

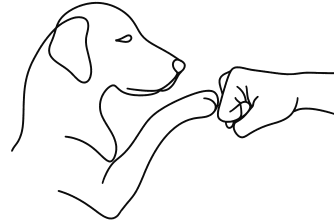
Din hunds CHECKLISTA

Är din hunds symtom kopplade till tarmhälsan?

Gå igenom checklistan och kryssa i allt som stämmer på din hund.

Mat & aptit

- ☐ Kräsen
- ☐ Dålig aptit
- ☐ Skeptisk till ny mat
- ☐ Äter gräs, jord eller andra olämpliga saker ute



Mage & tarm

- ☐ Uppblåst mage
- ☐ Sura uppstötningar
- ☐ Illamående
- ☐ Ont i magen
- ☐ Gaser
- ☐ Slemmig avföring
- ☐ Diarré
- ☐ Förstoppning

Kroppens signaler

- ☐ Klåda
- ☐ Öronproblem
- ☐ Rinnande ögon
- ☐ Röda eller irriterade tassar
- ☐ Hot spots
- ☐ Problem med analsäckarna
- ☐ Krummar ryggen
- ☐ Bugar ofta eller sträcker ut magen

Fokus & energi

- ☐ Svårt att koncentrera sig
- ☐ Ojämn energinivå
- ☐ Svårt att varva ner

Sömn & återhämtning

- ☐ Orolig sömn
- ☐ Vaknar ofta under natten
- ☐ Har svårt att slappna av och vila
- ☐ Återkämtar sig långsamt efter aktivitet eller stress

Beteende & känslor

- ☐ Blir lätt frustrerad
- ☐ Humörsvängningar
- ☐ Har svårt att hantera nya situationer
- ☐ Oro eller rastlöshet



Din hunds CHECKLISTA

Ditt resultat

Hur många rutor kryssade du i?



0-3 symtom

Det behöver inte betyda att allt är i balans, men det kan vara klokt att fortsätta hålla koll på din hunds hälsa och förebygga problem.

4 eller fler symtom

Om du kryssade i fyra eller fler av punkterna finns det en stor sannolikhet att symtomen hänger ihop med vad som händer inne i kroppen.

Det kan till exempel handla om:

- obalans i tarmfloran
- näringsbrister
- inflammationer
- ett obalanserat pH i magen
- nedsatt matsmältning
- andra faktorer som påverkar både immunförsvar, mage, hjärna, känslor och beteende.

Symtomen är ofta kroppens sätt att berätta att något behöver uppmärksammas – inte bara dämpas.

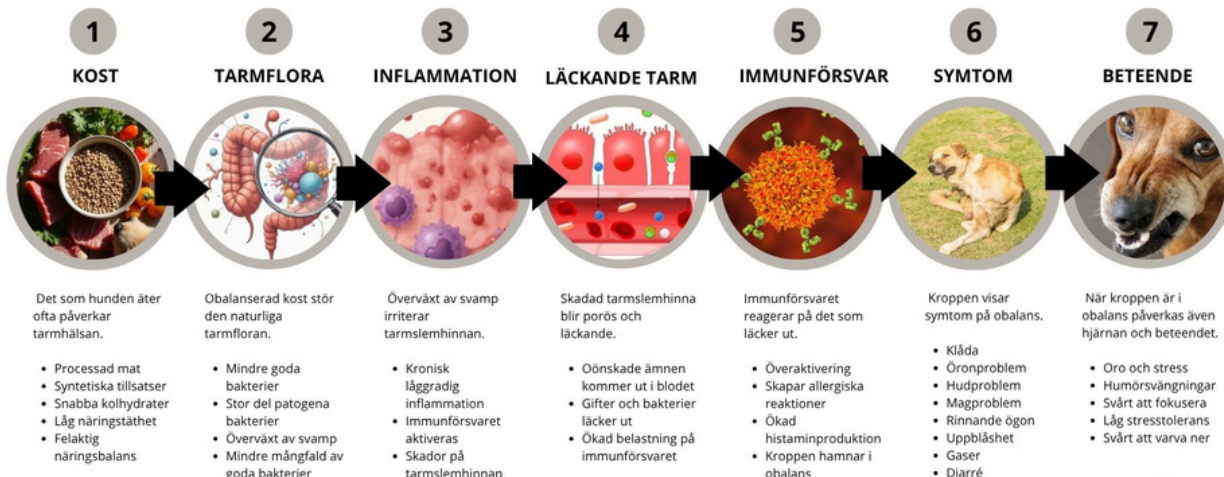
God tarmhälsa - nyckeln till hundens välmående

Obalanserad kost kan ge en obalanserad tarmflora. När tarmfloran hamnar i obalans kan jästsvampar, som Candida, få bättre förutsättningar att växa. Det kan irritera tarmslemhinnan och bidra till inflammation.

En långvarig inflammation kan påverka tarmens skyddsbarriär och göra den mer genomsläpplig, något som ofta kallas "läckande tarm". När tarmen inte fungerar optimalt kan immunförsvaret reagera kraftigare och olika symtom kan uppstå. Tarmen påverkar också hjärnan. Om det finns inflammation i tarmen skickas stressignaler till hjärnan, vilket kan påverka både känslor, beteende och förmågan att koppla av.

SÅ HÄNGER ALLT IHOP

Från kost till symptom och beteende



Det börjar i tarmen och allt hänger ihop

När vi stödjer tarmhälsan, stöttar vi hela hundens välmående - fysiskt, mentalt och känslomässigt.



Jag vill hitta orsaken – inte bara dämpa symtomen

Den traditionella lösningen vid många hud- och magproblem är ofta att undvika vissa proteiner. Men hundar har ätit animaliskt protein under hela sin utveckling. Därför ställer jag frågan: Varför fungerar det inte längre för vissa hundar?

Jag vill förstå vad som belastar kroppen. Vad kan vi ta bort? Vad kan vi lägga till? Hur kan vi ge kroppen rätt förutsättningar att läka med hjälp av naturlig och näringsrik kost?

Mitt mål:

Jag vill hjälpa hundägare att förstå sin hunds kropp på djupet. När vi hittar grundorsaken och stöttar kroppen med rätt näring kan vi skapa bättre förutsättningar för ett friskt, starkt och hälsosamt liv. Det är vad våra hundar förtjänar.

“Min pudel hade länge haft en känslig mage och jag visste inte riktigt vad jag skulle göra. Under kostrådgivningen fick jag inte bara konkreta råd om maten, utan också en förståelse för varför problemen uppstod. Åsa tog sig tid att lyssna och förklarade allt på ett lugnt och tydligt sätt. Jag känner mig mycket tryggare i hur jag ska hjälpa min hund framöver. Vi har redan sett positiva förändringar och jag vet att jag kommer att återkomma om fler frågor dyker upp. Jag kan varmt rekommendera Hundkultur till alla som vill förstå sin hunds hälsa på djupet.



Veronica & Lycke

Våra hundar ska få leva ett hälsosamt och friskt liv. Boka en kostrådgivning så får du individanpassad hjälp för just din hund.

Åsa Haraldsson - Nutritionsspecialist & Hundbeteendeutredare