

## **Pubers en hormonen**

Waarom is het gedrag van mijn hond vanaf een half jaar zo ingewikkeld?

\_Wat is herkenbaar pubergedrag?

- markeergedrag, zowel reu als teef soms ook binnen
- proeven van plasjes
- meer afstand van de baas bij wandelingen. Hij moet op eigen benen staan.
- kans op bak nijd of prooinijd is groter, ze willen hun eigen eten beheersen.
- bijten wordt heftiger. Puberhond gaat vaak harder met andere honden om, soms ook met de mens.
- Sloopgedrag komt terug
- ineens opspringen
- rijgedrag. (onder invloed van hormonen, stress, spel, opwinding ) gaat weer voorbij.

De gemiddelde hondenbaas heeft weinig kennis over de puberteit bij honden.

Dat moeilijke gedrag dat we bij de puber hond zien was er vaak al in de puppy tijd, en de puber gaat het gedrag perfectioneren.

Dit is in de puppy tijd niet goed herkend, de pup kreeg de vrije hand omdat de baas al wat minder gemotiveerd werd na het prille puppy begin.

Zo ontstaat het algemene "hij doet het niet meer "gevoel

### **Puberbrein**

Rond de 4-6 maanden verandert de hormoonspiegel in een honden lichaam al, en de gevoeligheid neemt toe, als de pup dan al veel zelfstandigheid laat zien wordt het een lastige puberteit

Vanaf 6 maanden spreken we van de puberteit omdat de hormoon sturing vanuit de hersenen verandert.

Puberteit heeft dan nog niet persé met geslachtshormonen te maken.

Wel is de cortisol waarde in het bloed standaard verhoogd in deze periode. Dit is het stress hormoon. Hierdoor neemt de opwinding sneller toe en kan het sneller escaleren. Het emotionele centrum in de hersenen is in de puberteit ook vergroot. Ook daardoor zijn ze gevoeliger en zijn de reacties intenser.

Omdat er nieuwe verbindingen komen, worden er letterlijk oude afgebroken waardoor ze soms echt dingen vergeten.

De hypothalamus en hypofyse gaan meer testosteron en oestrogenen maken.

Er wordt een begin gemaakt in groei, dat is een fysieke verandering, en die hormonen vertellen de hersenen ook dat het tijd wordt om zelfstandiger te worden, om geslachtsrijp te worden en opzoek naar een maatje, om op eigen benen te staan en voor eigen veiligheid te zorgen, dat zijn allemaal mentale veranderingen. Dat is in deze drukke maatschappij niet erg makkelijk. De puber hond reageert meer naar buiten toe, tegelijkertijd zijn ze wel wat voorzichtiger want de wereld kan heel eng zijn. Elke moeilijke ervaring wordt direct opgeslagen op de harde schijf (dus moeilijker bij te sturen) Voor ons als baasje is dit lastig want wij willen de puber juist bij ons houden en laten luisteren, voor de puber hond druist dat in tegen wat zijn hersenen hem onder invloed van de hormonen laten doen.

Voor gezelschapshondjes is dit ook een tegenstrijdige tijd want zij zijn geselecteerd om bij ons te zijn.

Er komt een angstfase bij het begin puberteit, 6 maanden, die gepaard gaat met zelfstandigheid. Dit is ook vaak de tijd dat een baas het niet meer ziet zitten en de hond herplaatst. Zodra de hond zich daar veilig voelt, komt de puberteit alsnog op gang. (Niet persé makkelijk voor de nieuwe baas)

Ziektes in de puppy tijd kunnen de puberteit uitstellen.

Let op in de puberteit als de hond heel erg gaat bijten en erg druk wordt. Laat testen op GIARDIA (parasiet)

Verandering in Motoriek in de puberteit worden vaak onderschat. Ze kunnen groei pijnen hebben.

Dat is bv te zien omdat ze niet geborsteld willen worden, ze kunnen kreupel lopen, sommige honden gaan in hun poten bijten en likken bij pijn. Soms willen ze niet opstaan. Dat kan zijn omdat het even niet lukt. Zitten of liggen kan pijnlijk zijn. Soms willen we dat op het verkeerde moment. Vooral de grotere rassen, worden zwaarder, hebben lange slungelige poten. En dit alles kan invloed hebben op het gedrag.

**Welke hormonen spelen nou precies een rol?**

Het start met:

-GnRH gonadotropine dat het vrijmaken van LH en FSH bewerkstelligt.

-LH, FSH dat zijn de hormonen die bij het teefje de eierstokken, de eitjes en de eisprong reguleren.

Bij de reu stimuleert LH de productie van het mannelijk hormoon testosteron en is FSH belangrijk voor de productie van zaadcellen.

-testosteron mannelijk hormoon

-oestrogenen vrouwelijk hormoon, de hond maakt beide aan

**Prepuberteit begint dus in de hersenen en dat kan je niet uitzetten door castratie.**

**De cyclus van GnRH, LH en FSH kan je niet stoppen, dat gaat ook na castratie door.**

**TEEF:** gedrag verandering vóór de loopsheid komt door de oestrogenen piek. Oestrogenen en progesteron stimuleren de beenderen, de sluiting van de groeischijven en de botdichtheid. Er is aanlooperperiode van gemiddeld 2 maanden. Je kan het merken aan gedrag, ze zijn onrustiger, hyper, meer snuffelen meer plasjes, gaan aan de wandel, lopen soms weg.

Loop liever een ander rondje als ze loops zijn i.p.v. door het park waar ze aangevallen wordt door lompe reuen.

Neem een extra lijntje mee voor loslopende reu die niet weggaat.

Doe rustig aan met de teef die de eerste loopsheid heeft, pijnklachten, lichamelijk onstabiel, balans verlies. De teef kan zich onzeker voelen in vreemd gebied. Is feller tegen teefjes vooral thuis!! (Bij meerdere teefjes)

teefje kan zo wie zo katterig zijn. Grote cyclus oestrogenen, "loops, drachtig of schijn-drachtig, rust" .

Castratie bij een teef, dan worden de eierstokken en soms de baarmoeder verwijderd. Bij sterilisatie van de teef worden de eierstokken onderbroken, waardoor en niets verandert in de hormoonhuishouding.

**REU** Testosteron piek rond 10<sup>e</sup> maand. De communicatie gaat via geur.

Testosteron is het eerst doen dan denken hormoon. Hij wordt wat opdringerig naar teefjes, is onbeleefd, rijgedrag kan je gaan zien. Jong volwassen reuen vinden de pubers reu niet leuk, want die loopt met het Testosteron bord te zwaaien. Ook heeft een grote jonge reu vol in de testosteron fase het vaak warm.

Hou hem vanaf het moment dat hij 2 keer niet wil komen, aan de lange lijn, laat hem niet in het park los lopen dan kan hij ook niet in de problemen komen. (ook omdat andere honden (reuen) hem ook ruiken en verhaal komen halen) Bescherm hem daartegen, want hij leert daardoor slechte dingen.

Neem hem mee naar omheinde plekken of dat bos waar geen andere honden loslopen.

Castratie bij de reu: Door te castreren bij een reu verwijderen ze de testikels onder invloed van gasverdoving.

Hierdoor valt de hormoonproductie in de teelballen weg. Een reu kan je ook chemisch castreren, door een chip onderhuids te plaatsen die hormonen afgeeft waardoor de testosteron afgifte afneemt tot een vergelijkbaar affect als een castratie (doe dit pas na 1.5 jaar i.v.m. groei botten. Bij sterilisatie bij de reu worden de zaadleiters onderbroken waardoor er niets verandert in de hormoonhuishouding. Na een castratie produceert het lichaam nog steeds LH en vooral FSH waardoor de reu soms als een loops teefje ruikt, want je hebt het testosteron gestopt maar niet de andere hormonen en hormonen werken samen in een cyclus, nooit alleen.

Testosteron is belangrijk voor de botdichtheid, de groei van de lengte beenderen en de sluiting van de groeischijven. Maar ook het hormoon dat een reu stabiel kan houden. Dat abrupt stoppen kan groei en gedrag problemen geven.

Na 18 maanden komt er rust in de cyclus.

Vroege castratie: Vanaf 6 maanden, is ronduit slecht. Je zet niet alleen de vruchtbaarheid stil maar ook de groei. Er is dan ook meer risico's op botkanker, HD, kruisbandproblemen, blaas incontinentie. Maar ook emotionele reacties en angsten (teefjes) en agressie (reuen)

Wanneer helpt castratie dan wel, bij seksuele gestuurde gedragingen. Dus kenmerken die gestuurd worden door de geslacht hormonen. Bv markeren in huis, reuen die vechten over loopse teven, teven die overgevoelig zijn tijdens de loopsheid, reuen die teven bestijgen. Uiteraard is castratie nooit verkeerd als er ziekte in het spel is.

Maar het helpt dus niet bij dit soort gedrag dat door andere emoties gestuurd is, bv onzindelijk in huis, obsessief rijden, agressie naar huisgenoten of honden buiten, teefjes die snappen bij aanraking terwijl ze niet loops zijn, afgeleid zijn, mindere gehoorzaamheid of trainbaarheid.

## **Training**

Wat is dan realistisch om te verwachten van een hond in de puberteit?

Hou rekening met de fase van ontwikkeling. Jullie als begeleiders moeten verwachtingen bijstellen. Blijf je hond belonen, zeker tot het 3<sup>e</sup> jaar. Dat zorgt voor meer zelfvertrouwen.. En zorg voor management: rust, oefeningen blijven herhalen. Ondersteun evt. met homeopathische middelen (puur hypersex)

De puberhond kan fysiek natuurlijk al wat meer hebben, maar is mentaal snel op. Het is veel drukker in het hoofd waardoor het lijkt alsof er soms niets lukt. Zoals je nu weet zijn ze soms echt dingen kwijt dus, blijf oefenen.

Use it or lose it !!

Naast het stress hormoon, bestaat er ook een beloning hormoon, Dopamine. Dopamine is het cocaïne voor het brein, een interne beloning bij gedrag dat wij meestal niet zo leuk vinden. BV bij graven, blaffen of jagen. Dit zijn wel vaak ras kenmerken en dat bestraffen is zeker niet de oplossing. Zoek samen naar gedrag dat dan wel wenselijk voor de mens maar vooral ook leuk voor de hond is.

De gevoelige fase (angst fase ) is bedoeld om ze in leven te houden, maar deze is erg lastig in onze altijd drukke maatschappij. Angst groeit namelijk altijd als je het niet erkent dus probeer te achterhalen waarom en waarvoor de hond bang is.

Bij Anka hebben we respect voor de hond in de puberteit en doen we in de jonge honden training rustig aan en verwachten we niet dat jouw puber alles snapt en dus perfect uitvoert.

Qua oefeningen doen we rustig aan, we proberen af en toe wat nieuws en we zetten de puntjes op de I wat betreft de oefeningen die ze kennen. We proberen rust in de groep te houden, daar leren jullie beiden van. Wel proberen we jullie uitleg te geven over het gedrag en hopen dat je de hond beter begrijpt.

Ik hoop dat jullie met deze uitgebreide tekst iets leren over hoe de Puber hond nu in zijn vel kan zitten. Geef niet op, het wordt alleen maar beter.

## **Hormonen en Gedrag**

**Adrenaline:** is een stresshormoon en het komt vrij in situaties die (levens) bedreigend zijn, Het is nodig om te overleven. Zorgt voor versnelde ademhaling verhoogde hartslag en bloeddruk verwijde pupillen en alertheid. een hond in nood kan vluchten. Vechten of bevriezen. Teveel adrenaline heeft een negatieve invloed op de gezondheid.

**Cortisol** : het stresshormoon. Hoeft niet persé negatief te zijn. Teveel stressmomenten op een dag (leuke en minder leuke) zorgt dat het hormoon ophoopt. Dat geeft een constant stress gevoel en het kan tot 8 uur duren voor het cortisol uit het lichaam is. Honden die veel stress ervaren hebben een kort lontje en lijken uit niets agressief gedrag te tonen. Ook als een hond veel pijn heeft is dit cortisol gehalte verhoogd.

**Dopamine:** het beloning hormoon (cocaïne) het is het hormoon fat ervoor zorgt dat he he goed voelt. Het is de motor achter de intrinsieke motivatie (raskenmerken) het is vooral gekoppeld aan het snuffelen en het belonende effect daarvan.

**Endorfine:** is het pijnstillende hormoon, het verzacht. Een hond maakt het aan tijdens fysieke inspanning, spel, eten, en geslachtsgemeenschap.

**Oxytocine:** is het knuffelhormoon, wordt aangemaakt tijdens aankijken, aanraken, knuffelen, verzorgen. Bij de moederhond speelt het een rol bij het zogen en verzorgen van pups. (werkt bij mens en hond samen, vriendschap en vertrouwen en een liefdevolle relatie zorgen dat de hond zich veilig en geliefd voelt)

**Serotonine:** heeft een positief effect op de stemming , heeft invloed op gevoel van zelfvertrouwen. Het helpt tegen depressieve gevoelens. Tekort aan deze stof kan probleemgedrag in de hand werken. Een groot deel wordt aangemaakt in de darmen.

**testosteron:** het durf hormoon, Het is het voornaamste mannelijk hormoon, maar het lichaam heeft het nodig voor de groei. Gebrek kan leiden tot concentratie problemen, en depressie. Het stimuleert geslacht drift en zelfverzekerdheid.

**Oestrogeen:** het vrouwelijke hormoon dat enorm schommelt. Oestrogeen heeft invloed op emoties, en heftige stemmingswisselingen. Houdt ook sterkt verband met sociaal gedrag en communicatie.