

Aufrechterhaltung des gesunden Körpergewichts Ihrer Katze

Warum ist es wichtig, ein optimales Körpergewicht bei Katzen aufrechtzuerhalten?

Starkes Übergewicht beeinträchtigt die Lebensqualität Ihrer Katze und möglicherweise auch ihre Lebenserwartung. Katzen mit einem erhöhten Körpergewicht haben ein höheres Risiko, verschiedene Krankheiten zu entwickeln. Darüber hinaus kann Übergewicht das Fortschreiten bestimmter Krankheiten beschleunigen.

Übergewicht ist kein gesunder Zustand und begünstigt viele medizinische Probleme

Übergewicht bei Katzen ...

- beeinträchtigt die Lebensqualität, u. a. durch eine verminderte Hitze- und Belastungstoleranz, eine eingeschränkte Mobilität und Gelenkschmerzen
- verringert die Fähigkeit zur eigenständigen Körperpflege
- erschwert tierärztliche Eingriffe und Behandlungen und steigert das Risiko von Komplikationen während einer Narkose

Starkes Übergewicht begünstigt außerdem das Auftreten folgender Erkrankungen:

- Diabetes mellitus
- Hautkrankheiten
- Erkrankungen der Harnwege
- Erkrankungen des Bewegungsapparates

Schon bestehende Erkrankungen können sich durch eine ungesunde Zunahme des Körpergewichts verschlimmern.



Was ist ein ideales Körpergewicht?

Das ideale Körpergewicht ist das Gewicht, welches für die Rasse, das Alter und den Körperbau (Größe) Ihrer Katze angemessen ist. Jede Katze hat ihr individuelles Idealgewicht und die Aufrechterhaltung dieses Gewichts ist wichtig für die allgemeine Gesundheit.

Die regelmäßige Bestimmung des Körpergewichts mithilfe einer Waage ist eine sehr zuverlässige Methode, um Gewichtsveränderungen im Laufe der Zeit zu überwachen.

Die Messung des Körpergewichts hat den Vorteil, dass sie schnell, einfach, wiederholbar und objektiv ist. Sie kann jedoch nicht allein zur Beurteilung der Körperkondition herangezogen werden, da sie nicht zwischen Fett- und Muskelmasse unterscheiden kann.

Das sogenannte Body Condition Scoring (BCS) als Ergänzung zur Gewichtsmessung ist eine schnelle Methode zur Beurteilung der Körperform Ihres Heimtieres. Hierbei wer-

Fakten zu Heimtierernahrung & Heimtierhaltung

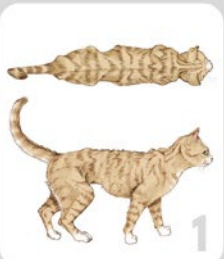



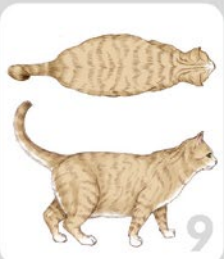


den die Körperkonturen und Fettschichten betrachtet, sodass Sie einschätzen können, ob Ihr Tier unter-, normal- oder übergewichtig ist. Die Methode der World Small Animal Veterinary Association (WSAVA) zur Beurteilung

des BCS finden Sie in diesem Informationsblatt. Die Anwendung des Body-Condition-Scoring-Systems erfordert Übung. Daher empfiehlt es sich, zusätzlich tierärztlichen Rat einzuholen.

Das Body-Condition-Scoring-System



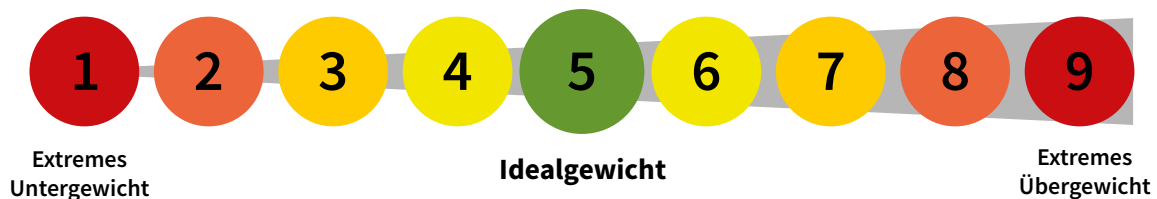
Zu dünn		Ideal	Zu dick	
				
<p>1 Rippen bei Kurzhaarkatzen sichtbar, keine tastbaren Fettpolster, stark eingezogene Bauchlinie. Lendenwirbel und Darmbeinflügel leicht tastbar.</p> <p>2 Rippen bei Kurzhaarkatzen leicht erkennbar, Lendenwirbel gut erkennbar bei minimaler Muskelmasse, ausgeprägte Bauchlinie, keine tastbaren Fettpolster.</p>	<p>3 Rippen unter einer minimalen Fettschicht leicht tastbar, Lendenwirbel gut ausgeprägt. Ausgeprägte Taille hinter den Rippen, minimale Fettschicht auf dem Bauch.</p> <p>4 Rippen unter einer minimalen Fettschicht tastbar, Taille hinter den Rippen feststellbar, leichte Baucheinziehung, kein Fettpolster auf dem Bauch.</p>	<p>5 Gut proportioniert, Taille hinter den Rippen sichtbar, Rippen unter einer leichten Fettschicht tastbar, minimales Fettpolster auf dem Bauch.</p>	<p>6 Rippen unter einer leichten Fettschicht tastbar. Die Taille ist erkennbar. Fettpolster sind auf dem Bauch erkennbar, keine Baucheinziehung.</p> <p>7 Rippen unter einer mäßigen Fettschicht nicht so leicht tastbar, Taille kaum sichtbar, ausgeprägte Rundung des Bauches, mäßiges Fettpolster auf dem Bauch.</p>	<p>8 Rippen unter einer zu dicken Fettschicht nicht tastbar. Keine Taille erkennbar, ausgeprägte Rundung des Bauches mit erheblichem Fettpolster. Fettpolster im Lendenbereich.</p> <p>9 Rippen unter dicker Fettschicht nicht mehr tastbar, schwere Fettpots im Lendenwirbelbereich, im Gesicht und an den Gliedmaßen. Vorwölbung des Bauches, keine Taille, ausgeprägte Fettpolster auf dem Bauch.</p>

Bjornvad CR, et al. Evaluation of a nine-point body condition scoring system in physically inactive pet cats. AJVR 2011;72:433-437.
 Laflamme DP. Development and validation of a body condition score system for cats: A clinical tool. Feline Pract 1997;25:13-18.
 Teng KT et al. Strong associations of 9-point body condition scoring with survival and lifespan in cats. J Feline Med Surg. 2018;20(12):1110-1118. DOI: 10.1177/1098612X17752198

Body Condition Score Chart. Das englischsprachige Original finden Sie unter wsava.org



Insgesamt hat die WSAVA neun Gewichtszustände definiert:



- **Optimales Körpergewicht (BCS 5):** Ihre Katze hat **Idealgewicht**, halten Sie diesen Zustand aufrecht. In einigen Fällen kann auch ein BCS von 6 akzeptabel sein, aber achten Sie darauf, dass der Wert nicht weiter ansteigt. Lassen Sie sich von Ihrer Tierärztin/Ihrem Tierarzt beraten.
- **Untergewichtig (BCS unter 4):** Ihre Katze ist leicht (BCS = 4) bis extrem (BCS = 1) untergewichtig und benötigt Ihre Hilfe, um ihr Gewicht zu erhöhen, damit sie bei optimaler Gesundheit bleibt. Lassen Sie sich von Ihrer Tierärztin/Ihrem Tierarzt beraten.
- **Übergewichtig (BCS über 6):** Ihre Katze ist leicht (BCS = 6) bis extrem (BCS = 9) übergewichtig. Dies beeinträchtigt ihre Lebensqualität. Ihre Katze muss abnehmen, um wieder einen optimalen Gesundheitszustand zu erreichen. Lassen Sie sich von Ihrer Tierärztin/Ihrem Tierarzt beraten.

Kontrollieren Sie die Körperkondition und das Körpergewicht Ihrer Katze regelmäßig

Da die Entstehung von Über- bzw. Untergewicht häufig ein schleichender Prozess ist, kann es passieren, dass Sie aufgrund des täglichen Umgangs mit Ihrer Katze Über- oder Untergewicht nicht bewusst wahrnehmen. Beginnen Sie daher so früh wie möglich im Leben Ihrer Katze damit, die Körperkondition mit dem Body Condition Scoring und das Gewicht mithilfe einer Waage zu ermitteln und zu bewerten. Idealerweise starten Sie schon in der Wachstumsphase damit, um die Entwicklung mithilfe von Wachstumskurven

nachzuverfolgen und um Ihre Katze an das Gewichtsmonitoring zu gewöhnen. Wachstumskurven erhalten Sie bei Ihrem Tierarzt bzw. Ihrer Tierärztin.

Es ist deutlich einfacher, das Idealgewicht Ihrer Katze dauerhaft zu erhalten, wenn Sie die Futtermenge bereits bei geringen Gewichtsveränderungen anpassen. Andernfalls kann später ein umfassendes Programm zur Gewichtsreduktion notwendig werden, wenn Ihre Katze bereits sichtbar übergewichtig ist (BCS > 6).

Seien Sie besonders aufmerksam bei Jungtieren. Eine frühe Überfütterung kann zu schnellem Wachstum führen, wodurch die Gefahr besteht, dass Katzen ihr Leben lang eine Neigung zu Übergewicht haben.

Risikofaktoren für Übergewicht bei Katzen

Risikofaktoren, die sich auf den täglichen Kalorienbedarf Ihrer Katze auswirken:

Geschlecht: Kastrierte Kater können ein etwas höheres Risiko für Übergewicht haben als weibliche Katzen.

Kastration/Sterilisation: Wenn ein Kater bzw. eine Katze kastriert wird, sinkt die Produktion der Hormone Testosteron bzw. Östrogen. Dies kann der Hauptgrund dafür sein, dass das Risiko für Übergewicht steigt, da das Sättigungsgefühl der Katze beeinträchtigt wird, sodass sie möglicherweise mehr frisst.

Tipps zu Leckerlis, Kauartikeln und Essen vom Tisch

- **Rationieren Sie die tägliche Leckerli-Menge.**
- **Verwenden Sie nach Möglichkeit einen Teil des Hauptfutters der Katze als Leckerli.**
- **Verwenden Sie kleine Leckerlis. Ein Stück Hähnchen mag für einen Menschen ein kleiner Snack sein, für eine Katze ist es jedoch ein großer Leckerbissen.**
- **Vermeiden Sie kalorienreiche Leckerlis oder die Gabe von Essensresten.**



Fakten zu Heimtiernahrung & Heimtierhaltung



Alter: Mit zunehmendem Alter können Beweglichkeit und Aktivitätslevel Ihrer Katze nachlassen, sodass eine Ernährungsumstellung erforderlich sein kann, um einer Gewichtszunahme vorzubeugen.

Rassen: Katzen jeder Rasse können übergewichtig werden. Das Risiko ist bei den Rassen Britisch Kurzhaar, Maine Coon und Norwegische Waldkatze sowie bei Mischlingskatzen zweier Rassen jedoch höher als bei anderen reinrassigen domestizierten Katzen.

Bewegungsmangel: Bewegungsmangel senkt den täglichen Energiebedarf Ihrer Katze. Katzen, die keinen Freigang haben, benötigen daher weniger Energie. Sie neigen außerdem dazu, sich öfter am Futternapf zu bedienen. Die meisten reinen Wohnungskatzen fressen zu viel, wenn ihr Futter nicht rationiert wird.

Nach Gewichtsverlust: Katzen, die in der Vergangenheit übergewichtig waren, neigen dazu, wieder übergewichtig zu werden. Daher sollte man die Futtermenge sorgfältig bemessen. Behalten Sie Ihre Katze genau im Auge, um zu vermeiden, dass sie wieder an Gewicht zulegt.

Risikofaktoren, die beeinflussen, wie viel Ihre Katze frisst:

Die Wahl des Futters: Katzen können zu viel Energie aufnehmen, wenn das ausgewählte Futter nicht ausreichend sättigt. Es ist daher wichtig, ein Futter zu wählen, dessen Kaloriengehalt auf die Lebensphase (z. B. Jungtier oder Senior) und den Lebensstil (z. B. Wohnungskatze oder Freigänger) der Katze abgestimmt ist. „Light“-Futter und veterinärmedizinisches Diätfutter zur Gewichtsreduktion haben einen geringeren Kaloriengehalt als normales Futter, enthalten jedoch mehr Nährstoffe, damit Ihre Katze trotz geringerer Kalorienzufuhr weiterhin bedarfsgerecht versorgt wird. Der erhöhte Ballaststoff- und Proteingehalt dieser Diät- und „Light“-Futter kann zu einem verbesserten Sättigungsgefühl beitragen, sodass Ihre Katze die Tagesration in mehreren kleinen Portionen über den Tag verteilt frisst, was wiederum die Verdaulichkeit fördert.

Nassfutter/Dosenfutter enthält mehr Wasser, was bei manchen Katzen zu einer schnelleren Sättigung führen kann. Bei der Gabe von Trockenfutter kann die Größe der

Pellets die Fressgeschwindigkeit beeinflussen. Ihr Tierarzt bzw. Ihre Tierärztin und die Ernährungsexperten und -expertinnen der Futter-Unternehmen können Sie bei der Wahl eines geeigneten Futters für Ihre Katze unterstützen.

Fütterungsmanagement: Katzen sind oft nicht besonders gut darin, ihre Futteraufnahme zu regulieren, wenn sie ad libitum (freie Futterverfügbarkeit) gefüttert werden. Für Katzen, die zu Übergewicht neigen, ist dies daher nicht empfehlenswert. Um den Nährstoffbedarf der Katze zu decken und um zu vermeiden, dass sie energetisch überversorgt wird, sollte die Futtermenge mithilfe einer Küchenwaage abgewogen werden. Das Abmessen der Futtermenge mit einem Messlöffel oder einem Becher ist häufig zu ungenau. Außerdem kann die Tagesmenge auf zwei oder mehr kleinere Mahlzeiten pro Tag verteilt werden.





Activity Feeding: Als „Activity Feeding“ bezeichnet man die Fütterung mit Beschäftigungsmaterialien, wie z. B. Schleckmatten, Fummelbrettern und Intelligenzspielzeug, oder begleitenden Aktivitäten, wie z. B. Futtersuchspielen oder Trainingseinheiten. Diese Art der Fütterung stimuliert die Katze körperlich und geistig und verlängert die Zeit, die sie mit der Nahrungsaufnahme verbringt. Dies kann sich positiv auf das Sättigungsgefühl auswirken. Zusätzlich steigert eine gemeinsame Aktivität die Bindung zwischen Mensch und Tier.



Leckerlis und Kauartikel: Die Gabe von Leckerlis kann ein wichtiger Bestandteil der täglichen Interaktion sein und fördert die Bindung zu Ihrer Katze. Dabei sollten Sie jedoch bedenken, dass Leckerlis und Kauartikel Ihrer Katze zusätzliche Kalorien liefern, genau wie Snacks für Menschen. Daher sollten Leckerlis und andere Ergänzungsfuttermittel nie mehr als 10 Prozent des täglichen Kalorienbedarfs Ihrer Katze ausmachen.

Essensreste: Essensreste vom Tisch bzw. Tischabfälle sind eine weitere Quelle für zusätzliche Kalorien. Das Füttern vom Tisch kann außerdem zu einem Bettelverhalten führen, das schwer zu ignorieren ist. Kalorien aus Tischabfällen

„Activity Feeding“ stimuliert Ihre Katze körperlich und geistig und verlängert so die Zeit, die sie mit der Nahrungsaufnahme verbringt.

müssen in die bereits erwähnten 10 Prozent mit eingerechnet werden. Versichern Sie sich, dass die Tischabfälle für Katzen geeignet, gut verträglich und nicht giftig sind.

So können Sie eine unerwünschte Gewichtszunahme bei Ihrer Katze vermeiden

Es ist sehr wichtig, einer Gewichtszunahme vorzubeugen, da es viel einfacher ist zuzunehmen als abzunehmen.

- Behalten Sie das Gewicht und den Body Condition Score Ihrer Katze im Auge – wiegen Sie sie so oft wie möglich, mindestens einmal im Monat. Verwenden Sie für das regelmäßige Wiegen zu Hause beispielsweise eine Babywaage und passen Sie Ihre Fütterungspraxis bei Bedarf an.
- Wählen Sie ein passendes Futter für die jeweilige Lebensphase, damit der Kaloriengehalt auf das Alter Ihrer Katze abgestimmt ist. Jungtiere benötigen für ihr Wachstum mehr Kalorien. Im Seniorenalter kann sich der Energiebedarf ändern, sodass eine Anpassung erforderlich sein kann.
- Führen Sie nach einer Kastration/Sterilisation für ein paar Wochen ein engmaschigeres Gewichtsmonitoring durch, um Gewichtsveränderungen aufgrund einer möglichen Änderung des Energiebedarfs frühzeitig zu steuern (Anpassung der Futtermenge oder Wechsel auf ein anderes Produkt).



Fakten zu Heimtiernahrung & Heimtierhaltung



- Passen Sie die Ernährung Ihrer Katze an ihr Aktivitätslevel an. Reine Wohnungskatzen haben einen geringeren Energiebedarf als Freigängerkatzen.
- Halten Sie Ihre Katze in guter geistiger und körperlicher Verfassung – lassen Sie sie für ihr Futter arbeiten und planen Sie täglich 10-minütige Bewegungsphasen ein, wobei Sie deren Anzahl an die Bedürfnisse Ihrer Katze anpassen sollten.
- Dosieren Sie das Trockenfutter Ihrer Katze mithilfe einer Waage – bei der Verwendung von Messbechern oder anderen Volumenmessern besteht ein höheres Risiko der Über- oder Unterfütterung.
- Die tägliche Gesamtmenge an Leckerlis und Tischabfällen sollte nie mehr als 10 Prozent des täglichen Kalorienbedarfs Ihrer Katze ausmachen. Achten Sie darauf, die Menge des Hauptfutters entsprechend zu reduzieren. Nutzen Sie für die richtige Tagesmenge den IVH-Futterrechner auf <https://rechner-katzenfutter.ivh-online.de/>.
- Befolgen Sie beim Wechsel auf ein neues Futter sorgfältig die Fütterungsempfehlungen und beobachten Sie nach der Umstellung das Gewicht und den Body Condition Score Ihrer Katze.
- Nassfutter oder das Einweichen von Trockenfutter kann bei manchen Katzen das Sättigungsgefühl verbessern.

Wie viel Gramm eines Nahrungsmittels enthalten 10 Kilokalorien (kcal)/42 kJ?

Verwenden Sie die unten stehende Tabelle für ausgewählte Leckerlis und Lebensmittel

Lebensmittel	Gramm Lebensmittel, die 10 kcal (= 42 kJ) enthalten
Zucchini (gekocht/roh)	43 g
Karotten (gekocht/roh)	24 g
Kartoffeln (gekocht)	13 g
Naturjoghurt (3,5 % Fett)	14 g
Naturjoghurt (1,5 % Fett)	18 g
Thunfisch in Öl*	4 g
Thunfisch in eigenem Saft	10 g
Lachsfilet/Räucherlachs*	5 g
Hähnchenbrustfilet, gegart	8 g
Schinken mit Fett und Schwarte*	7 g
Hartgekochtes Ei	7 g
Frischkäse*	7 g
Sardinen in Öl*	5 g
Frankfurter Würstchen*	4 g
Leberpastete*	3 g
Camembert*	3 g
Emmentaler*	3 g



*Verarbeitete und gewürzte Lebensmittel sind aufgrund der hohen Gehalte an Salz und Zucker ungeeignet für alle Heimtiere und sollten vermieden werden.

Wie viele Kalorien entsprechen 10 % der gesamten täglichen Kalorienzufuhr für Katzen mit einem Gewicht von 2,5 bis 7 kg bei idealer Körperkonstitution? Verwenden Sie diese einfache Tabelle

Körpergewicht der Katze	10 % des täglichen Energiebedarfs, gemessen in kcal*	10 % des täglichen Energiebedarfs, gemessen in kJ*
2,5 kg	13 kcal	54 kJ
3 kg	15 kcal	63 kJ
3,5 kg	16 kcal	67 kJ
4 kg	18 kcal	75 kJ
4,5 kg	20 kcal	84 kJ
5 kg	21 kcal	88 kJ
5,5 kg	23 kcal	96 kJ
6 kg	24 kcal	100 kJ
6,5 kg	25 kcal	105 kJ
7 kg	27 kcal	113 kJ

*Unter Verwendung der Gleichung $10\% \times 75 \text{ kcal} \times \text{KG}^{0,75}$ und umgerechnet in kJ: kcal x 4,1868

Wie erreiche ich ein gesundes Gewicht, wenn meine Katze übergewichtig ist?

Wenn Ihre Katze bereits übergewichtig ist (BCS 7 oder höher), können Sie ihr mit einem Abnehmprogramm helfen. Das Team Ihrer Tierarztpraxis kann Sie dabei unterstützen, dieses erfolgreich zu planen und durchzuführen. Je näher Ihre Katze zu Beginn an ihrem Idealgewicht ist (BCS = 5), desto einfacher ist es. Da die tägliche Kalorienzufuhr deutlich reduziert werden muss, sollte Ihre Katze auf ein ausgewogenes Diätfutter umgestellt werden, dessen Nährstoffgehalt erhöht ist, um die geringere Kalorienzufuhr auszugleichen. Darüber hinaus haben derartige Futtermittel oft einen erhöhten Protein- und/oder Ballaststoffgehalt. So wird Ihre Katze trotz der geringeren Kalorienzufuhr satt.



Weiterführende Literatur

Chandler, M. (2018). New thoughts about obesity. *Companion Animal*, 23(12), 686-695.

Chiang, C. F., Villaverde, C., Chang, W. C., Fascetti, A. J., & Larsen, J. A. (2022). Prevalence, risk factors, and disease associations of overweight and obesity in cats that visited the Veterinary Medical Teaching Hospital at the University of California, Davis from January 2006 to December 2015. *Topics in companion animal medicine*, 47, 100620.

De Godoy, M. R. C., & Swanson, K. S. (2013). Companion animals symposium: nutrigenomics: using gene expression and molecular biology data to understand pet obesity. *Journal of animal science*, 91(6), 2949-2964.

German, A. J. (2006). The growing problem of obesity in dogs and cats. *The Journal of nutrition*, 136(7), 1940S-1946S.

Hoelmkjaer, K. M., & Bjornvad, C. R. (2014). Management of obesity in cats. *Veterinary Medicine: Research and Reports*, 97-107.

Laflamme D. Development and validation of a body condition score system for cats: a clinical tool. *Feline Pract* 1997; 25: 13-18.

Larsen, J. A. (2017). Risk of obesity in the neutered cat. *Journal of feline medicine and surgery*, 19(8), 779-783.

Zoran, D. L. (2010). Obesity in dogs and cats: a metabolic and endocrine disorder. *Veterinary Clinics: Small Animal Practice*, 40(2), 221-239.

Hinweis:

Dieses Papier wurde auf Basis des englischsprachigen Dokuments „Maintaining a healthy weight for your cat“ der FEDIAF (Quelle: <https://europeanpetfood.org/pet-food-facts/fact-sheets/>) erstellt und unter Federführung des Wissenschaftlichen Beirats im Industrieverband Heimtierbedarf (IVH) e.V. inhaltlich angepasst.

