



URBAN PET



# Strah od pirotehnike i ostalih glasnih zvukova

VODIČ ZA POMOĆ LJUBIMCIMA U VRIJEME BLAGDANA

## Sadržaj

Uzroci straha od glasnih zvukova	1
Strah, anksioznost, fobija – definicije	4
Kako pomoći ljubimcima	6
Lijekovi i suplementi	14
Je li moguće riješiti strah od buke	19

### **Napisala:**

*Sandra Ilievski, instruktor i savjetnik za ponašanje pasa  
CPDT, CACE – Ethology Institute*

### **Reference:**

*Fear Free Pets*

*<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10705068/>*

*The balanced canine, dr. vet. med. Mark J. Nunez*

*Don't Ace the Fear, dr. Marty Becker*

*Storm Phobias, Karen L. Overall, MA, VMD, PhD, DACVB, CAAB*

*dr. Karen Becker, [healthypets.mercola.com](http://healthypets.mercola.com)*

*[www.fearfuldogs.com](http://www.fearfuldogs.com)*

*Storm Phobia in Dogs: Debra F. Horwitz, DVM, Veterinary Team Brief 04/2009.*

*<https://www.vasezdravlje.com/>*

*[www.halmed.hr](http://www.halmed.hr)*

## Uzroci straha od glasnih zvukova

Kod mnogih se pasa u određenoj dobi može javiti strah od glasnih zvukova. Najčešće su to petarde, vatromet, grmljavina i sl. Životnjama općenito, ne samo ljubimcima, strah, bijeg i skrivanje prirodne su reakcije na buku i opasnost. Konstantno i dugotrajno, te iznenadno izlaganje jakoj buci životinjama stvara izniman stres, a posljedično se često razvijaju strahovi.

Vrlo često možemo čuti mišljenja poput: “Razlog je loša genetika” ili “Pas nije socijaliziran!” ili “Vlasnik nije ništa radio sa psom”.

Imajmo na umu da su ovo zaista **samo mišljenja** (i najčešće zlobni komentari) na koja ne treba puno obraćati pažnju!

### **Komentar: Loša genetika**

Na svijetu postoji više od 300 različitih pasmina pasa. Samo se jedan dio koristio za lov i namjene u kojima se koristi vatreno oružje. Štoviše za neke pasmine uvjet za uzgojnu dozvolu je ispit tolerancije na pucanj iz vatrene oružja, odnosno **ispit prirođenih osobina (IPO)**. Vatrene oružje koje se koristi za testiranje su **lovačka puška** ili **startni pištolj**.





Pasmine koje polažu ispit su **lovačke** i **službene**. Zbog čega onda, najčešće upravo vlasnici takvih pasmina, osuđuju ostale pasmine kod kojih selekcija na buku nije bila prioritet? Buka koju životinje (a i mi) proživljavaju za vrijeme blagdana i utakmica, neusporedivo je glasnija i intenzivnija od pucnja iz lovačke puške ili startnog pištolja. Sve je više pasa lovačkih ili službenih pasmina koji bez problema sudjeluju u lovu, na ispitima ili utakmicama, ali su im zvukovi eksplozija koje moramo trpiti za Novu godinu (a nažalost, kod nas čak mjesecima prije) stresni i strašni. Pogotovo kada se radi o **illegalnim pirotehničkim sredstvima** poput pirotehničkih sredstava zvanih “topovski udar” i sličnih.

Neke su pasmine, poput npr. belgijskih ovčara, generacijama selektirane da toleriraju jaču buku. No, mnoge druge pasmine su selektirane da reagiraju na vrlo suptilne zvučne podražaje jer je to bilo potrebno za njihovu namjenu (npr. hrtovi, ovčarske pasmine, pastirske pasmine...).

Kako god – niti jednom psu, mački ili životinji koja živi slobodno vani nije ugodna količina i intenzitet buke koju proizvode pirotehnička sredstva koja se danas koriste! Psi koji se koriste u policiji i vojsci, psi koji prolaze vojnu obuku i sudjeluju u razno-raznim ratnim aktivnostima opremljeni su posebnom opremom koja štiti njihove uši i sluh od jakih eksplozija. Ti psi često posljedično pate od PTSP-a.



## **Komentar: Pas nije socijaliziran!**

Ispravno bi bilo reći “**Pas nije habituiran**” jer se termin **socijalizacija** odnosi na učenje društvenih vještina **sa živim bićima**, dok se termin **habituacija** odnosi na **privikavanje na različite podražaje**.

Istina je da psi koji od rane šteneće dobi, u vrijeme osjetljivog perioda razvoja (između 3. i 14.-16. tjedna starosti) nisu pažljivo i postupno privikavani na različite glasne zvukove i mirise koji prate takve pojave, u kasnijoj dobi mogu biti skloniji razviti strahove i fobije. Ovo naravno, vrijedi za sve pasmine, čak i one koje su selektirane da toleriraju buku.

## **Komentar: Vlasnik nije ništa radio sa psom**

Upiranje prstom u nekoga čiji se pas boji, bez da znamo detalje jednostavno nije fer. Možda vlasnik nije znao, vrlo često ljudi udome psa upitne prošlosti... nije na nikome da osuđuje! Gdje uostalom, prosječni vlasnik ima prilike i uvjete za privikavanje na takav intenzitet buke **na ispravan način**? Sve i da smo psa privikavali na pucanj iz pištolja, pucanje balona, udarce po raznim podlogama, čak i vatromet... takva buka neusporediva je s bukom i intenzitetom pirotehnike koja se koristi u vrijeme blagdana!

Unatoč habituaciji, ponašanje pasa može se promijeniti, a strahovi koji ranije nisu bili prisutni mogu se iznenada pojaviti.

## **Na razvoj strahova mogu utjecati:**

- **genetske predispozicije**
- **iskustva (traumatični događaji)** – iskustva trebamo percipirati iz perspektive ljubimca; nekad ih nismo svjesni!
- **zdravstvena stanja i bol**
- **životna dob**  
starenjem ljubimci postaju osjetljiviji; povezano sa zdravstvenim stanjima koja nekad mogu biti neotkrivena
- **životne situacije i promjene** – npr. promjena boravišta i sl.

## Strah, anksioznost, fobija

**Strah** je neugodna, normalna emocionalna reakcija na postojeću ili očekivanu opasnost – zvuk, predmet, osobu, životinju, bol...

**Anksioznost** je stanje u kojem životinja (ili osoba) iščekuje, odnosno predosjeća opasnost (neugodan podražaj ili događaj) iako ona nije prisutna niti jasno definirana; osećaj nesigurnosti.

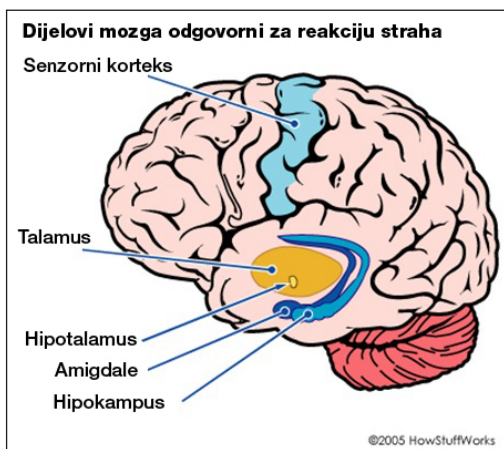
**Fobija** je, za razliku od straha koji je normalna i očekivana emocionalna reakcija na prijetnju, izražen, iracionalan trajni strah od određenih situacija, predmeta, pojava, osoba i sl., koji životinja (ili osoba) ne može kontrolirati.

### Što se uslijed straha događa u organizmu?

Osjetila naših ljubimaca, kao i nas ljudi (vid, njuh, sluh, okus, dodir...) djeluju poput senzora koji prikupljene informacije iz okoline šalju u mozak. U središnjem dijelu mozga nalazi se **limbički sustav**, a čine ga amigdale, hipotalamus, hipofiza i hipokampus. Hipotalamus i hipofiza ključni su za regulaciju svih hormona u našem tijelu, dok su središnje jezgre u amigdalama dio

mozga odgovoran za emocionalne reakcije na podražaje koji predstavljaju prijetnju. Amigdale potiču, a hipotalamus integrira autonomne i endokrine reakcije te priprema organizam na borbu ili bijeg, dok moždano deblo pokreće motoričke reakcije – ponašanja koja prepoznamo kod pasa koji su u strahu.

Psi koji se boje obično drhte, nemirni su, sline, traže pažnju, dahću... U stanju panike psi mogu pokušati pobjeći, reagirati agresivno, obavljati nuždu u prostoru u kojem borave, uništavati namještaj, dovratke ili prozorske okvire, a poznati su i slučajevi samoozljeđivanja, pa čak i iskakanja kroz prozore ili s balkona.



# Pseći govor tijela: strah i tjeskoba

Govor tijela i signale koje nam šalje pas moramo uvijek promatrati u kontekstu cijele situacije.

Nije svako zijevanje rezultat stresa niti je svako odbijanje hrane rezultat tjeskobe.

Promatrajte ponašanje svojeg ljubimca u različitim situacijama: naučite njegov jezik!



Zgureno, skupljeno držanje, 'zategnute' usne, proširene zjenice, povijen rep, pas ne želi pričti

## Suptilniji znakovi straha i tjeskobe



Učestalo oblizivanje iako nema hrane u blizini



Uznemireno, ubrzano dahtanje iako pas nije žedan i nije vruće



Namršteno čelo, uši položene ustranu ili priljubljene uz glavu



Polagano i ukočeno kretanje



Zijevanje iako pas nije pospan



Pretjerano osvrtnje, pozornost



Odbijanje hrane ili poslastice bez očita razloga



Odmicanje od ponuđene hrane



Nervozno kretanje, nemirnost

# Kako pomoći ljubimcima?

## Planirajte unaprijed!

Datumi blagdana, utakmica i sličnih događanja unaprijed su poznati ili se za njih može saznati putem medija.

Za Novu godinu počnite se pripremati već krajem listopada ili početkom studenoga!

Tijekom blagdana **izbjegavajte večernje šetnje, odnosno šetnje u vrijeme kada već otprilike znate da se učestalo puca.**

**Strahovi i fobije mogu se razviti nakon jednog jedinog neugodnog iskustva**, na primjer ako petarda eksplodira u blizini psa. Obavite dugačku šetnju rano ujutro kako psu ne bi izostala dnevna doza fizičke aktivnosti, igre i akcije. Nahranite psa nešto ranije kako stres ne bi utjecao na apetit (mnogi psi kada su pod stresom ne žele jesti). Ako niste u mogućnosti sami prošetati psa, dogovorite se sa susjedom ili prijateljima da ga prošeću ili unajmite šetača. Stres može utjecati na učestalo mokrenje ili stolicu (proljevi), pa je to još jedan od razloga zašto vrijeme šetnje treba unaprijed planirati.

Neke pse toliko je strah da uopće ne žele izlaziti dok god se puca, a to može potrajati danima. Tada omogućite psu kućni wc. Ako je vaš pas naviknut na kućni wc, neka nuždu obavlja tamo. Psima koji nisu naviknuti na kućni wc stavite podlogu najsličniju onoj na kojoj pas vrši nuždu vani. Najčešće je to trava, pa u tom slučaju na dno niske kutije stavite najlon, a na njega komad trave sa zemljom. Možete pokušati i s pijeskom za mačke. Veličina kutije ovisi o veličini psa. Za male pse možete koristiti mačji wc, dok ćete se za velike pse morati snaći. U trgovinama s alatom, željezarijama i poljoprivrednim trgovinama možete naći plitke kadice





koje će biti dovoljno velike za privremeni wc za velikog psa. Travu sa zemljom iskopajte sami, ili potražite u vrtnim centrima ostatke tepih-trave (prava trava u balama) koji nisu za prodaju (loši su, uvenula trava, oštećenja i sl.).

## Napravite psu “sklonište”

Vjerojatno ste primijetili da se vaš pas voli zavući pod stol ili krevet ili pronaći neki tih i miran kutak kada se osjeća umorno, neraspoloženo, nelagodno ili kada ga je strah. Neki psi bježe u kupaonu i provode cijelo vrijeme u tuš-kabini ili kadi. Neki sklonište traže u ormaru, ladicama i sl. Dopustite im i omogućite da sami odaberu mjesto gdje se osjećaju bolje. Dakako, poželjno je psa naviknuti na boks ili transporter ili mu omogućiti neko drugo mjesto gdje će se osjećati sigurno i udobno. Ukoliko nemate boks ili transporter, “sklonište” možete napraviti od čvrste kartonske kutije. Obljepite kutiju sa svih strana tako da bude u potpunosti zatvorena i skalpelom napravite otvor dovoljno velik da pas može ući unutra. Karton je odličan prigušivač buke! Vrlo je važno to mjesto predstaviti psu **PRIJE** nego što počnu blagdani i pucnjava – dakle, **razmišljajte unaprijed** i počnite s navikavanjem nekoliko tjedana ranije. Naučite psa da je “sklonište” sigurno mjesto za odmor, tamo stavite nešto njegovo, dekiću, ležaj, nešto s njegovim i vašim mirisom. Zajedno istražite kutiju/boks/transporter, stavite unutra poslastice i pustite psa da sam istraži to novo mjesto. Ostavite vodu u blizini i ponudite mu žvakalice (igračke od pune gume sa šupljinom koju napunite hranom, goveđe žile i sl.). Možete mu ostaviti svoju staru nošenu majicu kako bi pokraj sebe osjetio vaš miris. Sa macama ne bi trebalo biti problema jer mačke vole kutije i zavlačenje.



“Sklonište” mora biti dovoljno veliko da se pas u njemu može uspraviti i okrenuti, a ne smije imati oštre rubove da se ne bi ozlijedio. Vrata ostavite otvorena da pas može izaći ako to želi. “Sklonište” od buke, vibracija i bljeskanja možete dodatno izolirati debljom dekom, jastucima ili kupovnim zvučnim izolatorima. Boks ili “sklonište” najbolje je postaviti na mjesto koje pas sam odabere. Izbjegavajte mjesta uz prozore, balkonska vrata i vanjske zidove.



## Prigušite i maskirajte zvukove

Navucite zavjese i spustite rolete (barem u prostoriji u kojoj se pas najviše zadržava). Poželjno je to napraviti **PRIJE** nego što pucnjava i vatromet započnu. Rolete i deblje zavjese prigušiti će zvukove i spriječiti bljeskove vatrometa ili munja. Glasna glazba s mnogo basa i bubnjeva poput rocka, techna, funka i sl. odlično maskira zvukove.

Ako pas voli boraviti u zasebnoj prostoriji, možete mu pustiti različite šumove. Vjerojatno ste čuli za tzv. **bijeli šum**. Bijeli šum djeluje poput audio pokrivača te prikriva ometajuće zvukove iz okoline. Stabilan pozadinski zvuk pomaže mozgu da se manje fokusira na iznenadne, i potencijalno ometajuće zvukove te može biti koristan za opuštanje i san. Osim bijelog, postoje i mnoge druge “boje” šumova, poput ružičastog, smeđeg, plavog, ljubičastog ili sivog. Brojna istraživanja

pokazuju da **bijeli**, **smeđi** i **ružičasti** šumovi mogu pomoći u smirivanju ili poboljšanju kvalitete sna. Snimke šumova možete pronaći na Youtube kanalu i raznim aplikacijama a neki traju 10 i više sati.

Zvukove pucnjave možemo prigušiti i tako da psa naviknemo na nošenje marame ili kape za prigušivanje zvukova. Razna **pokrivala za glavu** možete naći na internetskim trgovinama, no kupovina istih može biti rizična jer ne možemo opipati materijal, vidjeti je li dovoljno elastičan, je li tkanina dovoljno gusta i da li dobro prijanja uz glavu (ne žulja, ne kliže). Najbolje je da napravite sami. Manji frotirni ručnik ili krpu presavinite na tri djela po duljini, omotajte elastičnim zavojem ili pričvrstite maramom.

Počnite s privikavanjem prije stresnog događaja, kako bi pas mogao biti miran i naviknut na nošenje “kape”.

Nekim psima pokrivala za glavu neće pomoći jer pas ipak može čuti pucnjavu ili jer su već u velikom stresu. No ukoliko napravite sve ovo



*Nakon što je gurao glavu pod jastuk i pritiskao se uz mene omotala sam mu glavu nakon čega se smirio, zaspao i prespavao cijelu noć.*

prethodno nabrojano (spustite rolete, omogućite sklonište ili mjesto gdje se pas osjeća ugodno, pojačate glazbu/šumove, psu stavite “kapu” i date sredstvo za smirenje) velika je vjerojatnost da će se strah smanjiti, a pas umiriti. Mnogi psi sami guraju glavu pod jastuk, pokrivač, neki u naše naručje ili pod pazuh pokušavajući na taj način prigušiti buku.

## Pružite psu podršku

Općepoznata predrasuda jest da će se pas ako ga tješite još više bojati! **To je apsolutno netočno!** Pružanje podrške ne može pogoršati emocionalno stanje, a strah, anksioznost i panika emocionalna su stanja koja psi proživljavaju na vrlo sličan način kao i mi ljudi.

Pokušajte zamisliti sebe u situaciji u kojoj osjećate strah. Ako vam netko priđe, zagrlji vas i smiruje riječima, sigurno se nećete osjećati gore nego da ste sami i nema nikoga tko bi vas umirio. Psi reagiraju na isti način. Od nas, njihovih skrbnika, osim hrane, vode i šetnje, očekuju i traže zaštitu.

### **Ako pas traži vašu blizinu, pustite ga da bude uz vas!**

S druge strane, ima pasa koji ne vole našu blizinu i radije se povuku “u svoju rupu”. Pustite ih da sami nađu svoj mir i nemojte ih dodatno uznemiravati i forsirati da budu uz vas.





## Nepoželjna ponašanja

Neki psi zbog stresa i u stanju panike mogu reagirati agresivno. Pustite ih da se primire i smjeste negdje gdje će se osjećati sigurno, nemojte ih forsirati. Najvažnije od svega – **psa nemojte kažnjavati**, čak ni ako na pucanje reagira nepoželjnim ponašanjem: to će samo pogoršati njegov strah. **Djeci objasnite da nije vrijeme za igru s psom!**

## Ne ostavljajte psa samog ili vani u dvorištu!

Pse (a ni ostale ljubimce) za vrijeme pucnjave **NIKADA** nemojte ostavljati same, pogotovo ako se boje! Ako planirate proslavu negdje vani, ostavite ih kod prijatelja ili rodbine koje pas poznaje, koji su kod kuće i planiraju mirniji doček. Nemojte ih ostavljati kod nepoznatih ljudi jer bi to moglo još gore utjecati na njihovo emocionalno i psihičko stanje. Ovo pogotovo nemojte prakticirati ako ste i inače primijetili da se pas nelagodno osjeća kada ostaje sam. Na psa koji se panično boji pucnjave sigurno neće dobro utjecati proslava, buka, gužva i stan pun nepoznatih ljudi, pa i o tome razmislite.

Psima koji inače žive vani omogućite boravak u kući za nevremena ili kada se puca! Osim što je to razdoblje za njih izuzetno stresno, može biti i opasno ako petarda padne u njihovoj blizini! Biti sam i izoliran



od svojih ljudi kada je u strahu, za psa je najgora opcija. Ako je pas sam u dvorištu ne možete vidjeti kako se ponaša, je li u strahu, je li u stanju panike, da li je hiperventilirao, postoji li opasnost od srčanog udara i koja je razina straha. Omogućite psu da bude uz vas kako bi mu mogli pomoći ako je potrebno.

## Štenci i mladi psi

Vrlo često ljudi kažu kako se njihov pas nije bojao kada je bio štene, nego tek kada je odrastao. Strahovi se rijetko dese “tek tako”. Ako imate štene ili mladog psa trebate biti posebno oprezni u vrijeme blagdana kako pas kasnije ne bi razvio strahove. Nikako nemojte štene držati u izolaciji, ali svakako prigušite zvukove. Blagdani mogu biti idealna prilika za navikavanje na taj tip buke. Trebamo imati na umu da namjerno i naglo izlaganje jakoj buci može biti kontraproduktivno, dakle ne – nemojte sa štenetom izlaziti van na samu Novu godinu kada svuda oko nas lete petarde. Ostanite u kući, i na zvukove petardi i vatrometa reagirajte veselim ili smirenim tonom.

**Obavezno** imajte u svakom trenutku spremne poslastice (u kući na raznim mjestima, u svakoj šetnji). Ne bilo koje, već neke koje pas nikada ili vrlo rijetko dobije, poput kuhanog/pečenog nemasnog i nezačinjenog mesa, sira, šunke i sl.

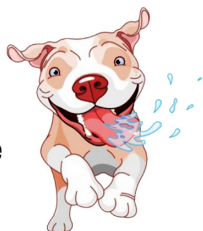
Uparite zvuk pucnja sa hranom **točno** dolje opisanim redoslijedom kako bi stvorili pozitivnu asocijaciju na taj podražaj.



kiša poslastica



stvaranje  
pozitivne  
asocijacije



Ako pas ne želi jesti, vrlo vjerojatno je već pod velikim stresom. U tom slučaju kontaktirajte savjetnika za ponašanje kako biste na vrijeme mogli adresirati ovaj problem.

## Sigurnost u šetnjama

Svake godine društvene mreže pune su objava o nestalim psima koji su u strahu pobjegli. Neki nažalost nikada ne budu pronađeni. U vrijeme blagdana, te kada se puca, pas bi **OBAVEZNO** trebao biti na povodniku, bez obzira na to što se do sada nikada nije bojavao.

### **Svaki pas se može prestrašiti! Čak i onaj “najhrabriji”!**

Ako se pas iznenada prestraši i nađe se u stanju panike, ništa ga neće zaustaviti čak ni ako vas inače savršeno sluša.

**Pas u stanju panike nije sposoban slušati!** Držanjem psa na povodniku spriječiti ćemo ga da pobjegne, izazove prometnu nesreću u kojoj mogu osim psa stradati i drugi ljudi.

Bilo bi poželjno da pas na ogrlici ili ormi ima markicu s brojevima telefona koja se ne može lako skinuti, potrgati ili otpasti. Ako pas slučajno pobjegne, veća je vjerojatnost da će vas netko odmah nazvati i brže ga vratiti.

Mikročip je zakonski obavezan, no imajte na umu da je za vrijeme blagdana teško je pronaći veterinara koji će ga očitati.

**Dežurstva služe za hitne slučajeve!**



# Lijekovi i suplementi



## Lijekovi

**Najčešće reakcije** na savjet da se životinji da lijek za smirenje su **“Ne želim drogirati svog ljubimca”** ili **“Ne želim psa kljukati ljudskim lijekovima”** (ljudi i ljubimci dijele mnoge lijekove). Neki ne žele davati niti suplemente, dok drugi viču **“samo prirodno”!** Ovakvo razmišljanje pokazatelj je neznanja i neupućenosti u problematiku stresa, strahova i panike te načina na koji funkcioniraju suplementi i lijekovi.

Često će skrbnici isprobavati različite suplemente, bacati novac u nedogled jer ništa ne funkcionira, dok njihov ljubimac pati, a strah se svakim novim stresnim događajem samo još više pojačava.

Neću niti spominjati činjenicu da su psi u stanju izrazitog prolongiranog straha u **životnoj opasnosti**. Svake se godine na društvenim mrežama objavljuju tužne objave o tome kako je nekome uginuo ljubimac jer njegovo srce nije više moglo podnijeti silan stres. Nemojte pridonositi ovoj ružnoj statistici jer “ne želite drogirati” svog ljubimca!

## Intenzivan stres i strah za ljubimce su daleko opasniji i štetniji od pravilne primjene lijeka za smirenje!

Lijekove za smirenje možemo podijeliti u dvije skupine:

- brzdjelujuće odnosno situacijske (anksiolitici) i
- dugotrajne (antidepresivi)

### BRZODJELUJUĆI (anksiolitici)

U tzv. brzdjelujuće odnosno situacijske lijekove (djeluju unutar 30-45 min) spadaju **benzodiazepini**.

**Benzodiazepini** su skupina lijekova sa smirujućim i opuštajućim učinkom na središnji živčani sustav. Njihovi **generički nazivi** su alprazolam, bromazepam, lorazepam,





diazepam, klonazepam, oksazepam... Tržišni nazivi variraju ovisno o proizvođaču, no kod nas su najčešće to **Apaurin, Normabel, Dapam, Xanax, Helex, Misar, Maprazax.**

Važno je napomenuti da postoji mogućnost da učinak lijeka neće biti potpun ako se lijek daje kada je pas već jako uznemiren, stoga pažljivo treba planirati apliciranje!

### **DUGOTRAJNI (antidepresivi)**

Ima ih raznih, no SSRI lijekovi su ciljano napravljeni kako bi djelovali isključivo na serotoninški sustav, tako da blokiraju ponovnu pohranu serotonina, a na druge neurotransmitere djeluju slabo ili gotovo nikako. Djelotvorni su, vrlo dobro podnošljivi, nemaju neugodnih nuspojava, pa se smatraju sigurnima.

**Generički nazivi** su citalopram, fluvoksamin, paroksetin, sertralin i fluoksetin. Tržišni nazivi variraju ovisno o proizvođaču, no kod nas su najčešće to **Prozac, Zoloft, Paxil, Luvox, Celexa, Lexapro.**

Koriste se **uz bihevioralnu terapiju** ljubimaca koji pate od strahova i anksioznosti.

### **Nikada nemojte davati lijekove i tablete za smirenje na svoju ruku bez prethodne konzultacije s veterinarom!**



Nažalost, kod nas ne postoje veterinarski bihevioristi koji se razumiju u ponašanje, probleme u pponašanju te primjenu lijekova za tu namjenu. Naši veterinari trebali bi se konzultirati s kolegama iz okolnih država ili farmaceutima kako bi mogli adekvatno pomoći ljubimcima.

# VAŽNO!

**Sedalin i slična sredstva za umirenje koja sadrže acepromazin i klorpromazin ne preporučaju se, jer pogoršavaju strahove!**



Vrlo često veterinari za strahove od buke prepisu gel **Sedalin**. Aktivni sastojak Sedalina je **acepromazin** – **sedativ** i **predanestetičko sredstvo** čije djelovanje utječe na potiskivanje ponašanja i smanjuje lokomotornu sposobnost.

Sedalin i slična sredstva koja sadrže acepromazin / klorpromazin **ne djeluju niti kao anksiolitik niti kao antidepresiv**. Istraživanja su pokazala da je kod acepromazina/klorpromazina kontraindikacija **pojačana osjetljivost na zvukove i buku**.

*“Acepromazine is contraindicated for noise fears [10,56,64]. As a tranquiliser and dissociative agent, it appears to have no anxiolytic properties [64,65,66] and is even suggested to heighten sound sensitivity [10,56,64]”*

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10705068/>

Ako vaš pas pokazuje bilo kakve, pa i najsuptilnije znakove iritacije na zvučne podražaje (bilo kakve!), te bilo kakve znakove straha od pucnjave i glasnih zvukova, zamolite veterinara da vam da neko drugo sredstvo za smirenje.

## Suplementi

Pojam **suplement** znači dopuna, dodatak, nadopuna. Na svakoj bočici vitamina ili dodataka prehrani piše: “Nije zamjena za uravnoteženu prehranu” ili “Prije upotrebe konzultirajte se s liječnikom/veterinarom”.

Suplementi, baš kao i lijekovi, također mogu imati nuspojave te djelovati nepovoljno na organizam ako se daju predugo, ako se daje pogrešna doza (mnogi misle da je više nužno i bolje – ne, nije!), ako životinja ima netoleranciju/alergiju na određeni sastojak, ako životinja pati od nekih bolesti, odnosno stanja poput npr. bolesti jetre, bubrega, štitnjače, probnog sustava i sl.

Na tržištu postoji bezbroj različitih suplemenata, ne baš niskih cijena, a vrlo upitnog djelovanja kada su u pitanju jaka anksiozna stanja i strahovi. Većina suplemenata je na biljnoj bazi, uz dodatak esencijalnih aminokiselina, minerala i vitamina. Uzimaju se oralno te ih se treba uzimati kroz dulji period (bar mjesec dana prije stresnog događaja poput Nove godine) kako bi se akumulirali u organizmu, a čak i tada njihovo djelovanje je vrlo blago ili upitno.



Neki suplementi mogu se koristiti uz lijekove, dok se neki ne smiju zbog mogućih opasnih kontraindikacija.

## Aromaterapija

Određena **esencijalna ulja** djeluju tako da stimuliraju limbički sustav (dio mozga koji kontrolira raspoloženje i emocije), čime se može pomoći umanjiti ili ukloniti stres, anksioznost, strah itd.. Ulja moraju biti **100 % prirodna**, certificirana i adekvatno skladištena, a mogu se upotrebljavati površinski (na kožu), udisanjem (s pomoću raspršivača), a poneka se mogu uzimati i oralno.

Nemojte očekivati čuda, nego pokušajte vidjeti postoje li indikacije da se razina stresa smanjila.

**Prije uporabe esencijalnih ulja i homeopatskih pripravaka, obvezno se konzultirajte sa školovanim aromaterapeutom educiranim i u području rada s kućnim ljubimcima!**

Ako vaš pas već pati od jakog straha od buke, ipak razmislite o primjeni lijeka.





## Je li moguće riješiti strah od buke?

Ponašanja koja pas pokazuje zbog straha su **emocionalne reakcije**. Zbog toga se, da bismo promijenili ponašanje životinje, prije svega trebamo usredotočiti na promjenu njezina emocionalnog stanja.

Promjeni emocionalnog stanja najčešće se pristupa terapijskim postupcima **desenzibilizacije** i **protuuvjetoavanja**, kao i primjenom suplemenata, lijekova, dodataka prehrani te modifikacijom ishrane.

**Desenzibilizacija** je proces **postupnog i sistematičnog** izlaganja podražaju koji uzrokuje neželjeno ponašanje.

**Protuuvjetoavanje** (ili preuvjetoavanje) je proces koji podrazumijeva promjenu ponašanja što ga izaziva određeni podražaj.

Prilikom primjene procesa desenzibilizacije i protuuvjetoavanja **najprije trebamo utvrditi koji okidači (podražaji) utječu na strahove i potiču anksioznost i paniku**. Oba su procesa u ovom slučaju dugotrajna i zahtijevaju rad sa stručnom osobom, često suradnju s veterinarima, predanost, pažljivo planiranje, ponekad i promjenu nekih životnih navika te držanje uputa koje ste dobili od savjetnika.

**Proces rješavanja strahova je obično dugotrajan i kompliciran, no strahove je svakako moguće uspješno riješavati.**





# URBAN PET

© Urban Pet Sva prava pridržana

Ova brošura smije se skidati i dijeliti isključivo u elektroničkom obliku.

**Zabranjeno je umnožavanje, reproduciranje, kopiranje i objava teksta u medijima i distribucija brošure ili djelova brošure u tiskanom obliku bez prethodne suglasnosti autora.**

Urban Pet ne preuzima odgovornost za eventualnu štetu koja nastane kao posljedica služenja informacijama preuzetih iz ove brošure.

Sadržaj je informativnog i edukativnog karaktera te ne zamjenjuje stručnu pomoć **kvalificiranog** savjetnika prilikom rješavanja problematičnih ponašanja pasa.

**Urban Pet – Edukacija vlasnika, ponašanje i trening pasa**

**T.** +385 (98) 1804 690 **E.** [info@urbanpet.hr](mailto:info@urbanpet.hr) **W.** [www.urbanpet.hr](http://www.urbanpet.hr)