverna mellan normalviktiga och överviktiga hundar som aha-upplevelserna kom.

– En av de viktigaste slutsatserna av studien är just att man behöver göra någon typ av dynamiskt test, en provokation, för att hitta förändringar i ämnesomsättningen vid övervikt. Annars missar man saker. Alla parametrar som skilde sig mellan normalviktiga och överviktiga hundar i studien var direkt eller indirekt kopplade till fettomsättningen, fettmetabolismen, säger Josefin och fortsätter:

– Trots att vi inte inriktade oss på supertjockisarna hittade vi tydliga förändringar i ämnesomsättningen redan vid lindrig övervikt, vilket är nya och viktiga resultat.

De överviktiga hundarna hade bland annat lägre nivåer av två metaboliter – taurin och karnitin. Metaboliter är små partiklar som bildas i ämnesomsättningen och just dessa två har en viktig roll för omsättningen av just fett. Taurinet hjälper tarmen att ta upp fett och få igång fettförbränningen.

– Om man inte kan förbränna fett, eller oxidera det som man också säger, kommer fett att lagras in i kroppen i stället.

Hundar kan få i sig taurin genom maten, men kan till skillnad från katter även bilda ämnet själva. Karnitin är i stället ett slags transportör av fett-syror in till cellens förbränningsapparat, mitokondrien. De låga nivåerna av dessa metaboliter, som hittades hos de överviktiga hundarna, skulle alltså i teorin kunna påverka deras fettomsättning.

Men vad är då hönan eller ägget? Bli hundarna feta av för låga halter av dessa ämnen eller sjunker nivåerna till följd av övervikt?

– Det kan vi inte säga än, för att ta reda på det krävs långtidsstudier. Men vår slutsats är att hullet troligen har en



TESTDAGS. Josefin Söder tar prov på en av hundarna som ingick i studien.

inverkan, men fodrets inverkan behöver undersökas mer också.

Ett annat fynd var att de tydligt överviktiga hundarna hade högre halter av stresshormonet kortisol i urinen även när de var i sin lugna hemmamiljö.

– Vi mätte hundarna hemma och sedan på kliniken. De normalviktiga hundarna hade en låg nivå hemma och fick en förväntad höjd nivå när de kom in till oss, medan de tydligt överviktiga inte visade någon skillnad. De hade i stället en förhöjd nivå hela tiden, säger Josefin.

Ytterligare en stor aha-upplevelse under studiens gång är en helt ny upptäckt hos överviktiga hundar: metabol inflexibilitet. Det betyder att det finns en tröghet i ämnesomsättningen.

I vanliga fall ska kroppen hämta energi ur sina fettreserver medan man fastar (under exempelvis natten), för att sedan ställa om till att ta energi (först kolhydrater) ur maten vi äter under

dagen. Men hos de överviktiga hundarna fungerade det inte på samma sätt.

– Ämnesomsättningen ska hela tiden ställa om i förhållande till om vi fastar eller har ätit. De lindrigt och tydligt överviktiga hundarna visade dock tecken på lägre förbränning i fasta och ställde inte om till att använda energin de precis ätit, vilket de normalviktiga hundarna gjorde.

Detta har man sett i tidigare tester på överviktiga människor och gnagare. Då har man också kunnat se att det verkar gå att få tillbaka flexibiliteten genom förändrade kost- eller motionsvanor. Nu återstår att undersöka om det är reversibelt även hos hund.

– 5:2-dieten är en metod som har typisk koppling till att försöka behandla metabol inflexibilitet hos människor. Det finns faktiskt studier i andra länder där man nu provar hur hundar reagerar på intermitterant fasta, som ju är tekniken i 5:2-dieten. Det är jätteintressant, men är inte tillräckligt utrett och inte heller

publicerat än, säger Josefin.

Hon är alltså själv delaktig i ytterligare en studie, den om kopplingen mellan hundägarens livsstil och ägarens och hundens hull. Här fick hundägarna dels ange sin egen vikt och längd, dels skatta hundens hull.

Det man kunde konstatera var att svenska hundägare var lite mer överviktiga än andra européer, däremot var svenskarnas hundar inte fullt lika överviktiga som i övriga Europa.

– Kanske är svenskarna lite mer ärliga om sin egen vikt, för den stämde väl överens med Världshälsoorganisationens skattningar, säger Josefin.

Samtidigt kan man tyvärr inte trösta sig allt för mycket, för även om svenskarnas hundar var lite mindre överviktiga än i Europa är problemen i Sverige stora (cirka 30 procent av hundarna var överviktiga enligt studien) – och de riskerar att fortsätta växa. Det

FORTSÄTTER HÄR →

är också tidigare visat att hundägare i jämförelse med djurhälsopersonal tenderar att underskatta hundens hull. Betydligt fler hundar är alltså överviktiga än deras hussar och mattar tror.

– Det här är också ett känsligt ämne, förstås. Att ens hund är överviktig framkallar lätt skuldkänslor, säger Josefin.

I den europeiska studien kunde man koppla ihop flera faktorer med ökad risk för övervikt hos både hundägaren och hunden: ökande ålder (hos både ägare och hund) och en negativ inställning hos

hundägaren till nyttig kost och motion. Även socioekonomiska faktorer finns – ju rikare land desto färre feta hundar. En låg medelinkomst i hushållet, lite tid spenderad tillsammans med hunden samt rökning ökade risken för en överviktig hund.

Josefine Söder hoppas nu på en ökad medvetenhet.

– De hundägare som angav att de inte ansåg att övervikt är en sjukdom var också de vars hundar visade sig vara mest överviktiga. Samtidigt angav

ägarna med överviktiga hundar att deras hundar lätt blev sjuka och inte var glada. Om din hund har en tydlig övervikt så kontakta din veterinär för råd och stöd och hjälp med att välja ett bantningsfoder som passar din hund, säger Josefin.

Kolla hullet – så här gör du!

Det finns två skalor att bedöma hundens hull med – en niogradig skala och en femgradig. Enligt Josefin Söder är den niogradiga att föredra. Med den femgradiga riskerar man att missa hundar som är lindrigt överviktiga.

Googla på ”canine body condition system 1–9” så får du upp bilder och videor att titta på. Man ska både titta på sin hund ovanifrån och från sidan samt känna efter med händerna.

– Tryck lätt längs revbenen med alla fingrarna/handflatan, säger Josefin.

Känn också efter längs ryggraden, midjan och under buken. En hund med 4–5 på den niogradiga skalan är normalviktig.

– Revbenen ska kännas med lätthet och bara täckas av minimalt med underhudsfett. Tittar man ovanifrån ser man midjan tydligt markerad. Från sidan är buken lätt uppdragen. Det ska inte finnas några synliga eller kännbara fettdepåer längs nacken eller runt svansroten.

Tittar man ovanifrån ska midjan vara tydligt markerad

Revbenen ska kännas med lätthet.

Det ska inte finnas några synliga fettdepåer runt svansroten.



FOTO: ADOBE STOCK