



Ongewenst gedrag kan een serieuze indicatie zijn voor 'niet alleen kunnen zijn' van de hond

In het afgelopen half jaar is er één gedragsprobleem dat ik in mijn praktijk en dat van mijn collega's steeds vaker zie terugkomen. Ik heb het dan over niet alleen kunnen zijn, in de volksmond vaak verlatingsangst genoemd, maar dat dit net iets anders is, komt verderop in dit artikel nog aan bod. Door de coronapandemie is het aantal nieuw aangeschafte honden/pups enorm gegroeid en de afgelopen maanden zien we steeds meer de resultaten van de lockdowns waardoor mensen weinig van huis konden en dat als gevolg daarvan hun honden ook zelden tot nooit alleen hoefden te zijn. Maar nu het einde van alle maatregelen inmiddels in zicht is en ook thuiswerken niet meer nodig is, verschuift het werk weer naar kantoor voor een groot deel van de mensen en als gevolg daarvan zijn er veel meer honden alleen thuis. Dit hoeft geen problemen te geven als het goed wordt opgebouwd, echter door omstandigheden en niet zelden door een werkgever opgelegd, is de realiteit soms dat een hond binnen een week moet leren van nooit alleen zijn naar 4-8 uur alleen zijn. Dat dit een vrijwel onmogelijke opgave is en dat het voor de hond een serieuze aantasting van zijn welzijn is wordt niet altijd (h)erkend.

Signaleren van probleem

Als dierenarts zullen jullie vaak de eerste lijn zijn waar een hondeneigenaar komt met zijn vragen over dit probleem. En daar zit nu zo mooi een kans, want de signalen van een hond die niet alleen kan zijn variëren nogal eens en worden daardoor ook soms niet onderkend als zodanig.

Indien er op tijd wordt gezien dat het gedrag dat de hond laat zien als oorzaak heeft dat hij niet goed alleen kan zijn, dan kan een eigenaar er mee aan de slag en kan erger worden voorkomen. En met erger bedoel ik dat als een hond echt niet alleen kan zijn, er vaak besloten wordt om hem te herplaatsen of in een nog zwarter scenario in een asiel te plaatsen. Terwijl dit met goede begeleiding voorkomen had kunnen worden en zowel de eigenaar als de hond dit verdriet kon worden bespaard.

Wat zijn dan de drie meest voorkomende signalen die een hond kan laten zien waardoor er moet worden gedacht aan problemen met alleen zijn of verlatingsangst:

1) Vocaliseren

Dit is de meest duidelijke vorm en deze zorgt er ook vaak voor dat een eigenaar sneller doorheeft dat een hond niet alleen kan zijn. Immers hij krijgt klachten van de burens of hij merkt zelf als hij thuiskomt en/of weggaat dat zijn hond blaft, huult of jankt. Evolutionair gezien is het heel logisch dat een hond dit gedrag inzet. Het is een mechanisme dat is ontstaan om jonge dieren te beschermen tegen gevaar en om ouderdieren snel hun jongen te laten zoeken als ze te ver weg zijn van een omgeving die ze beschermt tegen vijanden. Dit is simpelweg een erfelijke eigenschap met als doel het overleven van een soort. Het is dus niet zoals soms wel wordt gedacht, fout of ongehoorzaam gedrag van de hond. De hond of pup gebruikt dit middel omdat hij zich niet veilig voelt. Aan de eigenaar dus de taak om te zorgen dat dit verandert. We horen soms nog dat wordt aangeraden om een anti-blafband te gebruiken indien een hond blaft of jankt. Met bovenstaande in gedachte, is het niet heel erg wenselijk om dit te doen. Pijn of schrik gebruiken om blafgedrag te verminderen is zeer schadelijk voor de



hond. Het gedrag wordt dan wellicht onderdrukt, maar de emotie van angst en zich niet veilig voelen verandert niet, wat uiteindelijk meestal resulteert in een van de andere uitingen van niet alleen kunnen zijn of zelfs in agressie.

2) Vernielzucht

Honden die moeilijk alleen kunnen zijn zoeken een manier om zichzelf te kalmeren en/of proberen een uitweg te vinden om hun eigenaar te kunnen volgen. Meestal richt deze vernielzucht zich op allerlei voorwerpen en objecten bij de deur waardoor de eigenaar is vertrokken. Denk aan de deurmat, deurkozijnen die worden kaalgevreten, de deur waaraan soms zo hard wordt gekrapt dat de pootjes ervan bloeden en alles wat er in de buurt ligt of staat kan er aan moeten geloven. Kauwen en bijten werkt voor de hond ook nog eens kalmerend, waardoor dit gedrag vaak langere tijd in stand blijft en het soms niet meteen duidelijk is dat de hond bang is en probeert door de deur te komen.

Indien het gedrag dan wordt bestempeld als ondeugend of slecht opgevoed en de hond daarvoor gestraft wordt, meestal ook ruim nadat hij het gedrag heeft uitgevoerd, wordt het cirkeltje steeds moeilijker te doorbreken. En ook hier geldt weer dat bestraffen van dit gedrag niet eerlijk is naar de hond toe die niet begrijpt waarvoor hij gestraft wordt. Zeker in het geval van ruim na facto van de daad straffen zorgt voor angst en in dit geval ook nog een beschadiging van de relatie met de eigenaar.

3) Onzindelijkheid

Het derde signaal dat een hond moeilijk alleen kan zijn is onzindelijkheid en dit kan alleen urine zijn, maar ook feces. Onzindelijkheid is een van de signalen die aangeven dat de angst om alleen te zijn echt heel groot is, want geen enkel dier laat zomaar zijn plas of poep lopen als het niet echt nodig is.

Er moet wel een onderscheid worden gemaakt tussen de honden die heel kort na het alleen blijven al onzindelijkheid laten zien en de honden die dit pas doen na bijvoorbeeld 6-8 uur alleen zijn. Bij de laatste groep is de kans groot dat ze het gewoon niet meer kunnen ophouden en wellicht wel 'gewoon' alleen kunnen blijven. De discussie even daargelaten of het prettig is voor welke hond dan ook om langer dan 6 uur alleen te blijven.

Als een eigenaar met vragen komt over een van deze drie gedragingen kan het duiden op een hond die het moeilijk heeft met alleen zijn en is het van belang om door te vragen over de situatie thuis met betrekking tot werken en de hond alleen laten zijn.

Lijden in stilte

Daarnaast is er helaas ook een groep honden die lijdt in stilte en in zichzelf gekeerd blijft als de eigenaar weg is, maar net zoveel angst ondervindt als de honden die vocaliseren, vernielen of onzindelijk zijn. Deze honden hebben simpelweg een andere coping strategie en die is voor ons mensen een stuk fijner, maar voor de hond zelf zeker niet. We zien dan ook vaak bij deze honden dat ze na langere tijd andere symptomen krijgen die duiden op hoge stress en lager welzijn. Dit varieert van vaak ziek zijn door een slechter immuunsysteem als gevolg van de stress tot angstig en/of agressief gedrag naar de eigenaar toe.

Hoe kan een eigenaar dan toch aanwijzingen krijgen dat zijn hond niet zo graag alleen is?

Hoewel alle honden anders zijn en iedere hond ander gedrag zal laten zien, zijn er zeker wel een aantal signalen die een indicatie zijn voor moeilijk alleen kunnen zijn.

- Vastplakken aan de eigenaar als die zich klaarmaakt om weg te gaan (jas aan, tas pakken, sleutels pakken etc.);
- Overdreven en langdurig (meer dan 1 minuut) blij en druk bij thuiskomst;



- • Obsessief gedrag zoals continu rondlopen als de hond denkt dat eigenaar weggaat;
- Hijgen terwijl daar geen aanleiding voor is door activiteit als de hond denkt dat eigenaar weggaat;
- Natte plekken op zijn vacht of vloer (of tapijt) waar de hond repeterend heeft gelikt;
- Voer of lekkers dat was gegeven bij het weggaan is niet opgegeten.

Omdat de eigenaar dit gedrag vaak niet persé als onprettig ziet, zal de noodzaak er minder zijn om hier verder iets mee te doen. Maar voor de hond is die noodzaak er dus wel! En hoe eerder een eigenaar inziet dat de hond een probleem heeft en hier mee aan de slag gaat, hoe groter de kans dat het probleem niet groter wordt en eindigt in een hond die niet eens meer korte tijd alleen kan zijn.

Metten is weten

Hoe het probleem nu aan te pakken? Een van de belangrijkste onderdelen van een therapie inzetten is het via video monitoren van de tijd dat de hond alleen is. Dan is zichtbaar wat er precies gebeurt als de hond alleen is. Het is niet voldoende om de burens te vragen of de hond stil is als hij alleen is. Dit zegt namelijk niks over de rest van zijn gedrag. Hij kan best stil zijn en de hele tijd onrustig heen en weer lopen, hijgen, of zichzelf likken of bijten. Daarom is het maken van een video-opname altijd nodig voor een goed beeld van het probleem en naderhand voor de monitoring tijdens de therapie.

Diagnose

Naast het verkrijgen van een duidelijke video-opname van het gedrag op enig startpunt, is het vaststellen van een goede diagnose heel belangrijk voor het aanpakken van het

probleem. Er zijn meerdere redenen waarom een hond niet alleen kan blijven. Dit kan zijn doordat het simpelweg niet is aangeleerd, zoals nu vaak voorkomt door corona, maar het kan ook door een trauma komen. Denk hierbij aan een hond die alleen was tijdens een onweersbui en hier erg van is geschrokken. Te weinig fysieke en mentale uitdaging of tekort aan basisopvoeding zijn ook mogelijke redenen. En een hond kan niet goed alleen zijn omdat hij echte verlatingsangst heeft om welke reden dan ook. Hoewel niet alleen kunnen zijn door vrijwel iedereen verlatingsangst wordt genoemd is dat niet hetzelfde. Verlatingsangst is gekoppeld aan 1 en soms 2 personen waar de hond niet zonder kan. Indien deze persoon er niet is dan vertoont de hond meestal een of meer van de duidelijke signalen zoals hierboven beschreven. Verlatingsangst is wat moeilijker aan te pakken dan regulier niet alleen kunnen zijn. Niet in de laatste plaats omdat bij het starten van therapie de hond gedurende de opbouwperiode nooit alleen mag zijn. Als het verlatingsangst betreft wordt het leven van de persoon waar de hond zo aan hangt zeer beperkt. Dat dit zeer ingrijpend is voor het welzijn van de eigenaar is vaak een van de redenen waarom dit soort honden uiteindelijk in het asiel of op marktplaats belanden. Het vraagt nogal wat van een eigenaar om hier mee om te gaan. Helaas zien we o.a. bij herplaatsenhonden uit het buitenland dat deze sneller deze vorm ontwikkelen. Ze klampen zich letterlijk vast aan de persoon die hun veiligheid biedt en het kost dan meer tijd voor deze honden om te leren dat deze persoon ze niet zal verlaten. Maar het komt ook voor bij andere honden en de oorzaak kan zeer divers zijn.

Therapie

Voor het begeleiden van een eigenaar met een hond die niet alleen kan zijn is een goed begrip van de achterliggende

“Honden zijn niet gemaakt om alleen te zijn, ze voelen zich veilig en gelukkig als ze deel mogen uit maken van het gezin...”

oorzaak van de specifieke hond nodig. Er moet op basis van een uitgebreide anamnese een diagnose worden gesteld zodat een passende therapie kan worden opgesteld. Een veelvoorkomende comorbiditeit bij het niet alleen kunnen zijn is geluidsangst en/of een andere angststoornis. Indien dit niet wordt meegenomen in de diagnose kan het goed zijn dat een therapie niet aanslaat omdat het andere probleem niet is onderkend en dat de therapie in de weg staat.

Medicatie ter ondersteuning

Bij veel van de gevallen waar mijn collega's en ik worden ingeschakeld is de angst van de hond zodanig dat de leerbaarheid niet hoog is. Het inzetten van gedragsmedicatie is dan zeer helpend om de hond meer bereikbaar te maken en de kans op het slagen van de therapie te vergroten. Een veel gebruikt middel is dan Clomicalm. Soms komt het voor dat een eigenaar dit middel wil inzetten zonder therapie, maar de ervaring leert dat het geen quick fix of wondermiddel is en dat training noodzakelijk blijft. Er zijn natuurlijk nog alternatieven en het is fijn als een KGT in overleg met de dierenarts kan bekijken welk middel voor de hond in kwestie het beste zal werken. Indien er bijvoorbeeld een agressieprobleem speelt dan is er een contra-indicatie omdat clomicalm de noradrenaline stimuleert en dit defensief gedrag kan triggeren. Daarom is het goed om per geval te beslissen wat nodig is en ook dat de overige medische geschiedenis van de hond in acht wordt genomen om problemen te voorkomen. Denk hierbij aan honden met hartritmestoornissen, epilepsie of bijvoorbeeld schildklierproblemen.

Andere hulpmiddelen

Hoewel het soms echt de beste optie is voor een hond om medicatie ter ondersteuning te gebruiken, is dat niet voor iedere eigenaar financieel mogelijk of soms wil een eigenaar het simpelweg niet.

Dan zijn er wel opties die ondersteunend kunnen werken. We weten dat deze niet wetenschappelijk bewezen zijn, maar er zijn voldoende gevallen gerapporteerd zodat we weten dat er een groep honden is die er zeker wel baat bij heeft. Te denken valt dan aan:

- Adaptil
- Telizen
- Zylkéne (vaak als er ook geluidsangst speelt)
- Relaxopet
- Bachbloesem therapie

Dit artikel zal duidelijk maken dat het geen eenvoudig probleem is om op te lossen, maar dat het wel degelijk haalbaar is. De toename aan honden die niet alleen kunnen zijn is logischerwijs te wijten aan het weer meer buitenshuis moeten werken, maar zeker ook aan meer mogelijkheden in het sociale leven van de eigenaars. Dat de hond hier niet altijd in past is ook een normaal gegeven. Daarom is het van belang om de hond te laten wennen in kleine stappen aan het alleen zijn en niet te verwachten dat hij van vrijwel nooit alleen ineens een hele dag alleen kan blijven. Korte periodes van alleen zijn opbouwen, waarbij de hond nog comfortabel is en niet onrustig wordt of een van de indicaties geeft die in dit artikel genoemd staan, geven het meest optimale resultaat. Oppas, uitlaatservices en de hond meenemen als hij anders te lang thuis moet blijven zijn de meest praktische managementoplossingen totdat hij geleerd heeft om een aantal uur alleen te blijven.

Voor een hond is meer dan 4 uur alleen zijn al een behoorlijke opgave, waarbij we 6 uur echt als maximaal zien en bij voorkeur niet dagelijks. Honden zijn niet gemaakt om alleen te zijn, ze voelen zich veilig en gelukkig als ze deel mogen uit maken van het gezin. Als die basis stabiel en goed bevestigd is, kan een hond gemakkelijk die 4 uur alleen en ontspannen zijn, dus voor een eigenaar echt de moeite waard om tijd en energie in te steken. Dat voorkomen in dit geval duidelijk beter en eenvoudiger is dan genezen ligt voor de hand. En op tijd signaleren dat er een probleem is helpt hier aan mee! ■

Kynologisch gedragstherapeuten die zijn aangesloten bij de NVGH kunt u vinden via www.nvgh.nl



Er is een landelijke dekking door de ruim 130 bij ons aangesloten leden. Hierdoor is er altijd wel een KGT bij u in de buurt.

Voor beschikbare informatie over dit artikel: www.dier-en-arts.nl > DIER•EN•ARTS online of scan de onderstaande QR-code

