

2020

Preventie voor overgewicht bij katten



Auteur: A. van Zalk

Titelpagina

Titel: Preventie voor overgewicht bij katten

Naam student: Alice van Zalk
A/D Veterinair praktijkmanager
Zuiderzeestraatweg west 95 A
8085 AC Doornspijk
06 310 60 216
alicevanzalk@hotmail.com

Afstudeerdocent: Sandra Haven
Aeres Hogeschool Dronten
De Drieslag 4
8252 JZ Dronten
s.haven@aeres.nl

Opleidingsinstituut: Aeres Hogeschool Dronten
De Drieslag 4
8252 JZ Dronten
088 020 6000
info.hogeschool.dronten@aeres.nl

Plaats en datum Doornspijk, 8 juni 2020

DISCLAIMER

Dit rapport is gemaakt door een student van Aeres Hogeschool als onderdeel van zijn/haar opleiding. Het is géén officiële publicatie van Aeres Hogeschool. Dit rapport geeft niet de visie of mening van Aeres Hogeschool weer. Aeres Hogeschool aanvaardt geen enkele aansprakelijkheid voor enige schade voortvloeiend uit het gebruik van de inhoud van dit rapport.

Voorwoord

Het rapport is opgesteld als afstudeerwerkstuk voor de opleiding A/D veterinaire praktijkmanager. In dit rapport wordt er onderzoek gedaan naar hoe een praktisch preventieplan eruit ziet in een dierenartspraktijk voor katten met overgewicht. Het doel van het onderzoek is om meer preventieve zorg via de dierenartspraktijk in te zetten voor het stadium overgewicht in plaats van bij het stadium obesitas. Het veldonderzoek vindt plaats op de stagelocatie: dierenziekenhuis Nunspeet.

Graag bedank ik het team van dierenziekenhuis Nunspeet voor het enthousiasme, openheid en motivatie gedurende het onderzoek. Daarnaast bedank ik in het bijzonder Anne van der Veen (*praktijkmanager, dierenziekenhuis Nunspeet*) voor de begeleiding en ondersteuning gedurende de stageperiode. Als laatste wil ik Sandra Haven (*docent Aeres Hogeschool*) bedanken voor de begeleiding en ondersteuning tijdens het afstudeerwerkstuk.

Alice van Zalk
Doornspijk, juni 2020

Inhoudsopgave

Titelpagina	2
Voorwoord	3
Samenvatting.....	5
Summary	6
Hoofdstuk 1. Inleiding	7
1.1 Wat is overgewicht?	7
1.2 Oorzaken van overgewicht.....	7
1.3 Risicofactoren	8
1.4 Wat zijn de gezondheidsrisico's van overgewicht?	8
1.5 Behandeling van overgewicht	8
1.6 Preventie van overgewicht.....	9
Hoofdstuk 2. Materiaal en methode	11
2.1 Planning	12
Hoofdstuk 3. Resultaten	13
3.1 Effectieve maatregelen bij de preventie van overgewicht in de humane sector	13
3.1.1 Gezonde levensstijl.....	13
3.1.2 Gecombineerde leefstijlinterventie	14
3.2 Effectieve maatregelen bij de preventie van overgewicht bij gezelschapsdieren	14
3.2.1 Effectieve communicatie	16
3.3 Welke maatregelen zijn realistisch en praktisch inzetbaar voor dierenartsen en paraveterinair?	17
Hoofdstuk 4. Discussie.....	20
Hoofdstuk 5. Conclusie en aanbevelingen	22
Bibliografie	24
Bijlage	27
I Diepte-interview: Simeon Goudekettering (<i>dierenarts</i>).....	27
II Diepte-interview: Tessa Logtenberg (<i>dierenarts</i>).....	28
III Diepte-interview: Ilse van Ommeren (<i>paraveterinair</i>).....	30

Samenvatting

Overgewicht is een maatschappelijk probleem die elk jaar toeneemt. In Nederland lijdt naar schatting 50% van de katten aan overgewicht. Er is niet één specifieke oorzaak, maar er zijn meerder aspecten die een rol spelen bij ontwikkeling van overgewicht. Overgewicht bij katten is een complex probleem met als gevolg ernstige gezondheidsklachten. Het lijkt simpel om de problematiek omtrent overgewicht op te lossen, echter blijken er weinig succesvolle maatregelen te zijn om het complexe probleem te kunnen bestrijden. De preventieve zorg voor overgewicht bij katten is van cruciaal belang om bewustwording te creëren in het gedrag van de eigenaar en om de kwaliteit van leven en levensduur van de kat te behouden. De dierenartspraktijk speelt een belangrijke rol in het informeren en adviseren van de eigenaar en het monitoren van het huisdier. In dit rapport wordt er onderzoek gedaan naar hoe een praktisch preventieplan eruit ziet in een dierenartspraktijk voor katten bij overgewicht. Het doel van het onderzoek is om meer preventieve zorg via de dierenartspraktijk in te zetten voor het stadium overgewicht in plaats van bij het stadium obesitas.

Er zijn talloze overeenkomsten tussen overgewicht bij mensen en gezelschapsdieren. In de humane sector worden maatregelen als het bevorderen van een gezonde levensstijl of het aanbieden van de Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI) ingezet om de prevalentie omtrent overgewicht te verminderen. De levensstijl en omgeving van mensen wordt gedeeld in de omgang met huisdieren. De band tussen mens en dier is sterk en kan worden benut om succesvolle programma's te creëren. De basis van een succesvol programma omvat strategische communicatie vanuit het personeel van een dierenartspraktijk. Uit de input van dierenartsen en paraveterinairers blijkt dat de preventie van overgewicht bij katten begint bij het eerste bezoek aan de dierenarts. Hulpmiddelen als kittenconsultatie, voorlichting of het huisdieren zorgplan kunnen dierenartspraktijken ondersteuning geven bij het aanbieden van de preventieve zorg voor katten bij overgewicht.

Een praktisch preventieplan in een dierenartspraktijk voor katten bij overgewicht is per individuele patiënt verschillend, omdat er bij elke individuele patiënt én eigenaar verschillende factoren een rol spelen. Het advies is dan ook om een praktisch preventieplan voor overgewicht bij katten per patiënt '*op maat*' te maken. De basis van een realistisch en praktisch preventieplan wordt gevormd door dierenartsen en paraveterinairers. Belangrijke factoren zijn de effectieve communicatie, het eerste levensjaar van de kat, het inzicht van een eigenaar en de proactieve houding van een dierenartspraktijk.

Summary

Being overweight is a social problem that is increasing every year. In the Netherlands, an estimated 50% of cats are overweight. There is not one specific cause, but there are several aspects that play a part in the development of overweight. Overweight in cats is a complex problem, resulting in serious health problems. It seems simple to solve the problem of overweight, but there appear to be few successful measures to deal with the complex problem. Preventive care for overweight in cats is critical to create awareness in the owner's behaviour and to maintain the quality of life and longevity of the cat. The veterinary practice plays an important role in informing and advising the owner and monitoring the pet. In this report investigates what a practical prevention plan looks like in a veterinary practice for overweight in cats. The aim of the research is to use more preventive care in the veterinary practice for the overweight stage instead of the obesity stage.

There are numerous similarities between overweight in humans and pets. In the human sector, measures such as promoting a healthy lifestyle or offering the Combined Lifestyle Intervention (GLI), are used to reduce the prevalence of overweight. People's lifestyles and environment are shared in the intercourse with pets. The bond between humans and animals is strong and can be used to create successful programs. The foundation of a successful program includes strategic communication from the staff of a veterinary practice. The input from veterinarians and veterinary scientists shows that the prevention of overweight in cats starts at the first visit to the vet. Tools such as kitten consultation, information or the pet care plan can support veterinary practices in offering preventive care for overweight in cats.

A practical prevention plan in a veterinary practice for overweight cats differs per individual patient, because different factors play a part in each individual patient and owner. The advice is therefore to make a practical prevention plan for overweight in cats "per patient". The basis of a realistic and practical prevention plan is formed by veterinarians and vet assistants. Important factors are the effective communication, the cat's first year of life, the insight of an owner and the proactive attitude of a veterinary practice.

Hoofdstuk 1. Inleiding

In een tijd waarin het coronavirus zich in Nederland verspreid, valt op dat 80% van de opgenomen patiënten op de intensive care met het virus kampt met overgewicht. Het virus tast de longen aan, waardoor patiënten met overgewicht en dus een zwaardere borstkast, moeilijker adem kunnen halen (NOS, 2020). Overgewicht is een maatschappelijk probleem die elk jaar toeneemt. Sinds 1990 wordt de Nederlandse bevolking jaarlijks uitgevraagd door middel van een enquête over lengte en gewicht. In 1990 had één op de drie volwassen Nederlanders overgewicht (35,1%). Sindsdien is het aantal Nederlanders met overgewicht sterk gestegen tot de helft van de volwassenen (50,1%). Maar ook ruim 13% van de kinderen van 4 tot en met 17 jaar heeft overgewicht (Volksgezondheidszorg, 2020).

Er zijn talloze overeenkomsten tussen overgewicht bij mensen en gezelschapsdieren (Bomberg, 2017). In Nederland leven 2,64 miljoen katten (Fediaf, 2019). Naar schatting lijdt 50% van deze katten aan overgewicht, zo blijkt uit een onderzoek in 2018 van Ronald Jan Corbee, specialist klinische voeding bij de universiteitskliniek voor gezelschapsdieren. Katten met overgewicht zitten 10-19% boven het ideale gewicht en katten met obesitas minstens 20% boven het ideale gewicht (Timmer, 2019).

1.1 Wat is overgewicht?

‘Overgewicht is een gezondheidsrisico waarbij het lichaamsgewicht en de lichaamslengte niet meer in de juiste verhouding zijn. Het lichaam krijgt met andere woorden meer energie binnen dan er wordt verbruikt’ (Ensie, 2015). Bij overgewicht is er te veel overtollig vet in het lichaam opgeslagen. De oorzaak hiervan is dat het lichaam meer voedingsstoffen binnen krijgt dan dat het lichaam in energiebehoefte nodig heeft. Het lichaam neemt de noodzakelijke hoeveelheid energie op uit de voedingsstoffen en verbrand deze. Het overschot aan voedingsstoffen wordt als reserve opgeslagen in de vorm van vet.

1.2 Oorzaken van overgewicht

Er is niet één specifieke oorzaak van overgewicht, maar er zijn meerdere aspecten die een rol spelen. De belangrijkste oorzaak van overgewicht is de (te) hoge energie inname van voeding en (te) weinig lichaamsbeweging. Daarnaast leven we in Nederland in een obesogene omgeving. Dit is een omgeving waarin energierijk voedsel (te) makkelijk verkrijgbaar is. Hierdoor is de verleiding tot te veel eten en te veel drinken groot. Door dit aanbod van energierijk voedsel weten consumenten niet wat gezond is en kopen producten met toegevoegde suikers. Maar ook het gemak en de gewoontes, zoals de kant-en-klaar maaltijden of bij de koffie een grote koek spelen een grote rol. Als laatst is Nederland voorzien van een goed wegennet en openbaarvervoer, waardoor er een omgeving wordt gecreëerd waarin beweging niet noodzakelijk is (Voedingscentrum, z.d.).

De levensstijl en omgeving van mensen wordt gedeeld in de omgang met huisdieren (Bomberg, 2017). Eigenaren zien het huisdier als onderdeel van het gezin, waarin het huisdier wordt vermenselijkt. De omgeving van het huisdier wordt grotendeels gecontroleerd door de eigenaar (Mulrooney, 2019). Ook bij huisdieren is een verkeerde verhouding tussen voeding en beweging een oorzaak van overgewicht. Bijvoorbeeld door (te) veel voeding, tussendoortjes of snacks, maar ook het bijvoeren van het huisdier met maaltijdresten. De liefde voor het huisdier wordt geuit door middel van het geven van een snack (Edelman, 2013). Er ontstaat een vicieuze cirkel: het huisdier is te zwaar, bewegen wordt moeilijker en beperkter, waardoor het huisdier nog zwaarder wordt, het huisdier (te) veel voeding binnen voor het beperkte bewegen, waardoor het huisdier nog zwaarder wordt, etcetera. Om uit deze vicieuze cirkel te stappen is voorlichting nodig om bewustwording te creëren over de oorzaak van overgewicht bij het huisdier (Mulrooney, 2019) (Bomberg, 2017).

1.3 Risicofactoren

Bepaalde factoren, zoals het geslacht, ras, leeftijd, neutralisatie en huidige levensstijl, spelen een rol bij een verhoogde kans op overgewicht bij katten. Na sterilisatie of castratie neemt de energiebehoefte af met +/- 30%, maar de eetlust kan 18-26% toenemen. De leeftijd speelt een rol in de 'hoeveelheid' lichamelijke activiteiten van de kat. Oudere huisdieren zijn minder actief, waardoor de caloriebehoefte verminderd (*Royal Canin, z.d.*) (*Day, 2017*) .

Risicofactoren vanuit de eigenaar bij overgewicht bij katten zijn onder meer het gezinsinkomen van de eigenaar en de bewegingsmomenten. Eigenaren met overgewicht of obesitas hebben een lager netto inkomen dan eigenaren met een normaal gewicht. Ook nemen eigenaren met overgewicht of obesitas minder vaak deel aan regelmatige lichaamsbeweging. Daarnaast wordt overgewicht bij katten geassocieerd met de nauwe band tussen de eigenaar en de kat. Eigenaren met een normaal gewicht spelen vaker met de kat dan eigenaren met overgewicht en vonden dat de kat vaker uitnodigde om te spelen en met grotere verscheidenheid aan objecten speelden (*Day, 2017*).

1.4 Wat zijn de gezondheidsrisico's van overgewicht?

Overgewicht heeft talloze gevolgen voor de gezondheid en het welzijn van het huisdier (*Candellone, 2017*). De gezondheidsrisico's kunnen een levenslange impact hebben op een kat, waarbij de gezondheid, kwaliteit van leven en lichamelijke functies worden aangetast. Net als bij mensen wordt het overtollige vet van de (te) veel ingenomen voeding opgeslagen als reserve in het lichaam, omdat het lichaam minder energie verbruikt dan dat het binnenkrijgt. Het brengt de organen in verdrinking, waardoor lichamelijke functies worden aangetast. Maar ook het extra gewicht dat een kat moet meedragen geeft een hoge belasting aan het interne systeem, zoals de gewrichten. Naast de gezondheidsrisico's leidt de aandoening tot een verminderde levensverwachting (*Royal Canin, z.d.*).

Van de katten met overgewicht lijdt 80-90% aan diabetes mellitus (*Royal Canin, z.d.*). Bij diabetes wordt er te weinig insuline aangemaakt in het lichaam, waardoor suiker niet kan worden opgenomen in cellen. Voor de behandeling van diabetes zijn dagelijkse injecties met insuline nodig (*MCD, z.d.*). Daarnaast is het immuunsysteem van katten met overgewicht aangetast. Hierdoor zijn de katten vatbaarder voor infecties, zoals urinewegaandoeningen (ontsteking of gruisvorming) (*Royal Canin, z.d.*). Ook ontstaat er door de zwaarlijvigheid en de beperkte mate van lichaamsbeweging een overbelasting van gewrichten en spieren. Hierdoor ontstaan aandoeningen als artritis (ontsteking van het gewricht) en artrose (onomkeerbare schade aan het gewricht). Katten met overgewicht lopen het risico op: endocriene disfunctie (schildklier maakt te weinig -hormoon aan, ziekte van Cushing), mondziekten, pancreatitis (ontsteking van de alvleesklier), neoplasie (vorming van goed- of kwaadaardige gezwellen), huid- en vachtproblemen en leververvetting.

Daarnaast hebben huisdieren met overgewicht een verhoogd risico tijdens de narcose, omdat het hart een groter bloedvolume in het lichaam moet rondpompen, waardoor de hartspier groter en dikker wordt. Dit heeft als gevolg dat de kransslagaders een 'groter' hart moeten voorzien van bloed. Ook wordt de ademhaling belemmerd door de druk vanuit de buik tegen de longen (*St. Anna ziekenhuis, z.d.*).

1.5 Behandeling van overgewicht

In de humane sector zijn diverse mogelijkheden in het volgen van een dieet, zoals bijvoorbeeld een crashdieet, eiwitrijkdieet, koolhydraatarm dieet of vetarm dieet. Een dieet wordt ingezet om de energie inname lager te krijgen dan het energieverbruik met als doel om gewicht te verliezen. Het nadeel van een dieet is dat er na een korte periode weer wordt overgestapt op de oude gewoontes. Om het streefgewicht vast te kunnen houden is een verandering van de levensstijl nodig: gezonder variërend eten en voldoende lichaamsbeweging (*Voedingscentrum, z.d.*).

Ook in de huisdierensector zijn voor gezelschapsdieren diverse programma's opgezet om eigenaren te begeleiden bij het afvallen van het huisdier (*Binfet, 2018*). Een behandeling bestaat onder anderen uit het inzetten van een (dieet)voeding of aanpassingen in de voeding, gedragstherapie en behandeling met geneesmiddelen. Voor de behandeling van overgewicht is het van belang om te onderzoeken wat de oorzaak is. De oorzaak zal door een medische evaluatie van de hond, waarbij de mate van overgewicht wordt vastgesteld, bij de dierenarts worden beoordeeld.

Een klassieke dieetaanpak onder huisdiereigenaren is het drastisch verminderen van de voeding, waardoor de kat snel gewicht verliest. Een dieetaanpak die overgenomen is uit de humane sector, namelijk het 'crash dieet'. Het gezondheidsrisico van deze aanpak is een verhoogde kans op leververvetting. Leververvetting ontstaat wanneer een kat slechter eet of drastisch minder voeding krijgt aangeboden, waardoor de vetreserves in het lichaam worden aangesproken. De functie van de lever wordt verstoord door de hoeveelheid vet in de lever en het bloed. Dit heeft als gevolg dat de kat misselijk wordt en daardoor nog slechter gaat eten. Er ontstaat een vicieuze cirkel die zich draaiende houdt op de hoeveelheid opgeslagen vet in het lichaam (*MCD, z.d.*).

Daarnaast speelt leververvetting een grote rol bij katten met overgewicht, omdat het te veel aan vet wordt opgeslagen in de lever. Katten zijn extra gevoelig, omdat het lichaam van de kat een groot aantal stoffen niet kan aanmaken, zoals arginine, taurine en vitamine B12. Deze stoffen zijn essentieel bij de afbraak en afvoer van het teveel aan vet in de lever (*diergeneeskunde Utrecht, 2014*).

1.6 Preventie van overgewicht

Sinds 2002 is overgewicht één van de speerpunten van het preventiebeleid van het ministerie van Volksgezondheid, maar ook een doel van het Nationaal Preventieakkoord. In 2019 had 50,1% van de Nederlanders van 18 jaar en ouder matig of ernstig overgewicht, maar ook ruim 13% van de kinderen van 4 tot en met 17 jaar oud heeft overgewicht. Het doel is om overgewicht onder de Nederlanders van 18 jaar en ouder terug te dringen naar 38% en voor kinderen van 4 tot en met 17 jaar oud naar 9,1% (*Volksgezondheidszorg.info, z.d.*). De problematiek omtrent overgewicht is niet op te lossen in één dag, maar vraagt om een verandering in eet- en leefpatroon (*van Rossum, 2020*).

De preventie van overgewicht speelt de belangrijkste rol in de gezondheid en het welzijn van het dier: 'voorkomen is beter, dan genezen'. Toch blijkt uit een onderzoek van Ronald Jan Corbee, specialist klinische voeding bij de universiteitskliniek voor gezelschapsdieren, dat dierenartsen het onderwerp overgewicht lastig bespreekbaar vinden, maar huisdierbezitters wel degelijk openstaan voor het aanpakken van overgewicht bij hun huisdier. Omdat dierenartsen het onderwerp lastig bespreekbaar vinden, wordt de behandeling pas ingezet bij het stadium obesitas (*Universitair Diergeneeskundig Centrum Utrecht, 2018*). Een proactieve houding in de dierenartspraktijk met betrekking tot gewichtsproblematiek zorgt voor een bewustwording bij de eigenaar (*Zoetis, z.d.*). 70% van de eigenaren van honden en katten denkt namelijk dat het huisdier op gezond gewicht is, dit blijkt uit onderzoek van Hill's Pet Nutrition in 2013 (*Edelman, 2013*).

Overgewicht bij katten is een complex probleem met als gevolg ernstige gezondheidsklachten. Succesvol afvallen, betekent het ideale gewicht onderhouden. Dit blijkt voor eigenaren een moeilijk punt, waardoor veel huisdieren in een korte tijd weer aankomen (*Farcas, 2016*). Een onderzoek in 2016 bij honden naar het succes van gewichtsverlies bij het voltooien van een programma toont aan dat een poging tot gewichtsvermindering vaak niet succesvol verloopt. Slechts 32 van de 60 honden (53%) voltooiden het zes maanden durende programma (*Duits, 2016*). De uitdaging bij het inzetten voltooien van een programma tot gewichtsvermindering, blijkt bij katten een nog grotere uitdaging. Uit een onderzoek in 2015 naar het succes van gewichtsverlies bij katten blijkt dat slechts 28 van de 62 katten (45%) met succes het ideale gewicht behaalde (*Deagle, 2015*). De voornaamste oorzaak bij het falen in deze onderzoeken lag bij het einde van het traject. De behandeling was afgerond en het

ideale gewicht behaalt, maar de leefstijlgewoontes weer terug bij af, waardoor 48% van de honden en 46% van de katten na het programma weer waren aangekomen (*Duits, 2016*) (*Deagle, 2015*).

De preventieve zorg is gericht op het voorkomen van overgewicht bij katten. Deze zorg is van cruciaal belang om (1) bewustwording te creëren in het gedrag van de eigenaar en om (2) de kwaliteit van leven en levensduur van de kat te behouden. De dierenartspraktijk speelt daarbij een belangrijke rol in het informeren en adviseren van de eigenaar en het monitoren van het huisdier.

De vraag is dan ook: 'Hoe ziet een praktisch preventieplan eruit in een dierenartspraktijk voor katten bij overgewicht?' Om de vraag te kunnen beantwoorden, zijn er diverse deelvragen opgesteld:

- Welke maatregelen zijn effectief bij de preventie van overgewicht in de humane sector?
- Welke maatregelen zijn effectief bij de preventie van overgewicht bij gezelschapsdieren?
- Welke maatregelen zijn realistisch en praktisch inzetbaar voor dierenartsen en paraveterinair?

Hoofdstuk 2. Materiaal en methode

Naar schatting leidt 50% van de katten aan overgewicht. Voorkomen is beter dan genezen, maar de preventie van overgewicht bij katten is een uitdaging. In dit rapport wordt er onderzoek gedaan naar hoe een praktisch preventieplan eruit ziet in een dierenartspraktijk voor katten met overgewicht. Het doel van het onderzoek is om meer preventieve zorg via de dierenartspraktijk in te zetten voor het stadium overgewicht in plaats van bij het stadium obesitas.

Om inzicht te krijgen in de effectieve maatregelen bij de preventie van overgewicht, in de humane sector en bij gezelschapsdieren, wordt er een literatuuronderzoek gestart. Het doel van het literatuuronderzoek is om bestaande kennis over het onderwerp te verzamelen om te onderzoeken naar wat er al bekend is en welke vragen nog onbeantwoord zijn. Er wordt onder ander kennis opgehaald door wetenschappelijke- en vakliteratuur via Google scholar en Science Direct met zoektermen als: feline / dog / human / prevention / treatment / overweight / results / risks / health. Het literatuuronderzoek geeft antwoord op deelvragen één en twee.

De dierenartspraktijk speelt een grote rol in het onderzoek. Om te onderzoeken welke maatregelen realistisch en praktische inzetbaar zijn voor dierenartsen en paraveterinair, wordt er een kwalitatief onderzoek door middel van diepte-interviews aan dierenartsen en paraveterinair opgezet bij dierenziekenhuis Nunspeet. Dierenziekenhuis Nunspeet is een gezelschapsdierenpraktijk met verschillende vestigingen, gelegen in Nunspeet, Elburg, Lelystad (2), Swifterbant en Staphorst. De resultaten vanuit het literatuuronderzoek worden meegenomen in het kwalitatieve onderzoek als leidraad en wetenschappelijke invulling van de gesprekken.

Waarom wordt er gebruik gemaakt van een interview?

Een diepte-interview geeft inzicht in de beweegredenen van een dierenarts of paraveterinair omtrent het onderwerp: preventie voor overgewicht bij katten. Het voordeel van een interview is dat het gesprek flexibel in te delen is. Het interview bestaat uit drie onderwerpen, namelijk het aanbieden van preventieve zorg voor overgewicht bij katten, een hulpmiddel bij het aanbieden van preventieve zorg voor overgewicht bij katten voor dierenartspraktijken en de rol van de eigenaar. Deze onderwerpen vormen de basis van het verloop van het interview. Het interview vormt een open gesprek waarin de mogelijkheid is tot doorvragen om tot een doordacht en beargumenteerd antwoord te komen. Daarnaast wordt het onderwerp vanuit verschillende perspectieven bekeken, namelijk vanuit de dierenarts en vanuit de paraveterinair. De resultaten van de interviews zullen door middel van coderen worden verwerkt. Het kwalitatief onderzoek geeft antwoord op deelvraag drie.

De resultaten uit het literatuuronderzoek worden tijdens het interview beoordeeld om te kijken of de maatregelen realistisch en praktisch inzetbaar zijn voor dierenartsen en paraveterinair. De resultaten uit het onderzoek vormen de basis van een praktisch en haalbaar preventieplan in een dierenartspraktijk voor katten bij overgewicht. Dit rapport lever als eindproduct een haalbaar en praktisch preventieplan voor overgewicht bij katten in de dierenartspraktijk. het plan bevat effectieve maatregelen en advisering voor de preventieve zorg voor overgewicht bij katten.

2.1 Planning

WEEK	OPMERKING	ACTIE	DEADLINE
19	Start literatuuronderzoek (hoofdstuk 3: resultaten)	☐ Deelvraag 1 + 2 + 3	Vrijdag 15 mei 2020
20	DEADLINE: Vooronderzoek Start kwalitatief onderzoek	☐ Afnemen interviews ☐ Afronden deelvraag 1 + 2 + 3 ☐ Start deelvraag 4	Maandag 11 mei 2020 Maandag 18 mei 2020
21	Afronden kwalitatief onderzoek Afronden literatuuronderzoek	☐ Verwerken resultaten interviews ☐ Antwoord op de 4 deelvragen?	Vrijdag 22 mei 2020
22	Conclusie en aanbeveling	☐ Verwerken van de resultaten ☐ Afronden afstudeerwerkstuk	Vrijdag 29 mei 2020
23	DEADLINE: Afstudeerwerkstuk inleveren bij coach	☐ Coaching ☐ Feedback verwerken	Maandag 1 juni 2020 Vrijdag 6 juni 2020
24	DEADLINE: Afstudeerwerkstuk	☐ Inleveren in mediatheek	Maandag 8 juni 2020 voor 13.00 uur
25	DEADLINE: Eindexamendossier	☐ Inleveren in mediatheek	Maandag 15 juni 2020 voor 13.00 uur

Maand	Mei 2020					Juni 2020		
Week	18	19	20	21	22	23	24	25
DEADLINE: Vooronderzoek								
Literatuuronderzoek								
Kwalitatief onderzoek								
Conclusie en aanbevelingen								
DEADLINE: Afstudeerwerkstuk inleveren bij coach								
DEADLINE: Afstudeerwerkstuk								
DEADLINE: Eindexamendossier								

Hoofdstuk 3. Resultaten

Hoofdstuk drie start met het literatuuronderzoek om de bestaande kennis over het onderwerp te verzamelen om te onderzoeken naar wat er al bekend is en welke vragen nog onbeantwoord zijn. Er wordt ingegaan op de effectieve maatregelen van overgewicht in de humane sector en bij gezelschapsdieren. Daarnaast wordt er ingegaan op de inzichten en beweegredenen van twee dierenartsen en een paraveterinair omtrent het onderwerp: preventie voor overgewicht bij katten.

3.1 Effectieve maatregelen bij de preventie van overgewicht in de humane sector

Overgewicht in Nederland dreigt uit te groeien tot een van de grootste problemen voor de volksgezondheid. We beschikken over veel kennis over de voedingskundige en medische aspecten van overgewicht, maar weten nog weinig over een effectieve aanpak ervan. Wel wordt steeds duidelijker dat de groei van het aantal mensen met overgewicht wordt verklaard door de veranderingen in onze leefgewoonten en omstandigheden. Deze veranderingen hangen samen met de toegenomen welvaart, globalisering en verstedelijking. Feitelijk komt het erop neer dat we hierdoor meer (calorierijk) zijn gaan eten en minder zijn gaan bewegen. De oplossing om overgewicht te voorkomen lijkt simpel, namelijk door minder te eten, meer te bewegen of door een combinatie van beide. Toch blijkt dit een moeilijke opgave, omdat de keuze om gezonder te leven afhangt van de mate van omstandigheden: bij elk persoon met overgewicht spelen verschillende factoren een rol in een andere verhouding of mate. Factoren als beschikbaarheid van gezonde voeding, laag inkomen, hogere leeftijd, slaappatroon, invloed van marketing en media, sociale druk en de mate waarin de omgeving gezond gedrag stimuleert worden in verband gebracht bij de ontwikkeling van overgewicht. Ook ouders hebben een grote invloed op de eet-, drink- en leefgewoonten van hun kind(eren), omdat zij een voorbeeldfunctie hebben. Hun inzet en bijdrage speelt een cruciale rol (Dagevos, 2007) (NCI, 2012) (Van Veen, 2018).

De omgevings- en gedragsfactoren worden beschouwd als de belangrijkste oorzaken van de snelle toename van de prevalentie van overgewicht en als de belangrijkste uitgangspunten voor preventie van overgewicht (NCI, 2012). In het Nationaal Preventieakkoord staan maatregelen beschreven voor de preventie van overgewicht. Maatregelen als het bevorderen van een gezonde levensstijl of het aanbieden van de Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI) worden ingezet om de prevalentie omtrent overgewicht te verminderen (Rijksoverheid, z.d.).

3.1.1 Gezonde levensstijl

Een gezonde leefstijl betekent gezonde voeding, voldoende beweging, een gezond gewicht, niet roken, weinig alcohol en voldoende ontspanning. Daarmee kan de kans op chronische ziekten, zoals hart- en vaatziekten, diabetes mellitus type 2 en kanker worden verkleind. Een gezonde leefstijl is van belang om overgewicht te verminderen, maar ook te voorkomen (Nederlandse Stichting Over Gewicht, z.d.).

Eten en drinken speelt een belangrijke rol in de kwaliteit van leven. Echter zijn er maar weinig Nederlanders die zich optimaal voeden en alle voedingsstoffen dagelijks binnenkrijgen in de juiste verhouding. Daarnaast heeft ieder lichaam een andere werking en kan onder anderen de stofwisseling beïnvloeden wat iemand hoort binnen te krijgen (Jorna, 2017). Het maken van voedingskeuzes gebeurt vaak vanuit een gewoonte, maar ook houding, sociale invloed en zelfeffectiviteit spelen een rol. Mensen weten meestal wel dat een ongezonde voedingsgewoonte bijdraagt aan gezondheidsrisico's, maar vinden het moeilijk om een gezonde keuze te maken. Mensen worden voortdurend gestimuleerd om ongezonde voedingskeuzes te maken bij een overheersend ongezond aanbod. In Nederland is het aanbod voor ongezonde en calorierijke voeding zó toegankelijk geworden, dat het ook moeilijk is om de verleiding te weerstaan (Nederlandse Stichting Over Gewicht, z.d.).

Toch is het voedingspatroon in Nederland de afgelopen jaren voorzichtig verbeterd. Meer Nederlanders zijn fruit en groente gaan eten, minder vlees en drinken minder suikerhoudende dranken. Dit komt doordat de gezondheidsaspecten van voeding steeds meer onder de aandacht worden gebracht in de maatschappij met behulp van de gestelde richtlijnen '*goede voeding*'. Echter blijft er nog veel gezondheidswinst te behalen, omdat de cijfers van het aantal mensen met overgewicht blijft toenemen (*RIVM, 2016*). Maar ongezonde voedingsgewoontes zijn vaak lastig te veranderen. Ter preventie van overgewicht, maar ook bij de behandeling van overgewicht is het van belang om deze leefstijl en het eetgewoontes te veranderen. Een blijvende verandering van gedrag in een gezonde leefstijl vergt motivatie, wilskracht, bewustwording en een balans in de juiste voeding en mate van lichaamsbeweging (*Nederlandse Stichting Over Gewicht, z.d.*).

3.1.2 Gecombineerde leefstijlinterventie

Sinds januari 2019 kunnen huisartsen mensen met een gezondheidsrisico door overgewicht verwijzen naar een GLI. De Gecombineerde Leefstijl Interventie is een tweejarige groepsbehandeling om mensen aan een gezonde(re) leefstijl te helpen. De behandeling is gericht op een blijvende gedragsverandering, met de intentie om een gezonde leefstijl te bereiken en te behouden. Maar ook om de overtollige kilo's permanent kwijt te raken. Binnen de behandeling worden adviezen en begeleiding gericht op gezonde voeding, -eetgewoontes en beweging gegeven.

Tijdens de behandelingen werkt iedereen aan zijn of haar persoonlijk gestelde doelen met behulp van een leefstijlcoach. De groep ondersteunt elkaar en leert van elkaar ervaringen tijdens de groepsbijeenkomsten. De behandeling bestaat uit twee fasen, namelijk de behandel fase en de onderhoudsfase. In de eerste fase (*behandelfase*) worden er, naast de groepsbijeenkomsten, een aantal één-op-één-gesprekken ingepland met de behandelaar. De tweede fase (*onderhoudsfase*) van de behandeling is gericht op een blijvende gedragsverandering. Met als doel om te voorkomen dat iemand terug valt in oude gewoontes. Erkende GLI professionals zitten vanaf 1 januari 2019 in de basis zorgverzekering.

Om in aanmerking te komen voor de GLI moet er worden voldaan aan bepaalde eisen. Er moet op zijn minst een matig verhoogd gewichtsgelateerd gezondheidsrisico aanwezig zijn die is gediagnosticeerd door een huisarts. Richtlijnen geven aan dat iemand in aanmerking komt met: een BMI vanaf 25 én een verhoogd risico op hart- en vaatziekten of een verhoogd risico op diabetes type 2 OF met een BMI vanaf 30 OF jongeren vanaf 16 jaar: als aannemelijk is dat ze meer baat hebben bij een programma voor volwassenen dan voor jongeren. Ongeveer 3,5 miljoen Nederlanders tussen de 18 en 75 jaar komen in aanmerking voor een GLI. Dit is ruim een kwart van de bevolking (*Nederlandse Stichting Over Gewicht, z.d.*) (*Schaars, 2018*) (*Vries, 2018*) (*Zorginstituut Nederland, z.d.*).

3.2 Effectieve maatregelen bij de preventie van overgewicht bij gezelschapsdieren

Overgewicht neemt ook bij de Nederlandse huisdieren de overhand. Het lijkt simpel om overgewicht te voorkomen, onder anderen om voor voldoende beweging en geen overmatige aanvoer van energie via de voeding te zorgen, echter blijken er weinig succesvolle maatregelen om het complexe probleem te kunnen bestrijden. De moeilijkheid om het probleem aan te pakken is te wijten aan de complexiteit van het probleem. Bij elke individuele patiënt én eigenaar spelen verschillende factoren een rol. Het is een uitdaging om als dierenartspraktijk een effectief behandelplan per individuele patiënt op te stellen én daarbij de eigenaar te motiveren. Om de uitdaging aan te gaan kan er kracht uit de band tussen mens en dier worden gehaald. De levensstijl en omgeving van mensen wordt gedeeld in de omgang met huisdieren (*Bomberg, 2017*). 70% van de eigenaren ziet het huisdier als familielid, zelfs op het niveau van een kind. De omgeving van het huisdier wordt gecontroleerd en beïnvloed door de eigenaar. Deze band tussen mens en dier kan worden benut om succesvolle programma's te creëren.

Een andere belangrijke maatregel bij de preventie van overgewicht is dat het monitoren van het gewicht, BCS en voeding deel uit moet maken van de jaarlijkse gezondheidscontrole en preventieve zorg van een dierenartspraktijk. De effectieve communicatie in het team en naar de eigenaar, over de mate van overgewicht bij het huisdier, worden beschouwd als één van de belangrijkste uitgangspunten voor de preventie van overgewicht (*Bartges, 2017*).

Een ontwikkeling in de veterinaire sector is het leggen van de focus op de preventieve zorg. De preventieve zorg voor een huisdier omvat door een dierenartspraktijk steeds vaker aangeboden onder anderen door het huisdieren zorgplan. Het huisdieren zorgplan is een overzichtelijk maandelijks betalingsplan voor honden, katten en konijnen. In dit plan zijn gezondheidscontroles, vaccinaties, bescherming tegen parasieten en korten op overige diensten opgenomen om de gezondheid en het welzijn van huisdieren te stimuleren. De regelmatige gezondheidschecks bieden de mogelijkheid om het belang van een gezond gewicht van het huisdier bij een eigenaar te stimuleren. Het doel van een zorgplan is om de gezondheid van het huisdier optimaal te monitoren en om de band tussen een dierenartspraktijk en een eigenaar te versterken (*Huisdieren Zorgplan, z.d.*).

3.2.1. Behandelplan

Bij het inzetten van een behandelplan is het stadium van 'preventie voor overgewicht' al gepasseerd: de kat heeft immers al overgewicht. Het doel van het behandelplan is om een gezond gewicht te bereiken, maar bovenal te behouden. Een ander belangrijk aspect is om de gezondheidsrisico's bij overgewicht in kaart te brengen en het belang van een gezond gewicht voor het huisdier bij een eigenaar onder de aandacht te brengen, maar ook om een eigenaar te motiveren om een gezond gewicht bij het huisdier te behouden. Een succesvol programma bestaat uit vier fasen, namelijk het diagnosticeren van het probleem, gericht zorg per individu, een teamaanpak en opvolging en aanpassingen van het plan (*Bartges, 2017*).

Diagnosticeren van het probleem

Het ideale gewicht is afhankelijk van het soort, ras, leeftijd, geslacht en activiteitsniveau, waarbij het huidige gewicht als maatstaf dient. Met behulp van de *body condition score* wordt de lichaamsconditie bepaald: hoe ziet het dier er nu uit. De visuele beoordeling richt zich op de taille, uitsteeksel van de wervelkolom en palpatie van de ribbenkast. Op basis van het huidige gewicht en de BCS-score wordt bepaald wat het ideale gewicht is voor het dier.

Het inzetten van een behandeling: individueel afgestemd

Aan de hand van het huidige gewicht, ideale gewicht en het type voeding wordt er een behandeling ingezet. Om een ideaal gewicht te behalen op een verantwoorde manier, wordt gesteld dat een kat niet meer dan 1-2% van het totale lichaamsgewicht per week mag verliezen. Maar ook voor het behouden van de spiermassa van de kat is een maximum van 1% van het totale lichaamsgewicht gesteld. Het inzetten van een behandeling zorgt voor gewichtsverlies op een verantwoorde manier van de huisdieren (*Anicura, z.d.*).

Een onderdeel van de behandeling is het inzetten van een dieetvoeding. Een dieetvoeding is samengesteld met makkelijk verteerbare eiwitten voor de benodigde energie, maar met minder calorieën. Daarnaast bevat de voeding meer vezels wat zorgt voor een verzadigd en voldaan gevoel. Een eigenaar wordt hierdoor niet geconfronteerd met een bedelend huisdier, waardoor de het programma makkelijke vol te houden is. In tegenstelling tot het onderhoudsvoer. De voedingsstoffen van een onderhoudsvoer zijn afgestemd op een energieniveau van het rantsoen voor een dier met een ideaal gewicht. Het verminderen van de porties kan leiden tot ondervoeding en een tekort aan voedingsstoffen (*Royal Canin, z.d.*).

Een ander onderdeel van de behandeling is de mate van lichaamsactiviteit. Regelmatig bewegen op een verantwoorde manier met als doel het energieverbruik verhogen. Ook de mate van

lichaamsbeweging moet worden opgebouwd. Dit kan al door kleine veranderingen aan te brengen in de levensstijl door bijvoorbeeld meerder korte wandelingen op een dag. Op langer termijn kunnen er activiteiten als zwemmen, fietsen of trainingen worden gestart. De minimale actieve lichaamsbeweging bedraagt vier keer per dag tien minuten. Voor honden is dit makkelijker dan voor katten. Wel kunnen katten gemotiveerd worden door middel van verrijking en voedingspuzzels toe te passen. Meer beweging zorgt voor een betere conditie en opbouw van spieren (NVG, z.d.) (Bartges, 2017).

Teamaanpak

Voor een eigenaar is het een uitdaging om de levensstijl van het huisdier te veranderen. Het hele huishouden zal eraan moeten bijdragen om het streefgewicht te behalen, maar vooral ook te behouden. Om een ideaal gewicht te behalen op een verantwoorde manier, is regelmatige controle van het gewicht en de gezondheid van het dier van belang. Het draagt bij aan de ondersteuning en motivatie van de eigenaar en geeft inzicht in de vooruitgang. Daarnaast is het van belang om een eigenaar te betrekken bij het team van de dierenartspraktijk om de zorg van het huisdier met overgewicht te delen. De behandeling van overgewicht bij katten gaat gedoseerd, waardoor dit een lange adem vergt van de eigenaar om de behandeling vol te kunnen houden. Een gemotiveerd en vertrouwd team biedt een eigenaar ondersteuning en motivatie in het behandelplan (Bartges, 2017).

Opvolging en aanpassingen van het plan

Het monitoren van het huisdier door middel van opvolging biedt de mogelijkheid om actief in te spelen op de lopende situaties. Het ideale gewicht wordt behouden door niet terug te vallen in oude gewoontes, maar verder te gaan met een 'nieuwe' levensstijl. Een levensstijl waarin het energieverbruik wordt verhoogd door meer lichaamsbeweging, de levenskwaliteit van het dier wordt verhoogd en het voedingspatroon veranderd in verantwoord en bewust door de dagelijks voedselinname af te wegen en het vermijden van ongecontroleerd geven van extra's (Zoetis, z.d.).

3.2.1 Effectieve communicatie

De basis van een succesvol programma, bij de behandeling van overgewicht bij het huisdier én ter ondersteuning van de eigenaar, omvat een strategische communicatie vanuit het personeel van de dierenartspraktijk. Dit begint bij het erkennen van het probleem: overgewicht. Dit wordt bereikt door regelmatig het huisdier te wegen en de lichaamsconditiescore te beoordelen. Daarnaast moet informatie over voeding, aanvullende voeding en lichaamsbeweging worden genoteerd in het patiëntendossier. Het gesprek met de eigenaar over de behandeling van overgewicht bij het huisdier moet worden gevoerd op basis van het stadium van verandering. Het stadium van verandering kent vijf stadiums, namelijk:

Fase 1: het stadium waarbij een eigenaar niet van plan is om in de nabije toekomst actie te ondernemen. Deze eigenaren zijn resistent, ongemotiveerd, niet op de hoogte, moeilijk en niet bereid te veranderen. Door zorg voor het huisdier over te brengen, in plaats van een oordeel, kan het team de patiënt monitoren. Wanneer een eigenaar het volgende stadium bereikt, grijpt het team in met het starten van een behandelplan.

Fase 2: het stadium waarbij een eigenaar zich bewust is van de voor- en nadelen van het veranderen van een bepaalde gewoonte of levensstijl en de intentie heeft om binnenkort te veranderen. Deze intentie kan worden 'losgemaakt' door op een niet-confronterende manier meer informatie te verstrekken over de gezondheidsrisico's van overgewicht. Hulpmiddelen als BCS-kaarten, gewichtscurves en informatiefolders kunnen daarbij worden ingezet.

Fase 3: het stadium waarbij een eigenaar van plan is zeer binnenkort actie te ondernemen. Eigenaren hebben het probleem van overgewicht bij het huisdier erkend en zijn op zoek naar professionele begeleiding en ondersteuning.

Fase 4: het stadium waarbij een eigenaar actie heeft ondernomen die voldoende is om de risico's op de gezondheid van het huisdier verminderd. Deze eigenaren hebben de begeleiding nodig bij een actief en dynamische plan waarbij ondersteuning en motivatie een grote rol spelen.

Fase 5: het stadium waarbij een eigenaar doorgaat met de actie om het streefgewicht te behalen, maar voornamelijk het gezonde gewicht behoudt. Een eigenaar heeft informatie en actieve begeleiding nodig om een eventuele terugval te voorkomen. Uitdagingen moeten worden besproken om een positieve strategie voor de mogelijke oplossingen te identificeren.

Het doel van het stadium van verandering is om de intrinsieke motivatie van een eigenaar te vergroten door deel te nemen aan een programma als gevolg van een persoonlijke interesse of tevredenheid in plaats van externe gevolgen. Een individueel programma kan worden opgesteld wanneer een eigenaar gemotiveerd is om deel te nemen aan de zorg van het huisdier met overgewicht. Een belangrijk onderdeel in het programma is om de eigenaar te betrekken bij het team van de dierenartspraktijk om de zorg van het huisdier met overgewicht te delen (Bartges, 2017).

3.3 Welke maatregelen zijn realistisch en praktisch inzetbaar voor dierenartsen en paraveterinair?

In *tabel 1* worden de resultaten van de diepte-interviews geëvalueerd door middel van het toepassen van coderen. In *bijlage I - III* worden de diepte-interviews uitgewerkt weergegeven. Uit het interview blijkt dat de preventie van overgewicht bij katten begint bij het eerste bezoek aan de dierenarts: 'het eerste levensjaar van een kat tekent de rest van zijn leven'. De preventieve zorg start met het geven van voorlichting over voeding: 'het beeld van een eigenaar is vertekend'. Eigenaren hebben geen inzicht in welke voeding, hoeveelheid en frequentie van voeding. Wat sneller resulteert in overgewicht en de bijhorende gezondheidsrisico's: 'een kat heeft zelf geen invloed in wat en hoeveel hij krijgt. Het is een aangeleerde gewenning'. Het volgende punt vindt plaats op +/- zes maanden leeftijd wanneer de castratie of sterilisatie plaats vindt: 'het moet voor een eigenaar duidelijk zijn wat de risico's van overgewicht inhouden op later termijn'. Het eerste contactmoment met de eigenaar en het huisdier is tien dagen na de ingreep tijdens de wondcontrole. Dit moment biedt de mogelijkheid om het huisdier nogmaals te wegen en opnieuw in te gaan op de gezondheidsrisico's van overgewicht. Om in te spelen op de preventie voor overgewicht bij katten na castratie of sterilisatie is het van belang om de kat regelmatig terug te zien in de dierenartspraktijk: 'we zouden op de ontslagbrief kunnen zetten: retour over zes maanden op het paraveterinaire spreekuur voor een gratis consult'. Toch blijken katten over het algemeen minder vaak in de dierenartspraktijk gezien te worden dan honden: 'het bezoek van een kat is vaak één keer per jaar als het al één keer per jaar is. Eigenaren ervaren het bezoek aan de dierenartspraktijk met de kat vaak als vervelend waarbij stress en motivatie een grote rol spelen. 'Wanneer je eenmaal verder bent dan de jaarlijkse vaccinatie praat je niet meer over preventie, maar ben je al aan het praten over actief behandelen'.

De motivatie, bewustwording en het inzicht van een eigenaar spelen een belangrijke factor in de preventie van overgewicht bij katten. Een hulpmiddel zoals het aanbieden van kittenconsultatie biedt ondersteuning bij de preventieve zorg voor katten met overgewicht: 'kittenconsultatie geeft een goede basis, omdat er dan de tijd is om alles omtrent de gezondheid van het kitten te bespreken met de eigenaar'. Daarnaast biedt de consultatie de mogelijkheid om te starten met een positieve ervaring bij een dierenartspraktijk voor zowel het huisdier als de eigenaar. De consultatie bestaat uit

drie gratis afspraken in het eerste levensjaar van het huisdier: 'maar waarom stoppen we met actief informeren na het eerste levensjaar?'.

'Het beeld van een gezonde kat is vertekend': een gezond gewicht is per individuele kat verschillend. Om een eigenaar daar inzicht in te geven kan er gebruik gemaakt worden van BCS-kaarten: 'daarmee kun je laten zien en aangeven hoe een gezonde kat eruit ziet, maar ook hoe een gezonde kat voelt'. Daarnaast kan een kat niet rigoureus afvallen, maar dit moet gedoseerd gedaan worden. Dit houdt in dat een eigenaar een lange adem moet hebben om het vol te kunnen houden. Het actief wegen van een kat kan daarbij als hulpmiddel dienen om te kunnen monitoren hoe het proces verloopt, maar ook om eigenaren te motiveren: 'laten zien dat de behandeling effectief is met een positief resultaat'. Als laatste kan een eigenaar gemotiveerd worden door middel van het initiatief van het huisdieren zorgplan of via beloningen: 'hoe motiveer je de één en hoe motiveer je de ander'.

Tabel 1: Coderen

THEMA	SUBTHEMA	CATEGORIE	FRAGMENT
Aanbieden van preventieve zorg voor overgewicht bij katten	Motivatie	• Online activiteiten • Positieve resultaten bij actief wegen geeft doorzettingsvermogen. • Ervaring met de gezondheidsrisico's • Consequent	'Wanneer een kat miauwt en daarmee eten krijgt...bepaalt de kat wanneer hij eten krijgt' (SG). 'Daarnaast geef ik aan: kom actief wegen, om in de gaten te kunnen houden hoe het gaat, maar ook om eigenaren te motiveren' (TL).
	Inzicht	• Voorlichting over voeding en beweging • Voorlichting na castratie / sterilisatie • Aangeleerde gewenning (afgemeten voeding) • Gezondheidscontrole • Kittenconsultatie	'Het beeld van een eigenaar is vertekend' (SG). 'Kittenconsultatie geeft een goede basis, omdat er dan de tijd is om alles omtrent de gezondheid van het kitten te bespreken met de eigenaar' (TL). 'Kittenconsultatie biedt de mogelijkheid om een positieve ervaring te creëren bij het bezoek aan een dierenarts voor de kat, maar ook voor de eigenaar' 'Maar het belang van een gezond gewicht wordt niet benadrukt' (ILS).
	Vanzelfsprekend	• Eerste bezoek aan dierenartspraktijk	'Het eerste levensjaar van een kat tekent de rest van zijn leven. De preventie begint daarmee bij het kitten..' (TL).
Hulpmiddel voor dierenartspraktijken	Motivatie	• Actief wegen • Beloning • Kittenconsultatie	'Daarnaast kunnen eigenaren gemotiveerd worden met beloningen, maar dat is per persoon ook weer verschillend: hoe motiveer je de één en hoe motiveer je de ander' (SG).
	Duidelijkheid	• Percentages i.p.v. kilogram • Body Condition Score	'Een kat die vorig jaar tijdens de gezondheidscontrole 3,2 kg woog en bij de consultatie nu 3,6 kg weegt is 15% aangekomen' (SG).
Informerende van de eigenaar	Bewustwording	• Nazorg formulier na castratie en/of sterilisatie • Informatie op de website, sociale media en nieuwsbrief	'Eigenaren hebben niet het inzicht: mensen kopen een voerbak en denken voor de kat 'oh, dat ziet er karig uit: laten we extra geven' (SG) 'Na castratie of sterilisatie wordt op het nazorgformulier vermeld dat de kat mogelijk kan aankomen' (ILS).
Motiveren van de eigenaar	Bewustwording	• Adverteren over preventieve zorg • Gewichtscurve bijhouden per e-mail • Huisdieren zorgplan	'Maar waarom stoppen we met het actief informeren na het eerste levensjaar?' (ILS). 'Maar ook het adverteren over preventieve zorg is van belang om een bewustwording te creëren bij eigenaren' (TL).
	Stress	• Reis naar de dierenartspraktijk • Dierenartsbezoek	'Toch blijft het voor een kat stressvol om naar een dierenartspraktijk te komen' (TL).

* Fragmenten van: SG (Simeon Goudekettering), TL (Tessa Logtenberg) en ILS (Ilse van Ommeren)

Hoofdstuk 4. Discussie

In dit hoofdstuk worden de resultaten geëvalueerd middels een discussie, waarbij er kritisch wordt gekeken naar de gekozen aanpak. Het doel van het onderzoek is om meer preventieve zorg via de dierenartspraktijk in te zetten voor het stadium overgewicht in plaats van bij het stadium obesitas. Bij het behalen van het doel zal de hoofdvraag beantwoord kunnen worden. Deze luidt: 'hoe ziet een praktisch preventieplan eruit in een dierenartspraktijk voor katten bij overgewicht?'. De resultaten vanuit de deelvragen geven de basis voor het beantwoorden van de hoofdvraag.

Overgewicht in Nederland dreigt uit te groeien tot een van de grootste problemen voor de volksgezondheid. Er is niet één specifieke oorzaak, maar er zijn meerdere aspecten die een rol spelen bij de ontwikkeling van overgewicht. Overgewicht bij katten is een complex probleem met als gevolg ernstige gezondheidsklachten. Het lijkt simpel om de problematiek omtrent overgewicht op te lossen, echter blijkt uit de resultaten dat er weinig succesvolle maatregelen zijn om het complexe probleem te kunnen bestrijden. Het onderzoek is opgebouwd uit twee onderdelen, namelijk een literatuur- en kwalitatief onderzoek. Het onderzoek begint met het verzamelen van bestaande kennis over het onderwerp om te kunnen onderzoeken naar wat er al bekend is en welke vragen nog onbeantwoord zijn. Deze kennis wordt in het kwalitatief onderzoek gebruikt als leidraad en wetenschappelijke invulling.

Welke maatregelen zijn effectief bij de preventie van overgewicht in de humane sector?

Wat opvalt is dat de prevalentie van overgewicht bij mensen en dieren elk jaar toeneemt. Er wordt beschikt over veel kennis over de voedingskunde en medische aspecten van overgewicht, maar er is nog weinig bekend over een effectieve aanpak. Wel wordt steeds duidelijker dat de groei van het aantal mensen met overgewicht wordt verklaard door de veranderingen in onze leefgewoonten en omstandigheden. Toch is het voedingspatroon in Nederland de afgelopen jaren voorzichtig verbeterd. Dit komt doordat de gezondheidsaspecten van voeding steeds meer onder de aandacht worden gebracht in de maatschappij met behulp van de gestelde richtlijnen 'goede voeding'. De omgevings- en gedragsfactoren worden beschouwd als de belangrijkste oorzaken van de snelle toename van de prevalentie van overgewicht en dienen als de belangrijkste uitgangspunten voor preventie van overgewicht. In het Nationaal Preventieakkoord staan maatregelen beschreven voor de preventie van overgewicht. Dit zijn maatregelen als het bevorderen van een gezonde levensstijl of het aanbieden van een Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI).

Ondanks de genomen maatregelen is het onduidelijk of de maatregelen effectief zijn bij de preventie van overgewicht in de humane sector. Dit komt omdat de prevalentie van overgewicht bij zowel mensen als dieren blijft toenemen. De verkregen resultaten waren dan ook niet volgens verwachting. Een andere factor die daarbij meespeelt is het beeld dat wordt gecreëerd in het aanbod van de diverse behandeling van overgewicht. Inderdaad de BEHANDELINGEN, dus wanneer het stadium van 'preventie voor overgewicht' al gepasseerd is.

Welke maatregelen zijn effectief bij de preventie van overgewicht bij gezelschapsdieren?

Het lijkt simpel om overgewicht te voorkomen, maar het tegendeel bewijst dat er nog weinig effectieve maatregelen bestaan om het complexe probleem te kunnen bestrijden. Bij elke individuele patiënt én eigenaar spelen namelijk verschillende factoren een rol. Het is een uitdaging om als dierenartspraktijk een effectief behandelplan per individuele patiënt op te stellen én daarbij de eigenaar te motiveren. Wat meteen opvalt is de sterke band tussen mens en dier. De levensstijl en omgeving van mensen wordt gedeeld in de omgang met huisdieren. Er zijn dan ook talloze overeenkomsten tussen overgewicht bij mensen en gezelschapsdieren.

In het onderzoek is er ingezoomd op het behandelplan, de effectieve communicatie en het huisdieren zorgplan. De verkregen resultaten waren volgens verwachting. Het is bekend dat overgewicht bij katten een complex probleem is waarin verschillende factoren een rol spelen. Onder anderen de proactieve houding van een dierenartspraktijk, het inzicht van het belang van de preventieve zorg bij een eigenaar en de individuele gezondheid van het dier. Daarnaast spelen de gewoontes en levensstijl van de eigenaar een grote rol in de opvoeding van het huisdier. Ondanks de genomen maatregelen is het onduidelijk of de maatregelen effectief zijn bij de preventie van overgewicht bij gezelschapsdieren.

Welke maatregelen zijn realistisch en praktisch inzetbaar voor dierenartsen en paraveterinair?

Om inzicht te krijgen in de beweegredenen van een dierenarts of paraveterinair omtrent het onderwerp: preventie voor overgewicht bij katten, om te beoordelen welke maatregelen realistisch en praktisch inzetbaar zijn in een dierenartspraktijk, zijn er diepte-interviews afgenomen. Voor het onderzoek zijn twee dierenartsen en één paraveterinair benaderd. In de aanpak is ervoor gekozen om geen specifieke vragen op te stellen, maar om gebruik te maken van drie diverse onderwerpen die betrekking hebben op de resultaten van het literatuuronderzoek en om de hoofdvraag te kunnen beantwoorden. Dit resulteerde in drie open gesprekken, waarin de onderwerpen uitgebreid aan bod kwamen. Daarnaast werden enkele resultaten uit het literatuuronderzoek geëvalueerd.

Wat opvalt is dat de preventieve zorg in het eerste levensjaar van de kat een belangrijk onderdeel uitmaakt voor de rest van het leven. In dit jaar worden de gewoontes van het huisdier én de eigenaar gecreëerd. De rol van een dierenartspraktijk is in dit eerste levensjaar cruciaal. Het biedt de mogelijkheid om een eigenaar inzicht te geven in de individuele gezondheid van de kat en daarbij het belang van de preventieve zorg te benadrukken. Toch blijkt dat er nog veel winst te behalen valt in het aanbieden van de preventieve zorg. Onder anderen door het vormen van een eenheid in de preventie, het creëren van inzicht bij eigenaren met behulp van gewichtscurves en BCS-kaarten of het belang van preventie zorg onder de aandacht te brengen in de spreekkamer, op sociale media en tijdens de kittenconsultatie.

De verkregen resultaten gaven aan het literatuuronderzoek een aanvulling. Daarnaast wordt een preventieplan pas realistisch en praktisch als het werkzaam is op de werkvloer. De aanvulling vanuit de diepte-interviews geeft daarmee de basis van hoe een realistisch en praktisch inzetbaar preventieplan voor overgewicht bij katten eruit moet zien. Het zijn immers de dierenartsen en paraveterinair die een eigenaar het inzicht moeten geven in het belang van de preventieve zorg. Maar om te kunnen beoordelen of de basis uit de verkregen resultaten effectief is, is verder onderzoek nodig bij verschillende dierenartspraktijken en medewerkers.

Hoofdstuk 5. Conclusie en aanbevelingen

Ondanks jaren van onderzoek naar oorzaken, risicofactoren en interventies voor preventie en behandeling, blijft overgewicht een ernstig probleem voor zowel mens als dier. Wel wordt steeds duidelijker dat de groei van het aantal mensen met overgewicht wordt verklaard door de veranderingen in onze leefgewoonten en omstandigheden. Toch is het voedingspatroon in Nederland de afgelopen jaren voorzichtig verbeterd. Dit komt doordat de gezondheidsaspecten van voeding steeds meer onder de aandacht wordt gebracht in de maatschappij met behulp van de gestelde richtlijnen '*goede voeding*'. Daarnaast worden er in het Nationaal Preventieakkoord maatregelen beschreven voor de preventie van overgewicht. Maatregelen als het bevorderen van een gezonde levensstijl of het aanbieden van de Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI) worden ingezet om de prevalentie omtrent overgewicht te verminderen.

Ook bij de Nederlandse huisdieren neemt overgewicht de overhand. Echter blijken ook in de huisdierensector nog weinig succesvolle maatregelen om het complexe probleem te kunnen bestrijden. De moeilijkheid om het probleem aan te pakken is te wijten aan de complexiteit van het probleem: bij elke individuele patiënt én eigenaar spelen verschillende factoren een rol. Om de uitdaging als dierenartspraktijk aan te gaan kan er kracht uit de band tussen mens en dier worden gehaald, omdat de levensstijl en omgeving van mensen wordt gedeeld in de omgang met huisdieren. Deze band tussen mens en dier kan worden benut om succesvolle programma's te creëren. Een succesvol programma bestaat uit vier fasen, namelijk het diagnosticeren van het probleem, gericht zorg per individu, een teamaanpak en opvolging en aanpassingen van het plan. De basis van een succesvol programma begint bij de effectieve communicatie in het team en naar een eigenaar over de mate van overgewicht bij het dier en het belang van een gezond gewicht. De communicatie begint met het monitoren van het gewicht, BCS en voeding. Met als doel om een inzicht te creëren bij een eigenaar en de focus te leggen op de preventieve zorg. Een hulpmiddel om deze focus te ondersteunen kan het huisdieren zorgplan zijn. Het doel van een zorgplan is om de gezondheid van het huisdier optimaal te monitoren en om de band tussen een dierenartspraktijk en een eigenaar te versterken.

De preventie van overgewicht bij katten begint bij het eerste bezoek aan de dierenartspraktijk. Het is van belang om in het eerste levensjaar van de kat een eigenaar inzicht te geven in het belang van een gezond gewicht. Daarbij kunnen hulpmiddelen als het huisdieren zorgplan en kattenconsultatie een dierenartspraktijk ondersteunen in het aanbieden van preventieve zorg. Deze hulpmiddelen dienen om voorlichting en inzicht te geven in de individuele gezondheid van de kat. Om bij een eigenaar bewustwording te creëren is het van belang een eigenaar actief te betrekken bij de gezondheid van de kat. Bijvoorbeeld door een eigenaar zelf het huisdier te laten wegen of de BCS op te nemen.

De preventieve zorg is gericht op het voorkomen van overgewicht bij katten. Deze zorg is van cruciaal belang om bewustwording te creëren in het gedrag van de eigenaar en om de kwaliteit van leven en levensduur van de kat te behouden. De dierenartspraktijk speelt daarbij een belangrijke rol in het informeren en adviseren van de eigenaar en het monitoren van het huisdier. Het doel van het onderzoek is om meer preventieve zorg via de dierenartspraktijk in te zetten voor het stadium overgewicht in plaats van bij het stadium obesitas. De vraag luidt dan ook: 'Hoe ziet een praktisch preventieplan eruit in een dierenartspraktijk voor katten bij overgewicht?'

Een praktisch preventieplan in een dierenartspraktijk voor katten bij overgewicht is per individuele patiënt verschillend, omdat er bij elke individuele patiënt én eigenaar verschillende factoren een rol spelen. Het advies is dan ook om een praktisch preventieplan voor overgewicht bij katten per patiënt '*op maat*' te maken. De basis van een realistisch en praktisch preventieplan wordt gevormd door dierenartsen en paraveterinair. Belangrijke factoren zijn de effectieve communicatie, het eerste

levensjaar van de kat, het inzicht van een eigenaar en de proactieve houding van een dierenartspraktijk. De preventie van overgewicht bij katten begint bij het eerste bezoek aan de dierenartspraktijk. Een praktisch preventieplan biedt de mogelijkheid om vanaf dit moment de gezondheid van de patiënt te gaan monitoren én om een eigenaar inzicht te geven in het belang van de preventieve zorg ingezoomd op het belang van een gezond gewicht. Een ander belangrijk onderdeel is om een eigenaar te betrekken bij het team van de dierenartspraktijk om de zorg van het huisdier te 'delen'. Daarbij speelt de effectieve communicatie een grote rol.

Om te beoordelen of de genoemde maatregelen effectief zullen zijn in een praktisch preventieplan voor overgewicht bij katten in een dierenartspraktijk, zal door middel van een vervolgonderzoek moeten uitwijzen. Daarbij is het van belang om een praktisch preventieplan als *pilot* in te zetten in een dierenartspraktijk. Een ander onderdeel om verder te onderzoeken is de basis van een realistisch en praktisch inzetbaar preventieplan voor dierenartsen en paraveterinair. In het onderzoek zijn er resultaten verkregen van slechts twee dierenartsen en één paraveterinair vanuit één dierenartspraktijk. Om een realistisch beeld te schetsen van de basis van een praktisch preventieplan voor overgewicht bij katten, is verder onderzoek bij diverse dierenartspraktijken en dierenartsen en paraveterinair nodig.

Bibliografie

Anicura. (z.d.) *Behandelingen en diensten. Kat. Uw kat laten afvallen*. Opgeroepen op 20 april 2020. Opgehaald van: <https://www.anicura.nl/behandelingen-diensten/kat/laten-afvallen-kat/>

Bartges, J. Day, M.J. (2017, mei) *Journal of comparative pathology. One Health Solutions to obesity in people and their pets*. Pagina's 326-333. Jaargang 156 nummer 4. Opgeroepen op 04 juni 2020. Opgehaald van: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S002199751730124X#tbl1>

Bomberg, E. Birch, L. Endenburg. (2017, mei) *Journal of Comparative Pathology. The financial costs, behaviour, and psychology of obesity: a one health analysis*. Pagina's 310-325. Jaargang 156, nummer 4. Opgeroepen op 6 mei 2020. Opgehaald van: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0021997517301238#!>

Binfet, J.T. (2018, 4 januari) *When veterinarians support canine therapy: bidirectional benefits for clinics and therapy programs*. Opgeroepen op 6 mei 2020. Opgehaald van: <https://www.mdpi.com/2306-7381/5/1/2/htm>

Candellone, A. Meineri, G. (2017) *Leaner, healthier, happier together - a family-centred approach to weight loss with the overweight dog and her caregivers*. Opgeroepen op 6 mei 2020. Opgehaald van: <https://www.mdpi.com/2306-7381/4/3/41/htm#B4-vetsci-04-00041>

Dagevos, H. Munnichs, G. (2007) *De obesogene samenleving. Maatschappelijke perspectieven op overgewicht*. Opgeroepen op 04 juni 2020. Opgehaald van: <https://books.google.nl/books?hl=nl&lr=&id=IzCNvWWeNSQC&oi=fnd&pg=PP1&dq=effectieve+behandeling+overgewicht&ots=g8xTPI8IN6&sig=poVAp9ohrmZII1Y0A8Chpall9mU#v=onepage&q=effectieve%20behandeling%20overgewicht&f=false>

Day, M. J. (2017, mei) *Journal of Comparative Pathology. Obesity and associated comorbidities in people and companion animals: a one health perspective*. Pagina's 293-458. Jaargang 156, nummer 4. Opgeroepen op 14 april 2020. Opgehaald van: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0021997517301226>

Deagle, G. Holden, S.L. German, A.J. (2015) *The kinetics of weight loss in obese client-owned cats. BSVA Congress 2015*. Opgeroepen op 6 mei 2020. Opgehaald van: <https://www.bsavalibrary.com/docserver/fulltext/10.22233/9781910443521/9781910443521.67.2.pdf?expires=1588883805&id=id&accname=guest&checksum=403CBBB059AACAAB448F08089130940F>

de Vries, M. de Weijer, T. (2018, september) *De eerstelijns. Nieuw in het basispakket: de Gecombineerde Leefstijl Interventie*. Pagina 11-13. Opgeroepen op 04 juni 2020. Opgehaald van: https://docs.wixstatic.com/ugd/844acc_d7ea9a85ef024d599f147aff8a33d3f3.pdf

Diergeneeskunde Utrecht. (2015) *Stofwisseling en endocrinologie*. Opgeroepen op 6 mei 2020. Opgehaald van: <http://www.vetserieus.nl/samenvattingen/stofwisseling-en-endocrinologie/>

Edelman. (2013, 18 september) *Onderzoek: baasjes blind voor overgewicht honden en katten*. Opgeroepen op 24 april 2020. Opgehaald van: <https://www.perssupport.nl/persbericht/77639/onderzoek-baasjes-blind-voor-overgewicht-honden-en-katten>

Ensie, S. o. (2015, april 1). *Betekenis & definitie*. Opgeroepen op 30 maart 2020. Opgehaald van: <https://www.ensie.nl/redactie-ensie/overgewicht>

Farcas, A. K., Michel, K. E. (2016, 30 juli) *Veterinary Clinics of North America: Small Animal Practice. Small Animal Obesity. Volume 46, issue 5*. Opgeroepen op 1 mei 2020. Opgehaald van: <https://www.sciencedirect-com.aeres.idm.oclc.org/science/article/abs/pii/S0195561616300547>

Fediaf. (2019) *Statistics*. Opgeroepen op 6 april 2020. Opgehaald van: http://www.fediaf.org/images/FEDIAF_Annual_Report_2019_Online.pdf

Huisdieren Zorgplan (z.d.) *Waarom het huisdieren zorgplan? Wat zijn zorgplannen?* Opgeroepen op 04 juni 2020. Opgehaald van: <https://www.premierpetcareplan.com/nl>

Jorna, R. (2017, 20 mei) *Gezonde leefstijl*. Opgeroepen op 04 juni 2020. Opgehaald van: <https://hbo-kennisbank.nl/details/nhlstenden:oai:surfsharekit.nl:f20af126-b5fd-42ae-9603-ae1afdf9e2ef>

Medische Centrum voor Dieren. (z.d.) *Specialisten. Interne geneeskunde. Maag, darm, lever. Leververvetting*. Opgeroepen op 20 april 2020. Opgehaald van: <https://www.mcvoordieren.nl/leververvetting-kat>

Medische Centrum voor Dieren. (z.d.) *Specialisten. Interne geneeskunde. Hormonen. Suikerziekte kat*. Opgeroepen op 1 mei 2020. Opgehaald van: <https://www.mcvoordieren.nl/suikerziekte-diabetes-kat>

Nederlands Centrum Jeugdgezondheid (2012) *Richtlijn: Overgewicht*. Opgeroepen op 04 juni 2020. Opgehaald van: <https://www.ncj.nl/richtlijnen/alle-richtlijnen/richtlijn/?richtlijn=10&rlpag=850>

Nederlandse Stichting Over Gewicht. (z.d.) *Over Gewicht. Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI)*. Opgeroepen op 04 juni 2020. Opgehaald van: <https://overgewichtnederland.org/over-gewicht/gecombineerde-leefstijlinterventie-gli/>

Nederlandse Voedingsindustrie Gezelschapsdieren. (z.d.) *Obesitas bij huisdieren*. Opgeroepen op 15 april 2020. Opgehaald van: <https://www.nvg-diervoeding.nl/obesitas-bij-huisdieren/>

NOS. (2020, 30 maart) *Binnenland. Veel mensen op IC met overgewicht, 'maar ga nu niet streng diëten'*. Opgeroepen op 6 april 2020. Opgehaald van: <https://nos.nl/artikel/2328804-veel-patienten-op-ic-met-overgewicht-maar-ga-nu-niet-te-streng-dieten.html>

Rijksoverheid. (z.d.) *Onderwerpen. Overgewicht. Maatregelen overheid tegen overgewicht*. Opgeroepen op 04 juni 2020. Opgehaald van: <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/overgewicht/overgewicht-terugdringen>

RIVM. (2016) *Gemeente. Preventie, zorg en welzijn. Preventie. Voeding. Voedselconsumptiepeiling*. Opgeroepen op 04 juni 2020. Opgehaald van: <https://www.rivm.nl/gemeente/preventie-zorg-en-welzijn/preventie/voeding>

Royal Canin. (z.d.) *Gezondheidsrisico's van overgewicht en zwaarlijvigheid bij katten*. Opgeroepen op 6 april 2020. Opgehaald van : <https://www.royalcanin.com/nl/cats/health-and-wellbeing/health-risks-of-overweight-and-obese-cats>

Royal Canin. (z.d.) *Hoe u uw hond helpt gewicht te verliezen*. Opgeroepen op 24 april 2020. Opgehaald van: <https://www.royalcanin.com/nl/dogs/health-and-wellbeing/how-to-help-your-dog->

[lose-weight?gclid=CjwKCAjwnlr1BRAWEiwA6GpwNengENzFYcMkDv_NowOF-f3GyFV46zJfI4KO0KeLVT-KQgaXn4LiRoCw_UQAvD_BwE&gclsrc=aw.ds](https://www.royalcanin.com/nl/cats/health-and-wellbeing/how-to-help-your-cat-lose-weight?gclid=CjwKCAjwnlr1BRAWEiwA6GpwNengENzFYcMkDv_NowOF-f3GyFV46zJfI4KO0KeLVT-KQgaXn4LiRoCw_UQAvD_BwE&gclsrc=aw.ds)

Royal Canin. (z.d.) *Gewichtsafname van u kat bevorderen*. Opgeroepen op 24 april 2020. Opgehaald van: <https://www.royalcanin.com/nl/cats/health-and-wellbeing/how-to-help-your-cat-lose-weight>

Schaars, D. (2018, 21 juni) *Alles over sport. Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI) in de basiszorgverzekering*. Opgeroepen op 04 juni 2020. Opgehaald van: <https://www.allesoversport.nl/artikel/gecombineerde-leefstijl-interventies-gli-in-de-basiszorgverzekering/>

St. Anna Ziekenhuis. (z.d.) *Anesthesie bij (zeer) ernstig overgewicht*. Opgeroepen op 20 april 2020. Opgehaald van: <https://www.st-anna.nl/media/1439/003-anesthesie-bij-zeer-ernstig-overgewicht.pdf>

Timmer, L. (2019, 11 april) *Gezondheid. Obesitas bij katten*. Opgeroepen op 15 april 2020. Opgehaald van: <https://kattenkenniscentrum.nl/obesitas-bij-katten/>

Universitair Diergeneeskundig Centrum Utrecht. (2018, 25 januari) *Bespreek overgewicht bij huisdieren en ga er wat aan doen!* Opgeroepen op 6 april 2020. Opgehaald van: <https://www.diergeneeskunde.nl/nieuws/2018/01/25/bespreek-overgewicht-bij-huisdieren/>

van Veen, N. (2018, 22 juni) *Preventie van overgewicht: dik in orde? Onderzoek naar de mogelijkheden om preventie van overgewicht juridisch te borgen*. Opgeroepen op 04 juni. Opgehaald van: https://guusschrijversacademie.nl/wp-content/uploads/2019/01/NHJ-van-Veen_scriptie-recht-van-de-gezondheidszorg-DEF.pdf

Voedingscentrum. (z.d.) *Encyclopedie*. Opgeroepen op 30 maart 2020. Opgehaald van: <https://www.voedingscentrum.nl/encyclopedie/overgewicht.aspx>

Volksgezondheidszorg. (2020) *Overgewicht. Huidige situatie*. Opgeroepen op 30 maart 2020. Opgehaald van: <https://www.volksgezondheidszorg.info/onderwerp/overgewicht/cijfers-context/huidige-situatie#!node-overgewicht-volwassenen>

Volksgezondheidszorg.info. (z.d.) *Overgewicht. Preventie en zorg*. Opgeroepen op 24 april 2020. Opgehaald van: <https://www.volksgezondheidszorg.info/onderwerp/overgewicht/preventie-zorg/preventie>

Zoetis. (z.d.) *Aandoeningen. Honden. Overgewicht en obesitas bij honden*. Opgeroepen op 24 april 2020. Opgehaald van: <https://www.zoetis.nl/aandoeningen/honden/overgewicht-en-obesitas-bij-honden.aspx>

Zorginstituut Nederland. (z.d.) *Alle verzekerde zorg onderwerpen. Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI) (Zvw)*. Opgeroepen op 04 juni 2020. Opgehaald van: <https://www.zorginstituutnederland.nl/Verzekerde+zorg/gecombineerde-leefstijlinterventie-gli-zvw>

Bijlage

I Diepte-interview: Simeon Goudeketting (dierenarts)

Hoe kan de preventieve zorg voor overgewicht bij katten worden aangeboden?

Door middel van het geven van voorlichting over voeding, dus over hoe en welke voeding je aanbiedt. Het beeld van een eigenaar is vertekend, waardoor een kat vaak te kleine brokken, zachte voeding of te veel voeding krijgt aangeboden. Eigenaren hebben niet het inzicht: mensen kopen een voerbak en denken voor de kat 'oh, dat ziet er karig uit: laten we extra geven'. Maar hoeveel voeding heeft de kat nodig? Om daar een inzicht in te krijgen, zouden eigenaren het voer moeten afwegen. Stel dat 100 gram de juiste hoeveelheid voeding is en de kat 15% moet afvallen: dan geef je de kat dagelijks nog maar 85 gram over verschillende porties. Stel dat je de kat bij de koffie ook een brokje wil geven; dan pak je dit uit de maatbeker die afgewogen is voor die dag. Ook na castratie en sterilisatie is die voorlichting van belang, omdat je ziet dat katten daarna gelijk aankomen. Het lastige met katten is dat zij over het algemeen minder vaak in de praktijk worden gezien dan honden. Het meenemen van een kat naar de dierenartspraktijk ervaren eigenaren vaak als vervelend.

Hoe zorgen we ervoor dat mensen die minder gemotiveerd zijn toch bezig gaan met de preventie van overgewicht bij katten? Zou je activiteiten online gaan aanbieden?

Er zal zeker een groep mensen zijn die dat aanspreekt, maar daar bereik je niet iedereen mee. Ik denk dat het eigenaren motiveert dat een kat actief gewogen wordt en daarbij de resultaten ziet. De positieve resultaten resulteren er in dat eigenaren het programma volhouden en bewust bezig zijn met het onderhouden van een gezond gewicht. Daarnaast zijn eigenaren die een kat hebben gehad met bijvoorbeeld suikerziekte (een gezondheidsrisico van overgewicht) vaker gemotiveerd om de kat op een gezond gewicht te behouden, omdat ze de risico's van overgewicht hebben ervaren.

Waarom zijn hondeneigenaren gemotiveerder dan katteneigenaren?

Een hond kun je makkelijker laten afvallen door minder eten te geven en meer te laten bewegen. Bij katten gaat dit moeizaam, waardoor een eigenaar er meer moeite en energie moet insteken. Uiteindelijk draait het om de motivatie van de eigenaar. Een huisdier kan het namelijk niet zelf.

Bij katten is het van belang om consequent te zijn. Wanneer een kat miauwt en daarmee eten krijgt, miauwt de kat de volgende keer weer. Hierdoor bepaalt de kat uiteindelijk wanneer hij eten krijgt, omdat hij miauwt om eten. Daarnaast kan een kat niet rigoureus afvallen, maar dit moet gedoseerd gedaan worden. Dit houdt in dat een eigenaar een lange adem moet hebben om het vol te kunnen houden. Ook zien eigenaren vaak niet de noodzaak in om de kat af te laten vallen ondanks de gezondheidsrisico's.

Welk hulpmiddel kan ondersteuning bieden om de preventieve zorg voor katten met overgewicht aan te bieden? Als een eigenaar elke maand komt ter controle van het gewicht met positieve resultaten, blijven eigenaren ook gemotiveerd. Afvallen bij katten gaat in hele kleine stappen. Het helpt om daarbij in percentages te kijken in plaats van kilo's. Een kat die vorig jaar tijdens de gezondheidscontrole 3,2 kg woog en bij de consultatie nu 3,6 kg weegt is bijna 15% aangekomen. Dit geeft een eigenaar duidelijkheid in het lichaamsgewicht van de kat, maar ook een bewustwording. Daarnaast kunnen eigenaren gemotiveerd worden met beloningen, maar dat is per persoon ook weer verschillend: hoe motiveer je de één en hoe motiveer je de ander.

II Diepte-interview: Tessa Logtenberg (dierenarts)

Hoe kan de preventieve zorg voor katten met overgewicht worden aangeboden?

Het eerste levensjaar van een kat tekent de rest van zijn leven. De preventie begint daarmee bij het kitten, dus bij het eerste bezoek aan de dierenartspraktijk. Daarbij kan je starten met advies over voeding. Waarbij je de nadruk legt op het geven van afgemeten voeding, omdat een kat vaak een bak voeding voor de hele dag krijgt aangeboden. Dit leidt uiteindelijk sneller tot obesitas of maakt afvallen lastig, omdat de kat gewend is om de hele dag door eten te krijgen. Het eerste levensjaar is sterk voeding gerelateerd oftewel waar wordt de kat mee opgevoed. Een kat heeft zelf geen invloed in wat en hoeveel hij krijgt. Het is een aangeleerde gewenning. Het proces start bij het geven van een goed voedingsadvies. Daarna komt vaak het volgende punt op zes maanden wanneer de castratie of sterilisatie plaatsvindt. Daar zit een stuk preventie in, omdat ik denk dat er strikter vermeld kan worden wat dat met de stofwisseling van een kat doet. Het moet voor een eigenaar duidelijk zijn wat de risico's van overgewicht inhouden op later termijn.

Wanneer je eenmaal verder bent dan de jaarlijkse vaccinatie praat je niet meer over preventie, maar ben je al aan het praten over actief behandelen. Dus ik denk dat de preventie start bij het eerste bezoek aan de dierenarts. Dit is een lastig punt, omdat ik merk dat een hond vaker over het jaar heen gezien wordt. Het bezoek van een kat is vaak één keer per jaar als het al één keer per jaar is.

Wat motiveert de eigenaar om met een kat naar de dierenartspraktijk te gaan?

Als ik kijk naar de ouder katten zou een seniorencheck of bloeddrukmeting uitkomst bieden ter preventie. Maar ook het adverteren over preventieve zorg is van belang om een bewustwording te creëren bij eigenaren. Toch blijft het voor een kat stressvol om naar een dierenartspraktijk te komen. Ter preventie op overgewicht zou het een idee kunnen zijn om een gewichtscurve via e-mail contact bij te houden. Zo hou je contact met een eigenaar, maar komt een kat niet vaker op bezoek bij de dierenarts. Het mooiste is om een kat actief te gaan wegen in de dierenartspraktijk, maar dat is vaak lastig te motiveren.

Zou het huisdieren zorgplan uitkomst bieden voor dierenartspraktijk om eigenaren te motiveren?

Dat denk ik wel, omdat er een totaalpakket wordt aangeboden. Alsnog denk ik dat dit minder populair zou zijn voor een kat dan voor een hond. Waarbij stress en motivatie een rol spelen. Een hond neem je bijvoorbeeld makkelijker mee in de auto. Ik denk dat dat ook iets is wat van tevoren goed besproken moet worden: hoe bereid je überhaupt, voordat je een kitten aanschaft, een kat voor op een visite. Bijvoorbeeld door training met de reismand: waar wordt de reismand in de tussentijd opgeborgen of wordt de reismand één keer per jaar ergens onder het stof vandaan gepakt om de kat daar in te stoppen met stress en al. Een training kan helpen om een gewenning voor de reismand bij de kat te creëren. Toch is en blijft het stress.

Welk hulpmiddel kan ondersteuning bieden om de preventieve zorg voor katten met overgewicht aan te bieden? Kittenconsultatie geeft een goede basis, omdat er dan de tijd is om alles omtrent de gezondheid van het kitten te bespreken met de eigenaar. Onderwerpen als ontwormen, ontvlooiën, maar ook voeding komen aan bod. Het consult wordt gratis aangeboden, waardoor eigenaren makkelijker te motiveren zijn. Daarnaast worden onderwerpen 3-4 keer (op 9 weken, 12 weken, één jaar leeftijd en het kittenconsult) herhaald. Ook denk ik dat het normaalbeeld van een gezonde kat is vertekend onder eigenaren. In de preventie bij overgewicht bij katten is het belangrijk om te weten wat een gezonde kat is? Dit beeld is per kat verschillend. Om een eigenaar daar een bewust beeld van te geven worden BCS kaarten ingezet. Daarmee kun je laten zien en aangeven hoe een gezonde kat eruit ziet, maar ook hoe een gezonde kat voelt. De bewustwording bij de eigenaar is een belangrijk punt die je in het eerste levensjaar van de kat moet creëren. Vaak is het al te laat.

Hoe ga je om met de mate van bewegingsactiviteit van katten?

Ik maak geen actief bewegingsplan met een protocol, maar ik geef eigenaren tips over hoe ze hun kat meer kunnen laten bewegen en daarbij moeten omgaan met de voeding. Dus dat de hoeveelheid voeding afhangt van de mate van bewegingsactiviteit. Daarnaast geef ik aan: kom actief wegen, om in de gaten te kunnen houden hoe het gaat, maar ook om eigenaren te motiveren. Laten zien dat de behandeling effectief is en waar ze het voor doen en dus niet elk jaar bij de gezondheidscontrole evalueren dat de kat toch weer is aangekomen.

III Diepte-interview: Ilse van Ommeren (paraveterinair)

Hoe kan de preventieve zorg voor katten met overgewicht worden aangeboden?

Bij de preventieve zorg denk ik dat er een grote actie bij de dierenarts in de spreekkamer ligt, omdat de kat daar bij het eerste bezoek binnen komt. Een dierenarts zou tijdens een gezondheidscontrole moeten aankaarten dat het van belang is om je kat op gewicht te houden ter voorkoming van suikerziekte, gewrichtsproblemen, etcetera. Toch blijkt een consult vaak te kort om uitgebreid in te gaan op de preventieve zorg, maar worden kittens ook gemist op consultatie. Kittenconsultatie biedt de mogelijkheid om een positieve ervaring te creëren bij het bezoek aan een dierenarts voor de kat, maar ook voor de eigenaar. Daarnaast wordt er uitgebreid ingegaan op onderwerpen als het gebit, voeding, verzorging en gezondheid. Maar het belang van een gezond gewicht wordt niet benadrukt. Toch zou dit het moment zijn om het onderwerp aan te kaarten en de risico's op latere termijn duidelijk te bespreken. De kittenconsultatie bestaat uit drie afspraken in het eerste levensjaar van de kat: het juiste moment om het bewustzijn van de eigenaar te creëren. Maar waarom stoppen we met actief informeren na het eerste levensjaar? Misschien zou het goed zijn dat we zeggen: één keer per half jaar kunt u bij ons een gratis afspraak maken op het paraveterinaire spreekuur om uw kat te wegen en voor een gezondheidscheck. Daarnaast biedt het de mogelijkheid om in te haken op ontwormen en ontvlooiën.

Welke preventieve zorg voor overgewicht bij katten wordt er gedeeld met een eigenaar?

Na castratie of sterilisatie wordt op het nazorgformulier vermeld dat de kat mogelijk kan aankomen. Het eerste contactmoment met de eigenaar is tien dagen na de ingreep tijdens de wondcontrole. Dit biedt een mogelijkheid om naast de wondcontrole, de kat te wegen en in te gaan over de risico's van overgewicht na sterilisatie of castratie. We zouden op de ontslagbrief kunnen zetten: retour over zes maanden op het paraveterinair spreekuur voor een gratis consult om te wegen. Om de eigenaar te motiveren is het slim om meteen een afspraak in te plannen of een reminder te versturen via Animana. Daarnaast zou een eigenaar maandelijks geïnformeerd kunnen worden via de nieuwsbrief, sociale media of website met een informatieve tekst over het belang van een gezond gewicht of een informatieve video. Dit geeft meer interactie, bewustwording en duidelijkheid in het onderwerp.

Op het paraveterinaire spreekuur worden wel gewichtsconsulten aangeboden om eigenaren te informeren en te begeleiden in een gezond gewicht van hun huisdier. Maar dan zijn we al bezig met een behandeling in plaats van het voorkomen van overgewicht bij het huisdier. Als dierenartspraktijk gaan we er pas mee aan de slag als het dier al overgewicht heeft: oh mevrouw, u kunt deelnemen aan...

Zou het huisdierenzorg plan mogelijkheden bieden in de preventieve zorg bij overgewicht?

Dat vind ik een goed en waardevol initiatief, omdat het voor zowel mens als dier een van de grootste problemen is. Het voordeel is dat een dier een bezoek aan de dierenarts heeft, zonder dat er iets 'ergs' gebeurt. Er wordt daarmee een positieve ervaring opgebouwd bij zowel het dier als bij de eigenaar.