

DE GEZONDHEIDSVOORDELEN VAN HET BEZITTEN VAN EEN KAT



DE GEZONDHEIDSVOORDELEN VAN HET BEZITTEN VAN EEN KAT

De relatie met uw kat is even uniek als uw relatie met welk ander mens of dier dan ook. En net als bij mensen, kan uw kat verschillende relaties hebben met verschillende mensen en geheimen hebben die zij zelf niet zal onthullen.

Om de voordelen van het bezitten van een kat te ontdekken, heeft het [WALTHAM Centre for Pet Nutrition\(open in new tab\)](#). een wetenschappelijk onderzoek uitgevoerd met betrekking tot de relaties tussen huisdier en eigenaar en de voordelen hiervan¹



Naast de algemeen bekende voordelen, zoals de kalme en liefdevolle aanwezigheid van een kat, haar speelse en brutale natuur, haar vermogen om stil te observeren, haar zachte en rustgevend gesnor, zijn de top 4 redenen om een kat te nemen volgens het onderzoek van WALTHAM¹:

• Beter humeur :

Als katteneigenaar zult u de positieve effecten hebben opgemerkt die uw kat op uw humeur heeft. Alleen al door hun aanwezigheid en hun liefdevolle interactie bieden onze katachtige vrienden comfort. Vrouwen gaven in het bijzonder aan zich minder eenzaam te voelen door hun aanwezigheid²

• Sterk hart :

De statistieken tonen aan dat katteneigenaren 37% minder risico hebben op het krijgen van een hartaanval, ongeacht hun leeftijd. De getallen spreken voor zich.

• Versterkte gezondheid :

Naast het minder eenzaam voelen, laten statistieken zien dat oudere mensen met een huisdier veel minder vaak met klachten naar hun dokter gaan. Het aantal doktersbezoeken kan tot wel 15% verminderen. Dat is nog eens een meetbaar verschil! De voordelen hiervan zijn tweeledig; allereerst de verbetering van de gezondheid en het welzijn van de oudere persoon en ten tweede de positieve financiële impact op de openbare gezondheidszorg. Voordeel op grote schaal dus!

• Prikkelen van de nieuwsgierigheid van kinderen:

Katten zorgen ervoor dat kinderen een grotere interesse hebben om de natuur te ontdekken. Recente onderzoeken hebben aangetoond dat de nauwe relatie tussen een kind en zijn kat zelfs hechter kan zijn dan die tussen het kind en zijn broertjes en zusjes. Uw katachtige vriend wordt met recht een gezinslid!

Zoals u kunt zien, zijn katten zonder enige twijfel goed voor uw gezondheid.

- ¹ The WALTHAM Centre for Pet Nutrition.
[https://www.waltham.com/waltham-research/hai-research/\(open in new tab\)](https://www.waltham.com/waltham-research/hai-research/(open%20in%20new%20tab))
- ² Turner DC, Rieger, G. & Gyax, L. Spouses and cats and their effects on human mood. Anthrozoos: A Multidisciplinary Journal of The Interactions of People & Animals 2003;16(3):213-28

Source URL:

<https://www.perfectfit.be/katten-verzorging-advies/mijn-huisdier-en-ik/gezondheidsvoordelen-van-het-bezitten-van-een-kat>