



# Když jsou nervy obnaženy...

**Stres je v dnešní době hlavní příčinou nemocí. Na jeho účet jdou poruchy spánku, žaludeční obtíže, stavy strachu, srdeční infarkty a další zdravotní problémy. Některé lidi stojí stres dokonce život.**

**N**ervovými problémy však očividně trpí nejen lidské bytosti: příznaky stresu jsou postižena také domácí zvířata - a ne málo. Návštěvy u veterináře, náročný výstavní týden, sportovní výkony, nesprávné podmínky péče a držení psa, hluk, rušno a zmatky a celá řada dalších faktorů mohou psa uvést do silného stresu. Pak nelze vyloučit poškození zdraví. A pravděpodobnost poškození zdraví ještě roste, je-li zátěž dlouhodobá.

Začnou-li se projevovat první příznaky stresu, řada majitelů psů hned sahá do

lékárniček a pokouší se léčit následky, místo aby odstranili samotnou příčinu. To samozřejmě není trvalým řešením a většinou to také nepřináší požadovaný úspěch. Chceme vám ukázat cestu jak včas rozpoznat známky stresu u psů, a také představit některé způsoby přírodní léčby, které mohou pomoci obnovit nervovou rovnováhu vašeho psa.

## Hyperaktivní

Jede váš pes stále na plný výkon? Nedokáže ani pět minut posedět v klidu

a šíří kolem sebe pocit trvalé aktivity? Pak je pravděpodobně předrážděný nebo nedostatečně vytížený; obojí znamená stres a obojí může vést k nežádoucím projevům chování.

Hyperaktivitu pozorujeme především u těch plemen psů, která jsou od přírody vybavena mimořádnou výkonností. Border kolie, australský ovčáci, kelpie a další ovčáčí psi se rychle dostávají do stresu, nedokážeme-li je zaměstnat v souladu s potřebami jejich plemene, nebo pokud jim přinejmenším nenabíd-

**Být přepaden dvěma psy může u mladého psa vyústit v nejčistší stres**

části těla. Při této léčbě nejde ani tak o esoterické síly jako spíš o účinek tělesného tepla a psychické blízkosti, což může pomoci i u stresovaných psů.

Protože na počátku bude obtížné hyperaktivního psa vůbec uklidnit, měli bychom si reiki sezení naplánovat jednou denně. Celé to nezabere víc než několik minut, a proto není nijak obtížné reiki zařadit do každodenního programu. Dbejte na to, abyste dýchali klidně a stejnoměrně. Nedosáhnete-li sami vnitřního klidu, pes se nedokáže uvolnit. Nyní vložte své ruce na místo na těle, kde má pes rád, když se ho dotýkáte. Na místo vůbec netlačte a nechte své ruce tři až šest minut spočívat na daném místě.

### Ve veterinární ordinaci

Návštěva u zvěrolékaře znamená pro řadu psů hotový horor. Člověk v bílém plášti může být sebestřelivější a sebecitlivější, nejspíše v čekárně se ze psa stane hotový uzlíček nervů.

Kanadská odbornice na zvířata Linda Tellington-Jonesová, kterou zná řada lidí také díky její úspěšné práci s koňmi, přisáhá v takových situacích na aplikaci takzvaných TTouch. Jde různé způsoby hlazení a krouživých pohybů, které mohou mít na psy až neuvěřitelný vliv.

Klouzavé hlazení srsti je jednou z tajných zbraní Lindy proti strachu a k uvolnění napjatého psa. Podobně jako ostatní dotyky TTouch lze bez problémů aplikovat i ve veterinární ordinaci. „Klouzání v srsti je dobrým způsobem jak si vybudovat vztah se svým psem. Zklidňuje majitele i psa. Klouzání v srsti je příjemné, přináší příjemnou zkušenost - a díky tomu může pomáhat psům,“ ujišťuje Linda Tellington-Jonesová.

Klouzání v srsti se aplikuje na hlavě, na plecích a na hřbetě psa. Maličké chomáčky srsti se protahují mezi palcem a ukazovákem, nebo používáme-li plochou dlaň, využívají se prostory mezi prsty. To má tu přednost, že lze klouzat podél velkého množství chlupů v srsti psa.

### Na výstavě

Na výstavě je to velmi náročné a stresující. Všude kolem se tlačí lidé i psi; vzduch zapáchá - no prostě typická výstava psů. Některým psům toto prostředí podle všeho vůbec nevádí, jiní jsou rozrušení a vynervovaní. Nemůžeme jim to zazlívát: pravděpodobně by byli podstatně raději někde na čerstvém vzduchu, skotačili někde na louce, než aby se předváděli na výročním trhu nebo marnivě předváděli někde v kruhu.

Citliví psi reagují někdy na stresové situa-

ce na výstavách někdy až alergicky. Již celé dny předem cítí, že se blíží zase pěkně náročný víkend, a jejich chování se začne měnit. Jsou napjatí, nedůvěřiví a rozmrzelí. Někteří zvracejí nebo dostávají průjem.

Tyto problémy pokračují často i na cestě na výstavu a vyvrcholí v předvádění, které je provázeno nechutí, přehnaným vzrušením, nebo je prostě jen špatné. A za takové předvedení pes určitě nepoveze domů vytužený pohár. Začne se šířit frustrace - u lidí i u psa.

### White Chestnut (bílý kaštan)

Jestliže se stavy napětí začnou projevovat již několik dnů před výstavou, můžete svému psovi podat homeopatický přípravek White Chestnut, který mu pomůže k většímu klidu a vyrovnanosti. Koňský kaštan (*Aesculus hippocastanum*), který mohou lidé znát také pod názvem bílý kaštan (jírovec), působí proti nevyrovnanosti, neklidu a mentálnímu napětí.

Napětí se projevuje celou řadou způsobů. Někdy pes zareaguje nečekaně přecitlivěle na hubování a trest, jindy je ještě rychleji uražený než jindy. Někteří psi prostě jen sedí a stále funí s vyplazeným jazykem, nebo si neustále olizují nos a přední tlapy.

Homeopatický prostředek Elm (*Ulmus Procera* - jilm) dokáže pomoci psům, kteří se na výstavách prezentují rádi, ale z nějakého důvodu působí náhle vyčerpaně a poraženecky. Použití jilmu může mít smysl také v případech příznaků přetěžování u jinak výkonných zvířat.

Vyčerpání a deprese jsou typické pro blokováný stav Elm. Pes působí neradostně, je bez nálady a lze ho jen velmi obtížně motivovat. Podle všeho se cítí být přetěžován a není schopen podávat výkon, na jaký jsme u něj zvyklí.

V takovém případě je nejdůležitější psovi sdělit, že od něj nepožadujeme žádné přehnané výkony. Dále dostane Elm a nakonec určitě opět začne projevovat své obvyklé nadšení do práce. *Ľac*



**Udržet si chladnou hlavu a pevné nervy na stole určeném k úpravám na výstavě, to vůbec není snadné**

neme vhodnou alternativu, při které by tyto psi s velkou potřebou pohybu mohli vybit svoji energii.

Než se podíváme do pokladnice přírodního léčitelství, jaké tam nalezneme prostředky proti hyperaktivnímu chování, musíme si nejdříve ujasnit nejdůležitější bod: musíte se postarat o to, aby byl pes zaměstnán v souladu s jeho vrozenými potřebami. Možná se mu zalíbí agility, bude se rád zabývat tancem se psem nebo by se rád blýskl mezi ostatními psy při coursingu. Podle okolností mohou být zázračnými zbraněmi proti nedostatečnému zaměstnání a z toho plynoucí hyperaktivitě například lovecký výcvik, ovčácká práce, saňový sport, práce s maketami nebo vodní výcvik.

### Reiki

Reiki je jednou z nejstarších léčebných metod vůbec. Princip této oblíbené terapie spočívá ve vkládání rukou na určité