

# HOT TOPIC

## 健康な体重の維持



脂肪細胞



## 概要

ペットの健康的な体重を維持する健康上のメリットはたくさんありますが、多くのペットオーナーはペットの体重を管理する方法を十分に理解していません。

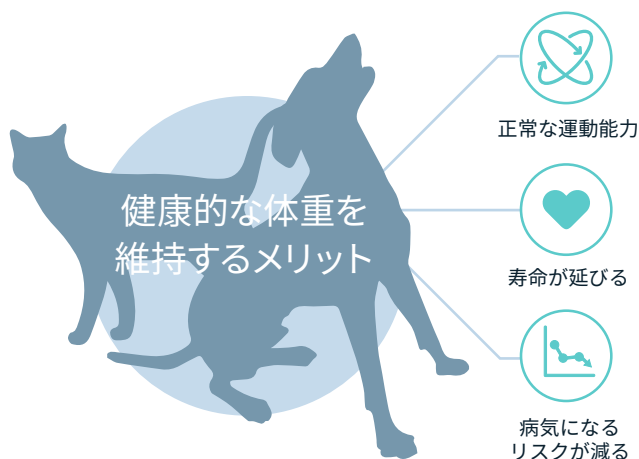
栄養に関するコミュニケーションに必要な科学的事実をPurina Institute (ピュリナインスティテュート) がお届けします。

## どうすればペットを健康的な体重に維持できますか？

全世界で飼育されている猫や犬の最大59%が体重過多であると推測されています<sup>1</sup>。ペット自身で減量することは難しいため、ペットの体重が増えないようにペットオーナーができることを実行することが重要です。これはペットのボディコンディションや体重を定期的に観察し<sup>2</sup>、運動させ<sup>3</sup>、必要に応じてエネルギー(カロリー)摂取量を調節することで可能となります。

let's  
**takeback**  
the conversation.

栄養学について詳しくはこちらから  
[PurinaInstitute.com](https://PurinaInstitute.com)



## 健康的な体重を維持するためにはどのくらいの量の食事を与えたらよいですか？

ペットの健康的な体重を維持する最も簡単な方法の一つは、エネルギー（カロリー）の摂取量を観察することです。燃焼できるよりも多くのカロリーをペットが摂取している場合、体重が増加する可能性が高いです。すべての犬や猫に、各ライフステージ（成長期、維持期、高齢期）の要求に合った食事を与えるべきです。ペットフードのラベルに記載された給与ガイドラインは目安です。どのペットも個別に要求量がありますので、ペットオーナーはペットの体重やボディコンディション、運動量を観察し、体重に増減が見られたら食事の量を調節します。



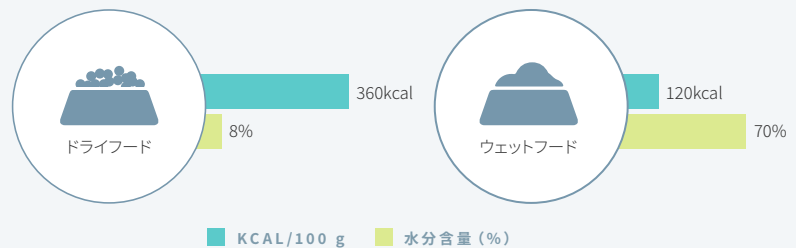
## どうすればペットの運動量を増やすことができますか？

ペットが健康的な体重を維持するためには身体活動が重要です<sup>5</sup>。活動量が多いペットは余分な体重が増える可能性が低いです<sup>6</sup>。散歩、遊び、おもちゃ、水中歩行器または屋外での身体活動を促進することは、ペットとペットオーナーの両方にメリットがあります<sup>3</sup>。屋外に出る機会が少ないまたは機会がないペットは過体重になる可能性が高いです<sup>7-11</sup>。このようなペットには可能であれば十分に屋内活動をさせましょう<sup>3</sup>。

## ドライフードやウェットフードは体重増加と関係していますか？

ウェットフードを与えるかドライフードを与えるかはペットオーナーの判断次第ですが、食事の種類が体重増加に影響することはありません。体重増加はペットが摂取するエネルギー量の影響を受けます。ウェットフードは70%超が水分ですので、ペットに必要なエネルギー量を満たすために、より多くの食事を与えることが可能です。一方、ドライフードはウェットフードよりも水分含量が少ないため、1gあたりのカロリーは高くなります。結論として、1日のエネルギー要求量を満たす適切な量を摂取している限り、ウェットフードもドライフードも栄養価の高い食事の選択肢となります。

## ウェットフードとドライフードのエネルギー量および水分含量の平均的な差<sup>12</sup>



## 参考文献

- Bombardieri, E., Birch, L., Enderburg, N., German, A. J., Neilson, J., Seligman, H., ... Day, M. J. (2017). The financial costs, behavior and psychology of obesity: A one health analysis. *Journal of Comparative Pathology*, 156(4), 310–325. doi:10.1016/j.jcpa.2017.03.007
- Freeman, L. M. (2019). Waist management: Successful weight loss in cats. NAVC Conference 2009, Small Animal – Nutrition (885–887).
- German, A. J. (2016). Obesity prevention and weight maintenance after loss. *Veterinary Clinics of North America: Small Animal Practice*, 46(5), 913–929. doi:10.1016/j.cvsm.2016.04.011
- Aafco.org. (2017). Reading labels. Retrieved from <http://talkspetfood.aafco.org/readinglabels>
- Day, M. J. (2017). One health approach to preventing obesity in people and their pets. *Journal of Comparative Pathology*, 156(4), 293–295. doi:10.1016/j.jcpa.2017.03.009
- Wakshlag, J. J., Struble, A. M., Warren, B. S., Maley, M., Panasevich, M. R., Cummings, K. J., ... Laflamme, D. E. (2012). Evaluation of dietary energy intake and physical activity in dogs undergoing a controlled weight-loss program. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 240(4), 413–419. doi:10.2460/javma.240.4.413
- German, A. J. (2006). The growing problem of obesity in dogs and cats. *Journal of Nutrition*, 136, 1940S–1946S. doi:10.1093/jn/136.7.1940S
- Rowe, E., Browne, W., Case, R., Gruffydd-Jones, T., & Murray, J. (2015). Risk factors identified for owner-reported feline obesity at around one year of age: Dry diet and indoor lifestyle. *Preventative Veterinary Medicine*, 121(3-4), 273–281. doi:10.1016/j.prevetmed.2015.07.011
- Laflamme, D. P. (2006). Understanding and managing obesity in dogs and cats. *Veterinary Clinics of North America: Small Animal Practice*, 36(6), 1283–1285. doi:10.1016/j.cvsm.2006.08.005
- Backus, R. & Wara, A. (2016). Development of obesity: Mechanisms and physiology. *Veterinary Clinics of North America: Small Animal Practice*, 46(5), 773–784. doi:10.1016/j.cvsm.2016.04.002
- Murray, J. K., Casey, R. A., Gale, E., Buffington, C. A. T., Roberts, C., Kinsman, R. H., & Gruffydd-Jones, T. J. (2017). Cohort profile: The 'Bristol Cats Study' (BCS) – a birth cohort of kittens owned by UK households. *International Journal of Epidemiology*, 46(6), 1749–1750. doi:10.1093/ije/dyx066
- Case, L. P., Daristotle, L., Hayek, M. G., & Raasch, M. F. (2011). Types of pet foods. In *Canine and feline nutrition: A resource for companion animal professionals* (pp. 163–176). Maryland Heights, Missouri: Mosby, Inc.