

ВАДИМ
ЛАРИОНОВ

АРТЁМ
ЦЫМПОВ

КОД

ДОЛГОЛЕТИЯ
ПИТОМЦЕВ

КАК НАТУРАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ
ПОМОГАЕТ КОШКАМ И СОБАКАМ
ЖИТЬ ДОЛЬШЕ И ЛУЧШЕ

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

ОГЛАВЛЕНИЕ

Об авторах	8
Введение	10
Глава 1. С чего начинается счастливая жизнь питомца	28
Невероятный симбиоз	29
Новый уровень ответственности	32
Парадокс заботы: как современный образ жизни влияет на здоровье домашних животных	33
Скрытые сигналы: не надо ждать симптомов	36
Три основных принципа заботы	37
Главный фактор благополучия	39
Глава 2. От древних хищников к домашним питомцам	42
Анатомия и особенности метаболизма кошек и собак	43
Особенности анатомии и метаболизма кошек	45
Особенности пищеварения	48
Особенности анатомии и метаболизма собак	58
Одним словом, хищники	66

Глава 3. Видотипичное питание: рацион, который создала эволюция **74**

Рацион хищника: как наука подтверждает выбор природы	76
Чем кормит природа: основные элементы питания плотоядных	82
От еды к энергии и здоровью: что важно помимо состава	85
Разные источники — разная биодоступность	86
Разная питательная ценность	88
Видотипичное питание — основа здоровья: что говорят исследования и практика	91
Когда естественное кажется экстремальным	96

Глава 4. Гранулированная забота: как удобство стало важнее здоровья питомцев **99**

От мяса к сухарям: история промышленных кормов	101
Что на самом деле стоит за «сбалансированным» рационом?	106
Как изготавливают сухие промышленные корма	117
Расплата за сухарик	127
Ошибка выжившего	134
Мифы, которые удерживают нас от изменений	135
Мифы развеяны — пора возвращаться к сути	153

Глава 5. Готовим как природа: восстановление связи между хищником и его пищей	155
От сердца к миске: зачем мы выбираем путь природы	156
Как мягко и безопасно перевести питомца на видотипичное питание — без стресса и рисков	161
Маленькие сложности — большие шаги вперед	171
Сколько раз в день кормить, как понять, что правильно?	177
Чем кормить: основа видотипичного рациона	180
Что нельзя давать питомцу	234
Лакомства из магазина: красиво не значит полезно	245
Питьевой режим	249
Кухня предков: как готовить видотипичное питание дома	251
Что понадобится на кухне для приготовления рациона	259
Как готовить: пошаговый алгоритм	261
Как правильно размораживать и подавать натуральный корм	264
Если нет времени. Готовое видотипичное питание: просто, быстро, полезно	267
Следующий шаг к здоровому питанию питомца	270
В содружестве с природой: истории любви, заботы и преображения	272
Заключение	285

ОБ АВТОРАХ

Вадим Ларионов и Артём Цымпов посвятили более 10 лет изучению научных концепций и практик натурального питания кошек и собак. Проанализировав мировой опыт в области видотипичного рациона, они перевели сложные знания о физиологии, метаболизме и пищевых потребностях животных на язык понятных для владельцев решений. Их работа помогла тысячам людей осознанно перейти от «интуитивного» кормления к продуманной, научно обоснованной заботе о здоровье питомца.

С 2017 года они системно развивают культуру биологически соответствующего питания — такого, которое опирается на естественные потребности животных, подтверждено ветеринарной практикой и направлено на здоровье и долголетие.

Вадим — предприниматель, марафонец, сторонник активного образа жизни. Он убежден: то, как человек относится к себе, напрямую отражается на заботе о его питомце.

Артём — автор образовательных проектов о здоровом образе жизни домашних животных, популяризатор научного подхода к уходу и питанию. Он делится знаниями через статьи, лекции и книги.

Оба автора участвуют в благотворительных инициативах, поддерживают приюты и развивают фонд «Прайд», который помогает животным, пострадавшим от жестокого обращения.

Эта книга стала логичным продолжением их пути — способом систематизировать накопленные знания, развенчать мифы, ответить на типовые вопросы и помочь владельцам сделать осознанный шаг навстречу здоровью своих питомцев.

Это не теоретический труд, это практическое руководство, написанное людьми, которые живут тем, о чем пишут.

Результатом многолетнего опыта, исследований и личной мотивации Вадима и Артёма стал SUPERPET — бренд натурального питания, которому доверяют тысячи владельцев кошек и собак с 2017 года.

ВВЕДЕНИЕ

Здравствуйтесь, дорогие читатели!

Вы держите в руках книгу, которая написана с холодным разумом и горячим сердцем. Мы собрали, а потом систематизировали и тщательно проверили факты о питании кошек и собак, из искренней любви к ним.

Мы — Артём Цымпов и Вадим Ларионов — не просто исследователи, со стороны изучающие феномен питания домашних животных. Мы находимся внутри. Наши питомцы — не подопытные объекты, а члены наших семей. Их глаза каждый день напоминают нам: то, что мы кладем в их миски, напрямую определяет качество жизни. Забота о них привела нас на перекресток двух миров — древнего, где хищники добывали пищу когтями и зубами, и современного, где кормление питомца зачастую сводится к нажатию кнопки на диспенсере с гранулами.

Человечество гордится прогрессом — и справедливо. Мы покорили огонь, изобрели колесо, вышли в космос. Но, продолжая это триумфальное шествие, мы должны помнить: не все, что удобно, является благом. Для существ, чьи биологические программы сформировались за тысячи лет до появления супермаркетов и фабричных кормов, современный подход к питанию оказался неподходящим. Их организмы, откалиброванные под переработку цельной добычи, столкнулись с чужеродными материалами:

- крахмалами, которых не было в рационе их предков;
- синтетическими витаминами с совершенно другой биодоступностью, чем у натуральных аналогов;
- консервантами, чья долгосрочная безопасность для хищников никогда не изучалась.

И вот вместо свежего мяса, добытого на охоте, кошкам и собакам предлагается миска с гранулами, а вместо природного разнообразия — стандартизированный состав, напечатанный на упаковке мелким шрифтом. Мы уверены, что делаем нашим питомцам добро. Но их организмы отвечают ростом недугов, которые редко встречались у диких сородичей, таких как аллергии, ожирение, заболевания почек и суставов.

Постепенно в мире растет волна осознанного протеста против сложившейся практики. Люди устали от бесконечных визитов к ветеринарам и преждевременного старения своих питомцев. Они начинают задавать вопросы:

- Почему кошка, чье тело создано для поедания цельной добычи, должна глотать коричневые кусочки с ароматом курицы?
- Почему собака, чьи предки бегали сотни километров в поисках пищи, теперь страдает от ожирения, несмотря на то что питается сбалансированным кормом?
- Почему пищеварение моего питомца никак не наладится, хотя я соблюдаю все рекомендации ветеринара?

Проблемы со здоровьем домашних животных побудили людей искать решение — для многих таким решением стал переход на видотипичное питание.

Видотипичное питание — рацион животного, который максимально приближен к его естественному рациону в дикой среде.

Основу для системы кормления натуральной едой разработал австралийский ветеринарный врач Ян Биллингхерст. В 1993 году вышла его книга «Дайте собаке кость», в которой сформулированы принципы системы BARF, от английского словосочетания *biologically appropriate raw*

food (биологически соответствующая сырая еда). Другой вариант расшифровки — bones and raw food (кости и сырая еда). Эта система подразумевает:

- упор на естественное для хищников питание;
- отказ от переработанных кормов и продуктов;
- идею детокса организма.

Многие хозяева попробовали предложить своим питомцам видотипичные рационы — и получили превосходные результаты. Животные стали более энергичными и игривыми. Они меньше болеют, лучше выглядят и дольше сохраняют период активности.

Замысел этой книги родился из нашего собственного пути к натуральному питанию любимых питомцев. Мы потратили много времени на поиски достоверной информации о естественном рационе для кошек и собак и знаем, насколько это трудно. Тому есть несколько причин.

Во-первых, рынок принадлежит производителям сухого корма. Корпорации тратят миллионы долларов на маркетинг и стараются не пустить на рынок конкурентов. В итоге информационное поле перекошено. Большая часть информации — от лекций ветеринарных врачей и постов блогеров до видео и отзывов потребителей — посвящена пользе сухого или влажного промышленного корма. Многие просто не задумываются о том, что существует какая-то альтернатива ему. Крупные производители также публикуют статьи о патологиях, которые могут возникнуть при натуральном кормлении, и финансируют исследования, подтверждающие нужные им результаты. Они рассказывают об опасностях такого питания, но умалчивают о его плюсах. Это стандартная торговая война.

Во-вторых, не вся информация достоверна. Важно критически оценивать даже те материалы, которые исходят от профессионалов — ветеринаров и диетологов. Сейчас любой человек может назвать себя ветдиетологом, для этого

достаточно пройти короткий курс и получить сертификат. В информационном обществе каждый может написать что угодно, и чем громче человек кричит, тем больше людей его слышат. Важно не терять бдительности, а оценивать компетентность специалистов, находить авторитетные источники, перепроверять информацию и глубоко погружаться в тему.

В-третьих, практики натурального питания тоже различаются. Существуют разные течения, и представители каждого из них отстаивают свои взгляды. В каждом из ответвлений есть авторитетные фигуры: известные заводчики, опытные ветеринары или диетологи. Споры между ними возникают из-за разницы подходов к натуральному питанию. Одни считают, что нужно кормить питомцев только свежим мясом, другие — что можно давать и каши, третьи — что рыба вредна. Эти обсуждения похожи на традиционные предновогодние споры о том, как готовить салат оливье (и добавлять ли туда яблоко).

Иногда споры перерастают в конфликты. Особенно часто это бывает при обсуждении собачьих меню, потому что существует множество пород с совершенно разными потребностями. Собакам с маленькой челюстью трудно прогрызть шею индейки, а собаки с большой пастью могут есть все подряд — и вот разгорается баталия, где одни владельцы собак и лидеры мнений кричат о недопустимости индюшачьих шей, а другие, наоборот, агитируют за то, что шея индейки необходима каждой собаке.

Люди вступают в подобные группы с надеждой найти ответы на свои вопросы, но вместо этого сталкиваются с потоком противоречивых рекомендаций, споров и обвинений в плохом знании материала. В результате они покидают сообщество, так и не получив нужной информации. Вступают в другую группу — и там видят очередной поток противоречивых мнений. Единой точки зрения нет. В одном сообществе предлагают сложные, навороченные ре-

цепты, а во втором — советуют просто дать собаке целую тушку курицы. Столкнувшись с информационным хаосом, даже те, кто изначально был настроен попробовать натуральное питание, отказываются от этой идеи.

Наша миссия — сложить разрозненные фрагменты информации о натуральном питании в единый пазл, используя только правдивые и научно доказанные факты. Мы приложили усилия, чтобы каждый тезис относительно пользы естественного рациона для домашних питомцев был подтвержден исследованиями. И мы верим, что эта книга поможет людям сделать информированный выбор.

Мы знаем, о чем говорим. Нам удалось разобраться — мы на собственном примере увидели, как изменение рациона подарило нашим питомцам новое качество жизни.

История Вадима



Моя история любви началась лет в шесть. У нас была кошка по имени Пушинка — красавица, хотя и обычного дворового происхождения. Мама купила ее на рынке, и она быстро стала полноправным членом нашей семьи.

В те времена не было такого разнообразия кормов, как сейчас, так что мы кормили кошку продуктами со своего стола, следуя устоявшимся традициям. Тогда считалось, что кошкам обязательно нужно давать молоко, колбасу и рыбу — эти продукты и составляли основу

рациона нашей домашней любимицы. Иногда ей попадали со стола кусочки курицы или другого мяса.

Какой-то специальной культуры кормления домашних животных вообще не было. Помню, что мои родственники варили для своих собак в большой кастрюле каши из хлеба, небольших костей и обрезков мяса. Мне уже тогда это казалось неправильным. Варено выглядело неаппетитно, а собаки будто бы не наедались этой едой и вечно ходили с заискивающим взглядом, а вдруг кто-то даст кусочек.

К сожалению, Пушинка прожила с нами недолго. Во время поездки к бабушке она, ведомая природным инстинктом, сбежала. Помню, как сильно я переживал, постоянно думая о том, что могло случиться с нашим пушистым другом.

Потом я заводил хомячков, рыбок, но снова стал владельцем котов уже в достаточно зрелом возрасте. Решение завести питомца возникло в нашей семье неожиданно. Просто моя жена предложила: «Давай купим котенка». И я согласился.

За простотой этого решения скрывалась глубокая причина. В то время у нас еще не было детей, а в сердце моей жены жила потребность дарить любовь и заботу. Каждая женщина, наверное, знает это особое чувство — желание делиться теплом своего сердца с кем-то беззащитным и преданным.

Выбор между собакой и кошкой стал для нас важным этапом. Хотя у моей жены за плечами была долгая история дружбы с собаками разных пород, мы все же склонились к идее завести кошку. Мы понимали, что при нашем активном образе жизни и занятости не сможем сделать счастливой собаку, дать ей необходимое внимание и заботу. В этом выборе сыграла роль и специфика содержания животных: собаку нужно выгуливать, играть с ней, уделять много времени. Это

серьезная ответственность, подразумевающая практически круглосуточное участие в жизни питомца.

Характер животных тоже был важен. Кошки, в отличие от собаки, обладают удивительной независимостью. Кошка не будет навязчиво требовать внимания, не станет смотреть преданными глазами, умоляя поиграть. Если у тебя нет времени, она спокойно найдет себе занятие или вовсе ляжет спать. Особенно ярко разница видна в том, как животные встречают хозяина после разлуки. Собаки проявляют свои чувства искренне и бурно: радостно машут хвостом, прыгают от восторга. Они дарят всю свою любовь без остатка. Мы понимали, что не всегда сможем ответить им тем же количеством внимания. И решили, что кошка станет для нас более подходящим компаньоном.

Мы с женой купили кота абиссинской породы. Спустя пару месяцев приобрели и второго, чтобы нашему первому котику было нескучно одному, когда мы заняты или нас нет дома.

Мы кормили своих котов самым лучшим, как нам казалось в тот момент. При этом доверяли производителям и в состав особо не вникали — просто пошли в магазин для животных и выбрали корм в яркой и красивой упаковке. Сработала ассоциация: если на упаковке продукта хорошая полиграфия, то и наполнение должно быть качественным. Это было желе с кусочками, похожими на мясо, мы выбрали его именно потому, что оно напоминало тушенку. Производитель предлагал штук пятнадцать разных вкусов, чем и мы, и, как нам казалось, наши коты были удовлетворены.

Однако спустя какое-то время мне впервые пришлось всерьез задуматься, чем же действительно правильно кормить домашних питомцев. Один из котов, Чама, начал стремительно худеть. Мы клали ему в миску больше корма, но он продолжал терять вес. Много-

численные консультации у ветеринаров, уколы и таблетки — чего только мы с женой ни предпринимали, чтобы спасти Чамика. В результате наш котик дошел до такого состояния, что его пришлось усыпить. Это была для нас жуткая трагедия. После нее в моей голове поселилась мысль: может быть, в болезни Чамика сыграло роль питание?

Прошел примерно год, мы оправились от горя, но пока не думали о том, чтобы завести еще одного питомца. Как вдруг моя жена наткнулась на удивительную заводчицу из Краснодара — Ирину. По фотографиям в социальных сетях было видно, что она с особой любовью относится к своим питомцам: у кошек были отдельная комната, особый режим питания и тщательный уход. Однажды Ирина объявила о том, что отдает в добрые руки рабочую кошку породы оцикет, завершившую племенную деятельность. В свое время заводчица привезла ее из Швеции. Глаза моей жены опять загорелись, и я снова сказал «да».

Кошка оказалась удивительно уравновешенной, активной и ласковой — настоящее сокровище. В ней было столько благородства! Позже мы приобрели второго оцикета — рыжего Ипполита. Теперь мы с женой с самого начала думали об их питании. Но к тому, чтобы заняться этим вопросом вплотную, меня подтолкнул Артём. Он часто заезжал к нам в гости, очень любил наших кошек, с удовольствием с ними играл и вскоре решил завести себе хвостатого друга — абиссинскую кошку.

К сожалению, Артёму не повезло: у его кошечки постоянно возникали проблемы со здоровьем — то рвота, то диарея. Он бесконечно возил ее по врачам, но, как и в моем случае с Чамиком, никто не смог избавить его любимицу от болезней. Тем не менее как-то раз Артём приехал в гости, светясь от счастья: «Вадим, я, кажет-

ся, выяснил, что нужно делать, чтобы вернуть здоровье моей кошке!»

Артём начал рассказывать мне о видотипичном питании, о том, что кошки — хищники, и их надо кормить как в природе, о системе BARF. Он рассказал о результатах перевода его кошки на такой рацион — все проблемы отступили, вдобавок улучшился вид шерсти, и его питомица стала игривой и активной.

Мне очень понравилась эта мысль — кормить своих питомцев натуральной пищей. Начал изучать информацию и даже нашел поставщиков, которые привозили сырые рационы на дом, это были заводчики мейн-кунов.

Итак, я перевел своих питомцев на натуральную еду, которую они ели с большим аппетитом. И достаточно быстро заметил изменения: улучшение качества шерсти, уменьшение линьки и исчезновение неприятного запаха от их экскрементов. Проблема была только в удобстве: нам привозили просто замороженное мясо большими брикетами. Так что у нас с Артёмом родилась идея сделать рацион самим.

Мы решили, что раз это необходимо нам, то понадобится и другим владельцам кошек, по крайней мере тем, кто понимает пользу натурального питания для здоровья. Начали разрабатывать на 100% натуральное питание, которое полностью удовлетворяло бы потребности кошачьего организма, — без консервантов, красителей, в удобной упаковке и с доставкой прямо домой. Мы загорелись этой идеей! И погрузились в изучение информации о натуральном питании: как оно влияет на организм кошек и собак, какие есть рецепты. Мы советовались с ветеринарами и диетологами. Много полезных знаний взяли из зарубежных источников: там подход к натуральному питанию домашних питомцев на тот момент был более развит.