

37. Darmflora.

Zonder goede darmflora geen goede gezondheid.

Wie het kleine niet begeert krijgt de rest vaak niet verteerd.

Meer dan 400 jaar voor Christus zei Hippocrates "Laat voeding uw eerste medicijn zijn" en ook al rond die tijd zei Socrates "De dood huist in de darm". Dat was uiteraard filosofie. Van bacteriën wist men toen nog niet veel af, laat staan dat men ze gezien had. Maar zelfs nu denken veel mensen in hoofdzaak negatief. Ze denken aan ziekte verwekkers of ziektekiemen terwijl het overgrote deel van de bacteriën die we ondertussen kennen nuttig werk doen.

Wijsgeren, denkers en filosofen vermoedden het al en wetenschappers, onderzoekers en geleerden weten het nu zeker. Sommige bacteriën zijn zelfs essentieel. Zonder kan een hond niet overleven. Uiteraard zijn er ook bacteriën die schadelijk zijn en problemen veroorzaken. Bacteriën zijn eencellige.

Bacteriën is dus een groepsnaam, waaronder ook schadelijke. Daar gaan we hier niet over hebben. Niet alleen weet ik er te weinig van maar voor mij zijn er zeker grensgevallen die het zeer moeilijk maken.

Ik geef een relatief onschuldig voorbeeld waar mensen wel ziek werden maar waar niemand in levensgevaar kwam. In Alaska is een klein dorpje Tanana genaamd, met +/- 250 inwoners en tot voor kort was het zeer moeilijk te bereiken. Ongeveer 12 jaar geleden legde de plaatselijke bevolking een waterleidingsnet aan met een vrij eenvoudig maar doeltreffend filtersysteem. Ongeveer 2 jaar geleden ging dat systeem stuk en iedereen in dit dorpje viel terug op de watervoorziening van voor 12 jaar, water uit putten, beekjes, meren en rivieren. Maar wat bleek, bijna iedereen kreeg buikloop en last van krampen. Het oordeel was bacteriën in het water en dat was gek want immers 12 jaar eerder had niemand daar last van gehad.

En dat is mijn punt: werden de mensen ziek van de bacteriën in het water of werden ze ziek omdat ze de darmbacteriën niet meer hadden die de bacteriën uit het water (die er dus altijd al waren) onschadelijk maakten?

Om dit soort discussies te vermijden beperk ik mij tot de darmflora die elke huishond zou moeten hebben om kans te maken gezond te zijn. Er worden zeer veel ziektes in verband gebracht met darmbacteriën. De darmflora kan beschouwt worden als een essentieel, extra orgaan. Niet alleen stimuleert een goede darmflora de aanmaak van enzymen, ze leveren ook vitamines aan die een hond anders niet zou kunnen aanmaken. Ik denk niet dat ik het belang voor de vertering moet vernoemen.

Hoewel er ondertussen dieetvoerders op de markt gebracht worden (meestal niet te koop in de dierenspecialzaak) die zo ontworpen en gefabriceerd zijn, als het ware ge - fine tuned, dat ze bijna zonder darmflora kunnen verteerd worden. Maar o wee als onze lieve hond niet slabbert van het frisse bakje water dat we voor de wandeling neerzetten en hij buiten van een plas water of een vijver drinkt waar een eend in gepoept heeft of hij raapt in de dreef of het park een takje op. Dan heeft hij die darmflora plots weer terug nodig.

Het is eigenlijk heel eenvoudig. Darmflora wordt gevormd door de voeding het is geen afstamming dus. Darmflora kan opgebouwd worden ook al zou bvb de fokker met de beste bedoeling een pupje afleveren dat praktisch steriele voeding kreeg, dan nog is het vrij eenvoudig geleidelijk aan voor een goede darmflora te zorgen.

Schoonheid is een kwestie van smaak, gezondheid is dat niet! Er is zelfs een verband tussen darmflora en hersenen. Bvb autisme. Bacteriën zijn dan wel minuscule kleine wezentjes maar ze kunnen ons heel wat leed bezorgen of besparen.

In praktijk spreekt men nogal vlug van "voedingsallergie". Van een voedingsallergie is echter maar sprake als er een immunologische reactie is op voeding. Ongeveer 1 op 1000 honden heeft een voedingsallergie! In de praktijk echter worden er veel meer met de vinger gewezen. Tot voor enkele jaren hoorde ik zogenaamde kenners dan wel eens zeggen "De voeding is te rijk of te flets". Maar wat is dat eigenlijk?

Nu hoor ik regelmatig praten over premium of high premium en van superieure premium, light bijvoorbeeld. Maar kan een hond uit dat dooie materiaal wel een degelijke darmflora opbouwen of heeft hij daarvoor toch echt vlees nodig?

De darmflora wordt beïnvloed door wat men eet. Het gedeelte dat aangeboren is heeft veel minder invloed op de vertering. Wel bvb op de productie van methaangas maar dat is zeg maar een restproduct van na de vertering (hoewel ook lastig uiteraard) en winden laten is lang niet altijd onschuldig.

Iets anders dat nogal eens voor verwarring zorgt zijn neutraceuticals. Dat zijn voedingsstoffen die een effect hebben op de gezondheid. Fos of fructo - oligosachariden bvb stimuleren de groei van goede bacteriën. Probiotica steunt de darmwerking.

Fabrikanten van hondenvoeding weten dat uiteraard maar ze weten ook dat veel mensen dat kennen uit de reclame wereld om dagelijks een potje dure yoghurt te eten om allerlei problemen te voorkomen en maken daar dankbaar gebruik van om hun hondenvoer aan te praten. Wat ze eigenlijk doen is toegeven dat ze een heel klein beetje van de zeer grote achterstand die ze op natuurvoeding hebben qua vertering willen goedmaken.

Hou er rekening mee dat mensen omnivoren zijn en honden carnivoren en ook dat sinds de domesticatie onze honden uiterst zelden verse prooieters zijn maar meestal een soort aaseter geworden zijn omdat ze niet meer zelf voor hun kostje moeten jagen maar dat ze hun voer krijgen van de mens.

Het is trouwens zo dat het voer overgeven voor pups, wat we bij onze honden nog slechts zelden zien maar wat voor wilde honden nog gewoon is, veel meer betekend dan algemeen werd aangenomen. Dat dit eerst opeten in hoofdzaak voor transport is, is niet helemaal juist. Wanneer het vers vlees is kan het geen kwaad een poot of iets dergelijks mee te brengen. Voor de pups, als het aas betreft, kan het zuur en de darmflora in de maag van volwassen honden de eventuele schadelijke bacteriën doden, dat van de pups nog niet. Vandaar dat het voer voor de pups als het ware in de maag van de volwassen honden eerst veilig gemaakt wordt. Bij commerciële verse vleesvoeding die op de juiste manier geproduceerd wordt is die veiligheidsmarge er uiteraard al.

Maar als om de prijs te drukken bespaard wordt op de productiekosten door bvb de grondstoffen eerst te laten ontdooien waardoor schadelijke stoffen "toxines" de bovenhand krijgen en er ook weer om de kosten te drukken een teveel aan goedkoop slachtafval zoals bvb bindweefsel gebruikt wordt, dan kan het ook daar mis gaan.

Er is dan natuurlijk geen sprake van een goede maaltijd, meestal wel van een goedkope. Duur is geen garantie voor kwaliteit maar gelukkig begrijpen veruit de meeste mensen dat onder een bepaalde prijs iets niet meer kan. Hondenvoer moet niet alleen uit vers vlees en organen bestaan het moet ook compleet zijn!

Ik heb zogenaamde functional hondenvoeders ontdekt waar sojabonen gebruikt werden. Nu zijn granen als eiwitbron altijd fout. Vandaar de hetze, maar degelijk hondenvoer maken zonder koolhydraten kan niet omdat anders de eiwitfractie te hoog is en de nervositeit zou gevoed worden. Daar kan ook een goede darmflora niets aan veranderen en om een goede darmflora te hebben moet het biotoop goed zijn. De juiste zuurtegraad hebben dus! Als men dus ontsloten granen als bron van koolhydraten gebruikt respecteert men niet alleen de natuur maar ook de zuurtegraad en dus de eiwitfractie.

Het zou verkeerd zijn een denkbeeldig probleem op te lossen als men de gevoeligheid verhoogd. Bacteriën zijn minuscule kleine wezentjes met zéér veel macht maar ze kunnen uitgeroeid worden. Wanneer uw hond bvb een anti - biotica kuur moet krijgen. Gelukkig kan de darmflora daarna vrij snel terug opgebouwd worden en ook zonder dat er door een dierenarts met anti - biotica drastisch moet worden ingegrepen kan er met de darmflora wat mis zijn.

Dikwijls merken we dat door kleine problemen of ongemakken (bvb plots winden laten). Dat is geen ziekte maar het kan een symptoom zijn. Diarree of zelfs haarverlies kan een indicator zijn dat er wat mis is met de darmflora en uiteraard zijn nerveuze honden een beetje gevoeliger. Maar ook voor hen geldt "zonder een goede darmflora geen goede gezondheid"!

Denis Steurs