



De gezondheid van een oudere kat: liefdevol zorgen voor je senior

Een oudere kat verandert vaak heel langzaam. Hij slaapt wat meer, springt minder hoog of wordt iets kieskeuriger. Dat lijkt misschien gewoon bij de leeftijd te horen. Toch kunnen kleine veranderingen het eerste teken zijn dat je poezenkind extra hulp nodig heeft.

Wanneer is een kat senior?

Vanaf ongeveer zeven jaar kun je wat extra op de gezondheid gaan letten.

Dat betekent niet dat een kat van zeven opeens oud is. Veel katten spelen en klimmen dan nog vrolijk rond.

Vanaf ongeveer tien tot twaalf jaar worden veranderingen vaak duidelijker. Een kat van vijftien heeft meestal andere behoeften dan een kat van acht.

Kijk daarom niet alleen naar de leeftijd. Let vooral op:

- *gedrag;*
- *beweging;*
- *eetlust;*
- *gewicht;*
- *drinken en plassen;*
- *verzorging van de vacht;*

- *contact met mensen en andere dieren.*

Mira vertelt:

“Een senior is niet zomaar oud. Het is een ervaren poezenkind met vaste gewoontes, wijze snorharen en soms behoefte aan wat extra hulp.”

Oud worden is geen ziekte

Rustiger worden kan bij het ouder worden horen.

Pijn, afvallen, veel drinken of niet meer goed kunnen springen zijn niet dingen die je zomaar hoeft te accepteren.

Veel ouderdomsklachten kunnen worden behandeld of verzacht. Hoe eerder een verandering wordt ontdekt, hoe groter de kans dat je senior zich nog lang prettig voelt.

Denk dus niet te snel:

“Hij is gewoon oud.”

Vraag liever:

“Waarom is dit veranderd?”

Katten verbergen klachten

Katten laten niet graag zien dat ze pijn of zwakte voelen.

Een senior loopt daarom niet altijd duidelijk mank. Hij past zijn gedrag aan.

Misschien:

- *springt hij niet meer op de vensterbank;*

- *gebruikt hij een stoel als tussenstap;*
- *slaapt hij vaker beneden;*
- *stopt hij eerder met spelen;*
- *wordt hij boos bij aanraken;*
- *laat hij zijn vacht onverzorgd;*
- *trekt hij zich vaker terug.*

Dit zijn geen onbelangrijke ouderdomstrekjes. Het kunnen signalen van pijn of ziekte zijn.

Mira's tip:

“Als ik iets niet meer doe wat vroeger heel normaal was, kijk dan goed. Misschien wil ik nog wel, maar lukt het niet meer zo makkelijk.”

Regelmatige controle bij de dierenarts

Bij oudere katten kunnen ziekten lange tijd bijna onzichtbaar blijven.

Een seniorencontrole helpt om veranderingen vroeg te vinden.

Voor veel senioren is minimaal iedere zes maanden een controle een fijne richtlijn. Een zeer oude kat of een kat met een aandoening kan vaker een afspraak nodig hebben.

De dierenarts kan onder andere kijken naar:

- *het gewicht;*
- *de spieren;*
- *het gebit;*

- *het hart en de longen;*
- *de gewrichten;*
- *de buik;*
- *de huid en vacht;*
- *de ogen en oren;*
- *de bloeddruk.*

Ook bloed- en urineonderzoek kunnen helpen om problemen te vinden voordat er duidelijke klachten zijn.

Bespreek met de dierenarts hoe vaak controle voor je eigen senior verstandig is.

Weeg je senior regelmatig

Gewichtsverlies is bij oudere katten vaak een belangrijk waarschuwingssignaal.

Weeg daarom ongeveer iedere twee tot vier weken. Gebruik steeds dezelfde weegschaal en doe het zo veel mogelijk op hetzelfde moment.

Schrijf het gewicht op.

Een paar honderd gram lijkt misschien weinig. Voor een kleine kat kan dat een groot deel van het lichaamsgewicht zijn.

Bel de dierenarts wanneer een senior:

- *zonder duidelijke reden afvalt;*
- *snel aankomt;*
- *spiermassa verliest;*

- *een steeds dikkere buik krijgt;*
- *normaal eet maar toch lichter wordt.*

Wacht niet tot de botten duidelijk zichtbaar zijn.

Let ook op de spieren

De weegschaal vertelt niet alles.

Een kat kan spieren verliezen en tegelijkertijd meer vet krijgen. Het gewicht blijft dan misschien ongeveer gelijk.

Voel rustig langs:

- *de ruggengraat;*
- *de schouders;*
- *de heupen;*
- *de achterpoten.*

Worden de botten duidelijker voelbaar? Lijken de achterpoten dunner of zwakker? Bespreek dit dan met de dierenarts.

Voldoende voeding, eiwit, beweging en behandeling van pijn helpen bij het behouden van spieren.

Meer drinken en plassen

Sommige mensen denken dat extra drinken gewoon bij ouder worden hoort.

Dat is niet zo.

Meer drinken en plassen kan onder andere passen bij:

- *nierproblemen;*
- *diabetes;*
- *een te snel werkende schildklier;*
- *leverproblemen;*
- *bepaalde medicijnen;*
- *andere ziekten.*

Let op:

- *een waterbak die sneller leeg is;*
- *vaker bij de kraan zitten;*
- *grotere plasballen in de kattenbak;*
- *vaker naar de bak gaan;*
- *naast de bak plassen;*
- *veel dorst in de nacht.*

Merk je een duidelijke verandering? Maak dan een afspraak.

 **Mira vertelt:**

“Als mijn waterbak opeens veel sneller leeg is, vertel ik met mijn dorst misschien iets belangrijks.”

Nierproblemen

Chronische nierziekte komt regelmatig voor bij oudere katten.

De nieren werken dan steeds minder goed. In het begin zijn de klachten soms heel klein.

Mogelijke signalen zijn:

- *meer drinken;*
- *meer plassen;*
- *afvallen;*
- *minder eten;*
- *misselijkheid;*
- *overgeven;*
- *een doffe vacht;*
- *een vreemde geur uit de bek;*
- *minder energie;*
- *uitdroging.*

Met bloedonderzoek, urineonderzoek en een bloeddrukmeting kan de dierenarts de nieren beoordelen.

Een nierziekte kan meestal niet volledig worden genezen. Met passende voeding, medicijnen en goede begeleiding kan een kat zich vaak nog lange tijd prettig voelen.

Begin niet op eigen initiatief met een nierdieet. Laat eerst onderzoeken of dit werkelijk nodig is.

Een te snel werkende schildklier

Een overactieve schildklier komt vooral bij oudere katten voor.

Het lichaam gaat als het ware te hard werken.

Mogelijke signalen zijn:

- *afvallen terwijl de eetlust goed of groter is;*
- *onrust;*
- *veel miauwen;*
- *meer drinken en plassen;*
- *overgeven;*
- *diarree;*
- *een snelle hartslag;*
- *een onverzorgde vacht;*
- *slecht tegen warmte kunnen.*

Niet iedere kat heeft alle klachten. Sommige senioren worden juist stiller.

Een bloedonderzoek kan helpen om het probleem te ontdekken.

Diabetes

Bij diabetes kan het lichaam de bloedsuiker niet goed regelen.

Let onder andere op:

- *veel drinken;*
- *veel plassen;*
- *afvallen;*
- *meer of juist minder honger;*

- *minder energie;*
- *zwakkere achterpoten;*
- *een onverzorgde vacht.*

Overgewicht vergroot het risico, maar ook katten met een normaal gewicht kunnen diabetes krijgen.

Vroege behandeling is belangrijk. Laat opvallende dorst of gewichtsverlies altijd onderzoeken.

Hoge bloeddruk

Hoge bloeddruk geeft niet altijd meteen duidelijke klachten.

Het kan onder andere samenhangen met nierproblemen of een te snel werkende schildklier.

Mogelijke signalen zijn:

- *plotseling slecht of niet meer zien;*
- *grote pupillen;*
- *tegen meubels aanlopen;*
- *onrust;*
- *anders miauwen;*
- *verward gedrag;*
- *toevallen.*

Een bloeddrukmeting doet meestal geen pijn en kan tijdens een seniorencontrole worden uitgevoerd.

Plotseling verlies van zicht is spoed. Bel direct de dierenarts.

Artrose en pijnlijke gewrichten

Artrose is slijtage van de gewrichten. Het komt veel voor bij oudere katten.

Een kat met artrose loopt lang niet altijd duidelijk mank.

Let op:

- *minder hoog springen;*
- *aarzelen voor een sprong;*
- *moeite met traplopen;*
- *stijver lopen na het slapen;*
- *minder spelen;*
- *meer slapen;*
- *moeite met wassen;*
- *boos reageren bij aanraken;*
- *buiten de kattenbak plassen;*
- *de nagels minder goed verzorgen.*

Pijn hoeft niet bij ouder worden te horen. De dierenarts kan verschillende manieren bespreken om het leven comfortabeler te maken.

Geef nooit menselijke pijnstillers. Paracetamol en ibuprofen zijn gevaarlijk voor katten.

 *Mira zegt:*

“Als ik niet meer op mijn favoriete plek spring, ben ik niet lui. Misschien doen mijn gewrichten gewoon pijn.”

Maak het huis vriendelijker voor stijve pootjes

Kleine aanpassingen kunnen een groot verschil maken.

Denk aan:

- *een opstapje bij de bank;*
- *een krukje naast het bed;*
- *een loopplank naar een hoge plek;*
- *antislipmatjes;*
- *een kattenbak met lage instap;*
- *voer en water op een makkelijk bereikbare plek;*
- *brede, stabiele slaapplekken;*
- *een krabplank op de grond.*

Zet belangrijke spullen op meerdere plaatsen. Zo hoeft een senior niet steeds ver te lopen of een trap te gebruiken.

Laat favoriete hoge plekken niet meteen verdwijnen. Maak ze veilig bereikbaar met tussenstapjes.

Het gebit

Pijn aan tanden en kiezen komt veel voor.

Katten blijven soms eten terwijl hun bek flink pijn doet.

Let op:

- *een vieze geur uit de bek;*
- *kwijlen;*

- *rood of bloedend tandvlees;*
- *brokjes laten vallen;*
- *aan één kant kauwen;*
- *alleen zachte voeding willen;*
- *met de poot langs de bek gaan;*
- *minder eten;*
- *boos reageren bij aanraken rond de kop.*

Laat het gebit regelmatig controleren.

Tandsteen is niet het enige probleem. Ook onder het tandvlees kunnen pijnlijke afwijkingen zitten die je thuis niet kunt zien.

Minder goed eten

Een oudere kat kan minder goed ruiken of proeven. Daardoor wordt eten soms minder aantrekkelijk.

Toch moet een senior goed blijven eten.

Minder eetlust kan ook komen door:

- *gebitspijn;*
- *misselijkheid;*
- *nierproblemen;*
- *verstopping;*
- *pijn;*
- *infectie;*

- stress;
- een andere ziekte.

Warm natvoer heel licht op zodat het sterker ruikt. Zorg dat het nooit heet is.

Geef kleine, verse porties op een rustige plek.

Eet een senior duidelijk minder of helemaal niet? Neem dezelfde dag contact op met de dierenarts. Wacht niet meerdere dagen af.

Voldoende vocht

Oudere katten hebben baat bij voldoende vocht.

Je kunt helpen met:

- compleet natvoer;
- een klein beetje water door het natvoer;
- meerdere drinkbakjes;
- brede, lage schalen;
- vers water op rustige plekken;
- een drinkfontein als dat prettig wordt gevonden.

Zet water liever niet direct naast eten of de kattenbak.

Extra vocht aanbieden is fijn. Heel veel drinken blijft een reden voor onderzoek.

Verstopping

Oudere katten kunnen makkelijker last krijgen van harde ontlasting.

Dat kan komen door:

- *te weinig vocht;*
- *minder beweging;*
- *pijn bij het hurken;*
- *nierproblemen;*
- *bepaalde medicijnen;*
- *haarballen;*
- *een andere aandoening.*

Let op:

- *lang persen;*
- *kleine, harde drolletjes;*
- *minder vaak poepen;*
- *miauwen op de bak;*
- *overgeven;*
- *minder eten;*
- *een pijnlijke buik.*

Perst een kat zonder resultaat of wordt hij ziek? Bel dan de dierenarts.

Geef niet zomaar olie, laxermiddelen of een klysma voor mensen. Sommige middelen zijn gevaarlijk voor katten.

Onzindelijkheid

Een senior die naast de kattenbak plast of poept, doet dit niet uit koppigheid.

Mogelijke oorzaken zijn:

- *pijn bij instappen;*
- *stijve gewrichten;*
- *blaasproblemen;*
- *nierproblemen;*
- *diabetes;*
- *verstopping;*
- *stress;*
- *de weg niet goed kunnen vinden;*
- *een andere kat die de bak bewaakt.*

Zet meerdere ruime bakken neer met een lage instap. Kies rustige en makkelijk bereikbare plekken.

Laat nieuwe onzindelijkheid altijd medisch onderzoeken en straf nooit.

Minder goed zien of horen

Het zicht en gehoor kunnen achteruitgaan.

Een kat die minder goed hoort, kan:

- *harder miauwen;*
- *niet reageren wanneer je roept;*
- *schrikken als je hem aanraakt;*
- *diep slapen.*

Een kat die minder goed ziet, kan:

- *tegen spullen aanlopen;*

- *aarzelen bij springen;*
- *de weg kwijt lijken;*
- *vooral in het donker onzeker zijn.*

Verplaats meubels niet onnodig. Benader een dove kat rustig in beeld en stamp eventueel zacht op de vloer voordat je hem aanraakt.

Een nachtlampje kan helpen bij onzekerheid in het donker.

Plotseling slecht zien is geen gewone ouderdom en moet direct worden onderzocht.

Verwardheid en dementie

Ook katten kunnen op oudere leeftijd veranderingen in hun geheugen en oriëntatie krijgen.

Mogelijke signalen zijn:

- *'s nachts hard miauwen;*
- *doelloos rondlopen;*
- *naar een muur staren;*
- *de weg kwijt zijn in huis;*
- *vergeten waar de kattenbak staat;*
- *een veranderd slaapritme;*
- *opeens angstiger zijn;*
- *anders reageren op vertrouwde mensen.*

Deze signalen kunnen ook veroorzaakt worden door pijn, hoge bloeddruk, schildklierproblemen, slecht zien of een andere ziekte.

Laat je senior daarom eerst uitgebreid onderzoeken.

Blijkt er sprake van achteruitgang in de hersenen? Dan kunnen een vaste dagindeling, nachtlampjes en kleine aanpassingen rust geven.

Mira vertelt:

“Als een oude kat 's nachts roept, is hij niet vervelend. Misschien voelt zijn vertrouwde huis even minder vertrouwd.”

De vacht vertelt mee

Een gezonde senior hoort zichzelf nog zo goed mogelijk te kunnen verzorgen.

Een doffe, vettige of klittende vacht kan betekenen dat:

- *wassen pijn doet;*
- *de kat zich ziek voelt;*
- *hij te zwaar is;*
- *hij te mager wordt;*
- *het gebit pijn doet;*
- *hij bepaalde plekken niet meer bereikt.*

Help voorzichtig met een zachte borstel. Trek niet hard aan klitten.

Oudere katten hebben soms minder bescherming rond hun botten. Borstel daarom zacht en let op pijnlijke plekken.

Grote klitten kun je veilig door een professionele trimmer of dierenarts laten verwijderen. Knip niet dicht langs de dunne kattenhuid.

Controleer de nagels

Nagels slijten bij senioren soms minder goed.

Ze kunnen:

- te lang worden;*
- in het voetzooltje groeien;*
- blijven haken in stoffen;*
- dikker of brozer worden.*

Controleer de pootjes regelmatig.

Laat de dierenarts of assistent voordoen hoe je nagels veilig knipt. Knip nooit zomaar ver terug, want in de nagel lopen bloedvaatjes en zenuwen.

Bultjes en veranderingen aan de huid

De kans op gezwellen neemt toe met de leeftijd.

Voel tijdens een rustig aaimoment voorzichtig over het lichaam.

Let op:

- nieuwe bultjes;*
- groeiende plekjes;*
- wondjes die niet genezen;*
- korsten;*
- veranderde tepels;*
- zwelling;*
- pijnlijke plekken.*

Een bultje hoeft niet kwaadaardig te zijn. Alleen onderzoek kan vertellen wat het is.

Wacht niet tot het groot wordt. Kleine plekjes zijn vaak makkelijker te onderzoeken en behandelen.

Beweging blijft belangrijk

Ook een senior heeft beweging nodig.

Rustige beweging helpt bij:

- *het behouden van spieren;*
- *soepele gewrichten;*
- *een gezond gewicht;*
- *de stoelgang;*
- *plezier en zelfvertrouwen;*
- *het wakker houden van de hersenen.*

Speel kort en passend bij wat nog prettig voelt.

Denk aan:

- *rustig hengelspel;*
- *een speeltje langzaam over de vloer bewegen;*
- *brokjes zoeken;*
- *een eenvoudige voerpuzzel;*
- *kleine stapjes naar een verhoging.*

Laat gladde en wilde sprongen liever achterwege bij stijve gewrichten.

Stop wanneer de kat moe of geïrriteerd raakt.

Rust en warmte

Oudere katten slapen vaak meer en kunnen sneller koud worden.

Zorg voor verschillende warme, zachte slaapplekken.

Een fijne slaapplek is:

- *tochtvrij;*
- *rustig;*
- *makkelijk bereikbaar;*
- *breed en stabiel;*
- *niet te dicht bij drukte;*
- *warm zonder heet te worden.*

Gebruik je een warmtemat? Kies een veilig product voor huisdieren en zorg dat de kat altijd van de warmtebron weg kan.

Routine geeft veiligheid

Grote veranderingen kunnen voor een oudere kat extra spannend zijn.

Probeer vaste momenten te houden voor:

- *eten;*
- *medicijnen;*
- *spelen;*
- *slapen;*

- *aandacht.*

Moet er iets veranderen? Doe dit dan zo rustig mogelijk.

Verplaats niet tegelijk het voer, water, mandje en de kattenbak. Laat vertrouwde geuren en spullen zo veel mogelijk staan.

Medicijnen bij een senior

Geef alleen medicijnen die voor deze kat zijn voorgeschreven.

Oudere nieren en lever kunnen geneesmiddelen anders verwerken. Een middel dat vroeger goed ging, hoeft nu niet automatisch nog passend te zijn.

Geef nooit:

- *menselijke pijnstillers;*
- *oude medicijnen van een ander dier;*
- *een dubbele dosis na een vergeten gift;*
- *supplementen zonder overleg.*

Lukt het geven van een pil niet? Bespreek dit eerlijk. Soms bestaat er een vloeistof, pasta, andere vorm of een makkelijker schema.

Een behandeling moet niet alleen medisch helpen, maar thuis ook veilig uitvoerbaar zijn.

Houd een seniordagboek bij

Kleine veranderingen vallen sneller op wanneer je ze opschrijft.

Noteer bijvoorbeeld:

- *het gewicht;*

- *de eetlust;*
- *drinken en plassen;*
- *ontlasting;*
- *overgeven;*
- *medicijnen;*
- *bewegen en springen;*
- *gedrag in de nacht;*
- *goede en minder goede dagen.*

Maak filmpjes van veranderingen in lopen, springen of gedrag. In de behandelkamer kan een kat zich anders gedragen dan thuis.

Zo krijgt de dierenarts een beter beeld.

Kwaliteit van leven

Bij een oudere kat draait goede zorg niet alleen om langer leven. Het gaat ook om prettig leven.

Stel jezelf regelmatig vragen:

- *Eet hij met plezier?*
- *Kan hij comfortabel rusten?*
- *Heeft hij nog interesse in contact?*
- *Kan hij zonder veel pijn bewegen?*
- *Gebruikt hij de kattenbak?*
- *Verzorgt hij zichzelf?*

- *Zijn er meer goede dan moeilijke dagen?*
- *Geniet hij nog van zijn favoriete dingen?*

Schrijf goede en minder goede dagen op.

Is het lastig om te beoordelen hoe het gaat? Bespreek dit met de dierenarts. Je hoeft zo'n moeilijke afweging niet alleen te maken.

Mira's boodschap:

“Liefde is soms spelen en knuffelen. Liefde is ook eerlijk kijken of een oude kat zich nog fijn voelt en hulp vragen wanneer dat niet zo is.”

Wanneer bel je direct?

Neem direct contact op wanneer een senior:

- *moeilijk of met open bek ademt;*
- *niet kan plassen;*
- *plotseling niet kan staan;*
- *één of meer poten niet kan gebruiken;*
- *plotseling blind lijkt;*
- *instort;*
- *een aanval krijgt;*
- *veel bloed verliest;*
- *hevige pijn heeft.*

Bel dezelfde dag wanneer hij:

- *niet of bijna niet eet;*
- *herhaaldelijk overgeeft;*
- *opvallend veel drinkt;*
- *snel afvalt;*
- *erg slap is;*
- *niet kan poepen;*
- *plotseling heel anders doet.*

Bij twijfel mag je altijd bellen.

Veelgestelde vragen

Vanaf welke leeftijd is een kat senior?

Vanaf ongeveer zeven jaar is extra aandacht verstandig.

Vanaf tien tot twaalf jaar worden controles en aanpassingen vaak nog belangrijker.

Is veel slapen normaal?

Oudere katten slapen vaak meer.

*Slaapt een kat plotseling veel meer, verstopt hij zich of verliest hij interesse?
Laat hem dan controleren.*

Is afvallen normaal bij ouder worden?

Nee.

Een oudere kat kan voeding minder goed opnemen, maar afvallen kan ook door ziekte komen. Laat onverklaarbaar gewichtsverlies altijd onderzoeken.

Waarom drinkt mijn senior zoveel?

Meer drinken kan passen bij nierproblemen, diabetes, schildklierproblemen of een andere aandoening.

Maak een afspraak bij een duidelijke verandering.

Heeft een oude kat minder beweging nodig?

De beweging mag rustiger worden, maar blijft belangrijk.

Korte speelmomenten en veilige looproutes helpen de spieren en gewrichten.

Moet iedere senior speciaal seniorvoer krijgen?

Nee.

Het juiste voer hangt af van gewicht, spiermassa, gezondheid en eetlust. Het woord 'senior' op de verpakking vertelt niet alles.

Waarom miauwt mijn oude kat 's nachts?

Hij kan pijn hebben, minder goed zien of horen, verward raken of een medische aandoening hebben.

Laat nieuw nachtelijk roepen onderzoeken.

Hoe vaak moet een senior naar de dierenarts?

Voor veel senioren is minimaal iedere zes maanden een controle verstandig.

Een zeer oude of chronisch zieke kat kan vaker controle nodig hebben.

Het Poezenliefde-stappenplan

- 1. Weeg je senior iedere twee tot vier weken.*
- 2. Let op veranderingen in eten, drinken en plassen.*
- 3. Voel voorzichtig naar spieren en bultjes.*
- 4. Laat gebit, bloeddruk, bloed en urine regelmatig controleren.*
- 5. Kijk goed naar springen, lopen en wassen.*
- 6. Maak voer, water, mandjes en kattenbakken makkelijk bereikbaar.*
- 7. Zorg voor warme rustplekken en rustige beweging.*
- 8. Geef nooit medicijnen zonder overleg.*
- 9. Houd veranderingen bij in een dagboek.*
- 10. Vraag op tijd hulp en schrijf klachten niet zomaar toe aan ouderdom.*

Wat mag je onthouden?

Ouder worden vraagt om extra aandacht, maar hoeft niet te betekenen dat een kat zich slecht moet voelen.

Met:

- regelmatige controles;*

- *een comfortabel huis;*
- *passende voeding;*
- *voldoende vocht;*
- *rustige beweging;*
- *pijnbehandeling wanneer nodig;*
- *veel liefde en aandacht;*

kan een senior nog lang genieten van fijne dagen.

Mira's boodschap:

“Een ouder poezenkind loopt misschien wat langzamer, maar zijn behoefte aan liefde blijft even groot. Kijk naar de kleine veranderingen, maak het leven een beetje makkelijker en koester ieder zacht kopje, ieder spinnend dutje en ieder mooi moment samen.”

www.poezenliefde.nl | Waar iedere kat een bijzonder plekje verdient