健康・長生きに大切なのは毎日の食事

wanfoo®通信

連載企画　第7回

発行 環境プラント工業株式会社 ワンフー事業部

犬・猫の生態シリーズ④

換毛期にあらためて知ってほしい・・・

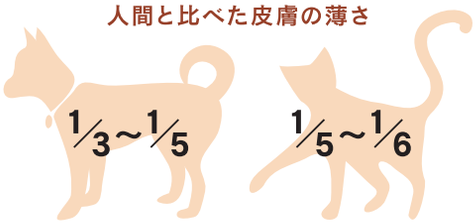
皮膚・被毛の大切さと食事のカンケイ

ワンフーご愛用の方は充分ご存知かも知れませんが、
ワンちゃん・ネコちゃんの変わらぬ健康のため再認識して頂きたい「生態」をお伝えします。

なぜ、そんなに大切!? 皮膚・被毛の健康

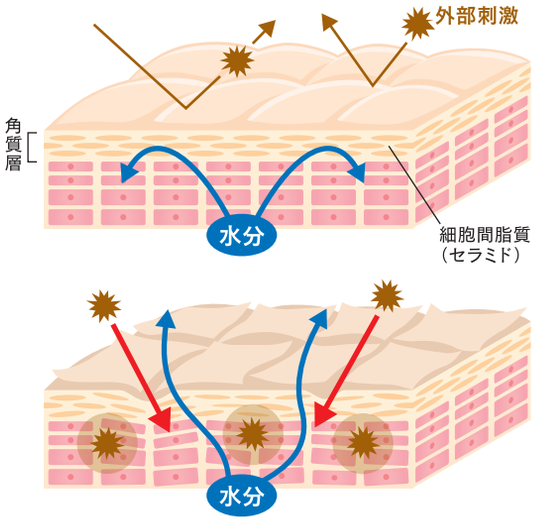
ワンちゃんやネコちゃんの皮膚は、人間の皮膚よりもはるかに薄く傷つきやすいものです。ワンちゃんの皮膚は人の約1/3〜1/5の薄さ。猫の表皮は犬よりもさらに薄くなっています。また、被毛におおわれているので、汚れや細菌が付着したときに取れにくく、人間と比べて皮膚トラブルを起こしやすいとされています。ですから、皮膚・被毛の健康を保つことが大切なのです。

人間と比べた皮膚の薄さ



どんな働きをしてるの? 大切な皮膚・被毛の役割

皮膚や被毛にはバリア機能があります。正常な状態であれば体にトラブルをもたらす微生物やアレルゲンなどの侵入を防いでくれます。この機能が弱ってしまうと、微生物やアレルゲンが侵入しやすくなったり、体内の水分が必要以上に奪われたりして、皮膚トラブルや病気の原因となってしまいます。身体の一番外側で体の健康を守ってくれているのが皮膚・被毛なのです。



← **本来の皮膚の状態**

細胞間脂質が（セラミド）がバリア機能を果たし、外部刺激から身体を守り、角質層の水分をしっかり保持している。

← **皮膚バリア機能が低下した状態**

水分を保つことができず、外部刺激が侵入しやすい状態は、様々な皮膚トラブルを起こしやすくなる。

皮膚や被毛の健康は、色んな栄養素の影響を受けています!!

皮膚や被毛の健康維持に不可欠な栄養素には、体内で作り出せないものがあります。ですから食事から摂取しなければなりません。もちろんどれかの栄養素を過剰に摂取してしまうと健康を害してしまうこともありますから、日頃から適切な栄養バランスの総合栄養食で摂取することが大切なのです。

食事から摂取が必要な皮膚や被毛に関わる栄養素

栄養素	不足により引き起こされる問題や必要な理由など
必須脂肪酸	必須脂肪酸が不足すると、脱毛・乾燥などが起こります。
必須アミノ酸	必須アミノ酸のひとつである「メチオニン」が、皮膚や被毛の構成成分であるケラチンを作り出すため必要です。
ビタミン	皮膚の細胞の酸化を抑える「ビタミンE」や、「ビタミンB複合体」などが必要です。
ミネラル	「亜鉛」が不足すると、脱毛・皮膚のかさつきなどが起きます。「銅」は皮膚の正常な色素形成に必要です。

犬・猫の生態
シリーズ④

もちろんこの時期は特に皮膚・被毛ケアが重要!!

もちろん被毛が生え変わるこの時期は普段以上に意識してケアをしてあげることが重要です。
以下のような点に気をつけてケアしてあげましょう。

専用シャンプーを使おう。

人間用のシャンプーは重大な皮膚疾患を招く可能性があるので絶対に避けましょう。

しっかり温度と湿度を管理しよう。

高温多湿や極度な乾燥は、かゆみの増強などになります。犬や猫の快適な温度には年齢・品種の違いや個体差がありますが、湿度は50%前後が望ましいといわれています。

こまめにブラッシングしよう。

特に長毛のワンちゃんやネコちゃんの場合、抜け毛がからまると皮膚に良くない環境になります。毛球症の原因となる可能性もあります。こまめなブラッシングは皮膚異常の早期発見にもなります。

ワンちゃん・ネコちゃんの皮膚・被毛チェック

ワンちゃん・ネコちゃんの皮膚・被毛のチェックをしてみましょう。
以下の項目で当てはまるものがあったら、獣医師の先生に相談をおすすめします。

✔CHECK LIST

- □毛の密度が薄くなった
- □毛の色が薄くなった、変色した
- □抜け毛が増えた
- □掻きむしっていることがある
- □皮膚が薄くなったように見える
- □毛刈りした部分の毛の伸びが遅い
- □フケ症である

医食同源
コラム

「食事と皮膚」の関係

世界一美肌の国はどこか?ある資料では1位韓国、2位ロシア、3位日本、その後に北欧・東欧と続くそうだ。韓国の人は食物のせいか、最も肌がきめ細かく、瑞々しい透明感のある肌、ロシア人は抜けるような白さがある。遺伝的素因や、気候風土などの様々な要因もあるが、第1位の韓国の人の美しさは漢方食材による食物の影響が大きいと考える人もいる。これを、犬・猫にそのままあてはめると、1位韓国の珍島(チンド)犬、2位ロシアのボルゾイ・ロシアンブルー、3位日本は北国の美人県で知られる秋田県といったところだろうか?

犬や猫の場合、人間ほど皮膚が厚くなく、毛に被われているので肌の色は腋下や腹部など可視の皮膚部分を除いてみることができない。通常、わたしたちが目にするのは皮膚の色というよりも被毛が大部分を占めている。

さて、この世で一番美しいとされている犬はどの犬種か?これもある資料によると、ロシアの文豪トルストイに愛された『ボルゾイ』と、6,000年の歴史を持ちノアの箱舟に乗った『アフガンファンド』とある。私も以前ケガで入院していたボルゾイの美しさにうたれたことがある。乳白色の毛に包まれ、落ち着きと品位があり、他の犬種にはない特別な品格が感じられた。アフガンファンドはニューヨークのドッグショーで、他を圧倒する毛並みの美しさや態度と品格に、参加者全員が釘付けとなった光景を今でも覚えている。

美しい皮膚や被毛と食事との関係は深い。犬の皮膚や被毛は、主としてたんぱく質と脂質でできている。しかし、この世で健康が作り出す皮膚や被毛ほど美しいものがあるだろうか?皮膚や被毛は健康状態を示す1番のわかりやすいバロメーター。そのためには安全で安心な品質の高いドッグフード・キャットフードに、適度な運動、しっかりした睡眠が大切だ。この三原則は単純だが≪食のみだれ・運動不足・慢性の睡眠不足≫などの現代に最も必要なことだろう。自分の健康も管理し、犬や猫たちに思い切り愛情を注ぎ、自分の家の犬・猫こそ世界一と自慢しようではありませんか!

日本動物ストレス学会会長
動物介在教育・療法学会名誉理事長
北里大学獣医学部教授
獣医学博士 樋口誠一