

HOEVEEL SLAAP HEEFT EEN PUPPY NODIG?



HOEVEEL SLAAP HEEFT EEN PUPPY NODIG?

Valt je vrolijke en speelse pup in amper een paar minuten zogoed als in slaap? Barst hij eerst van de energie om vervolgens als een blok in slaap te vallen, waar hij ook ligt? Is hij constant aan een dutje toe, zeker na het spelen of wandelen? Mocht je je de vraag stellen, het is eigenlijk perfect normaal dat een puppy in volle groei zo'n 15 tot 20 uur per dag slaapt. Het lijkt misschien best veel, maar pasgeboren puppy's slapen zelfs 90% van de tijd. Je puppy kan soms ook heel abrupt in slaap vallen, zelfs terwijl hij aan het eten of spelen is.

Zijn plotse slaperigheid kan wat verrassend zijn, maar hoeft je hoegenaamd geen zorgen te baren. Zeker tijdens zijn eerste levensjaar zal je viervoeter waarschijnlijk heel actieve momenten vol energie (waar hij als gek rent, springt en op van alles kauwt, om maar een paar van zijn favoriete hobby's te noemen) afwisselen met dutjes, dutjes en nog meer dutjes.

Hoe actiever je puppy is, hoe meer slaap hij nodig zal hebben. Naarmate hij opgroeit, zal hij steeds minder slaap nodig hebben. Toch slapen ook volwassen honden best wel veel, gemiddeld tussen de 50 en 65% van de tijd. Wees vooral niet bang, meestal is het aangewezen om je puppy gewoon te laten slapen. Je kunt dan ook ons advies volgen om hem aan een kwaliteitsvolle slaap te helpen zodat hij kan opgroeien tot een gezonde volwassen hond.

Waar moet mijn puppy slapen?

Vermoedelijk denk je nu dat je viervoeter een echte gelukzak is! Wat een geluk om altijd en overal te kunnen slapen! In feite moet je bedenken hoeveel hij op één dag allemaal bijleert. De wereld ontdekken is voor je puppy boeiend maar ook uitputtend, zo erg zelfs dat hij niet noodzakelijk meer weet wanneer hij echt moe is. Er bestaan echter verschillende manieren om je puppy de nodige kwaliteitsrust te gunnen die hij nodig heeft om zijn volgende avonturen aan te kunnen.

- Zorg voor een mand waarin hij comfortabel kan slapen. Leg er wasbare dekentjes en

kussens in en zorg ook dat hij voldoende plaats heeft om zich uit te rekken.

- Zet de mand op een rustige plek in huis waar je puppy niet gestoord wordt door voortdurend heen-en-weergeloopt. Als je kinderen hebt, herinner hen er dan ook aan de puppy rustig te laten slapen.
- Zodra je een plek gekozen hebt voor zijn mand, kun je die het best niet meer verplaatsen.
- Maak dat hij 's nachts in het donker kan slapen. Weet echter dat een jonge puppy kan schrikken als hij alleen of in het donker wakker wordt. Geef hem een kledingstuk van jezelf waarin hij zich kan nestelen. Je geur zal hem geruststellen.
- Als je hond in slaap lijkt te vallen, doe hem dan liever naar zijn mand gaan in plaats van te slapen waar hij ligt.
- Wissel de actieve momenten voor je puppy af met voldoende mogelijkheden om thuis in zijn mand een dutje te doen.



Waarom is slaap zo belangrijk voor mijn puppy?

Slapen is van essentieel belang om je puppy tot een gezonde volwassen hond te laten opgroeien. Elk deel van zijn lichaam - zowel zijn hersenen, als zijn spieren of zijn centraal zenuwstelsel - ontwikkelt zich pijlsnel. Door te slapen kan hij de nodige energie opslaan, want die heeft hij nodig om verder te groeien. [\(\(open in new tab\)WALTHAMT Puppy Growth Chart\(open in new tab\)\)\(open in new tab\)](#) Je kleine viervoeter ontdekt bij elke stap nieuwe dingen en een nieuw stukje van de wereld. In dat verband speelt slapen een belangrijke rol in zijn leervermogen. Het biedt hem immers de kans om de ontelbare ervaringen die hij opdoet wanneer hij wakker is, te verwerken en op te slaan.

De slaapgewoonten van je hond begrijpen

Als je je puppy bekijkt terwijl hij slaapt, dan valt wellicht op dat hij soms erg onregelmatig ademt. Zijn oogleden mogen dan wel dicht zijn, maar daaronder gaan zijn ogen wild tekeer. We onderscheiden immers twee fasen in de slaap van een hond: de diepe slaap en de remslaap. Tijdens de diepe slaap, die ongeveer 70% van zijn slaapcyclus vertegenwoordigt, vertraagt de hersenactiviteit van je puppy, terwijl zijn spieren onder spanning blijven. Tijdens de remslaap werken zijn hersenen op volle toeren en kan hij opspringen, kwispelen

en zelfs ter plaatse lijken te rennen. Hij kan zelfs blaffen, janken of kreunen, maar in werkelijkheid slaapt hij. Er wordt gedacht dat honden tijdens hun remslaap dromen, alleen weten we nog niet waarover.

Een laatste belangrijk punt: haal je puppy liefst niet uit zijn slaap, tenzij het echt niet anders kan. Vergeet niet dat er niets gaat boven een goed nachtje slapen, met nadien de nodige fysieke activiteiten, aangepaste voeding en regelmatig een dutje om nadien weer fris en monter verder te kunnen!

Source URL:

<https://www.perfectfit.be/verzorging-hond/mijn-huisdier-en-ik/hoeveel-uren-slaap-heeft-mijn-puppy-nodig>