

# 의식원

수의사 감수

애완동물의 고통화가 진행됨에 따라 「암」을 비롯한 다양한 생활습관병을 앓게 되는 아이들이 늘어나고 있습니다. 암 치료로서 항암제 및 방사선 치료 등의 연구는 조금씩 진척되고 있습니다만, 특효약 개발까지는 시간이 더 걸릴 것 같습니다. 또한 생활습관병 치료약은 증상을 억제하는 대처요법에 지나지 않습니다.

하지만 매일의 식사를 재검토함으로써 병의 개선과 예방을 기대할 수 있습니다. 일반적인 동물용 사료에는 「당질」이 많이 포함되어 있습니다. 이 「당질」을 제한함으로써 병을 예방하거나 개선할 수 있습니다.

특히 「암」이 성장하기 위해서는 당질을 필요로 하기 때문에, 암에 걸린 아이는 하루의 당질 섭취

칼로리가 전체 칼로리의 10% 이하가 되도록 힘써주시기를 당부드립니다. 암에 걸리지 않은 아이라도 전체 칼로리의 20% 이하 정도로 제한하시는 것을 추천드립니다. 만약 당뇨병을 앓고 있는 경우에는 암과 마찬가지로 10% 이하를 추천드립니다. 당질을 제한함으로써 증상 개선을 기대할 수 있습니다.

수제식하면 「어렵다」, 「힘들다」라는 이미지가 떠오르기 마련입니다만, 부담없이 즐겁게 오래 유지하는 것을 목표로 해주시기 바랍니다.

동물도 사람과 똑같습니다. 매일의 식사로 몸은 구성되어집니다. 양질의 식사는 매우 좋은 약이 될 것입니다. 우선 가까운 습관을 통해 병을 예방·개선해보시는 것은 어떠세요?

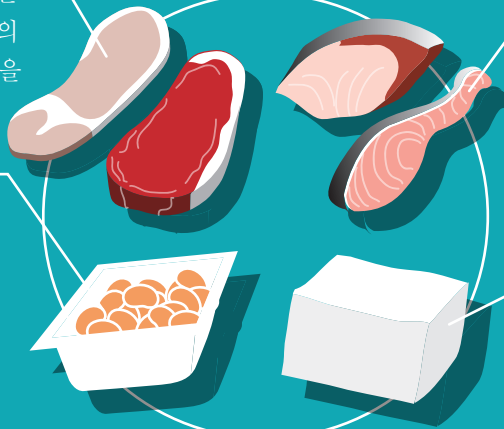
## 육류

지방이 적은 부위, 살코기가 많은 부위를 선택하며, 다양한 종류의 고기를 번갈아가며 섭취하시는 것을 추천드립니다.

## 낫토

식물성 단백질입니다. 발효식품이므로 장내 환경 개선에 도움이 되며, 디톡스와 면역력 강화에 효과적입니다. 또한 장내 세균의 영양분이 되는 올리고당도 섭취하실 수 있습니다.

## ① 단백질



## 생선

EPA 및 DHA는 항중량·항염증 효과가 있습니다. 특히 등 푸른 생선을 회와 통조림으로 섭취하시면 좋습니다. 연어도 추천드립니다.

## 두부

식물성 단백질입니다. 수분을 많이 포함하고 있으므로 독소 배출을 촉진시키는 등, 음식의 토핑으로 이용하실 수 있습니다.



## ② 야채·버섯류

이파리류 야채는 전반적으로 당질이 적으므로 추천드립니다. 야채에 남아있는 농약을 깨끗하게 씻어내어 조금이라도 유해한 물질이 남아있지

않도록 주의해 주시기 바랍니다. 버섯류는 식용이라면 문제없습니다. 개와 고양이는 식이섭유를 분해하기 어렵습니다. 잘게 썰어서 먹이시기 바랍니다. ※ 감자류는 당질이 많으므로 섭취를 피하시는 것이 좋습니다. 또한 당근 등의 단맛이 강한 야채도 소량만 섭취하시기를 추천드립니다.

## ③ 아마씨유(아마인유), 차조기유, 들기름

$\alpha$ -리놀렌산이 주성분인 기름입니다.  $\alpha$ -리놀렌산은 체내에서 EPA와 DHA로 변환됩니다. 가열하면 산화되므로 완성된 식사에 토핑으로 뿌려주시면 좋습니다.

# Q&A



**질문** ▶ 식사를 바꿨더니 체중이 줄었습니다.

**답변** ▶ 착실히 먹고 있는데 체중이 줄어든 경우에는 걱정하지 않으셔도 됩니다. 당질을 줄이고 단백질을 늘린 식사는 체지방을 낮춰서 단단한 몸매로 바꿉니다.

**질문** ▶ 고등어 통조림의 염분은 괜찮나요?

**답변** ▶ 괜찮습니다. 고등어 통조림의 염분 농도는 1% 미만으로 수액에 사용되는 생리식염수와 같은 농도입니다. 신부전 및 요로질환을 앓는 아이에게는 수분을 추가하여 주시기 바랍니다.

**질문** ▶ 시중에 판매되는 사료만 먹습니다.

**답변** ▶ 양념으로 해결될지도 모릅니다. 수제식은 양념을 잊어버리기 쉽습니다. 소금, 된장, 콘소메, 가츠오부시 등으로 맛을 연하게 내주시기 바랍니다. 화학조미료는 피해주시기 바랍니다. 또한 식재료는 데우면 향과 맛이 강해져서 맛있어집니다.

**질문** ▶ 밥과 빵을 먹여도 괜찮나요?

**답변** ▶ 당질량이 많기 때문에 일상적으로 주는 것은 추천드리지 않습니다.

**질문** ▶ 단 음식을 이상하리만큼 좋아합니다.

**답변** ▶ 당질에 중독되어 있을지도 모릅니다. 당질에는 의존성이 있기 때문에 스트레스를 받지 않도록 여유롭게 당질량을 줄여보시기 바랍니다.

**질문** ▶ 뇌에 영양이 부족해지지 않나요?

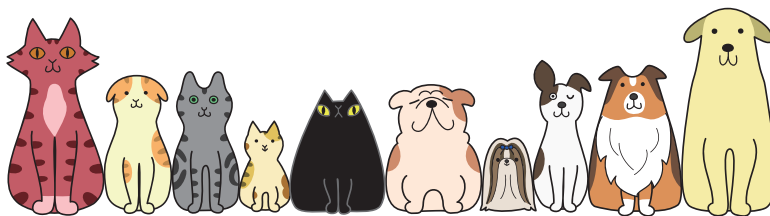
**답변** ▶ 괜찮습니다. 뇌에 필요한 에너지는 체지방 등에서 안정적으로 공급받습니다.

**질문** ▶ 신부전을 앓고 있어서 식사를 제한 중입니다.

**답변** ▶ 중증의 신부전일 경우에는 이 식사법을 추천드리지 않습니다.

**질문** ▶ 이 식사법의 단점은?

**답변** ▶ 가장 큰 단점은 손이 많이 간다는 점입니다. 확실히 시판 중인 사료는 간편합니다만, 인스턴트식품 및 햄버거만을 먹는 사람은 없을 것입니다. 동물도 마찬가지입니다. 무리하지 않는 범위에서 수제식의 비율을 늘려나가시기 바랍니다.



【편집 감수】

주식회사 모노리스 동물의료사업부 수의사 하야시

사이타마현 니자시 토호쿠1-3-5-3F 전화 048-474-0813

한국 공식 수입판매원: (주)에스에스오티코리아

TEL : 02-3454-0704 <상담 접수시간: 월~금요일 9:30~17:00>