
貓的飼養：了解基本的貓科營養學

Lisa A. Pierson, DVM

www.catinfo.org

這份傳單是許多篇文章的濃縮版，你可以在 catinfo.org 找到更詳盡的原文。網頁中有實用的連結和圖片。

飲食是健康的根基。以下將會列出一些經常被忽略的營養學原則並且解釋為什麼**餵貓吃罐頭會比餵乾飼料還來的健康**。多花些心思思考你餵你的貓吃了什麼將能夠延長牠們的生命甚至讓牠們免於遭受一些嚴重且痛苦的疾病。現在越來越多的美國獸醫協會會員，包括內科專科醫師都強烈建議用罐頭取代乾飼料。

乾飼料最主要的三個缺點：

1. 蛋白質的種類 - 植物性蛋白質的比例太高。
2. 碳水化合物含量過高。
3. 含水量太低。

主題

- 但我的貓吃乾飼料也「過得很好」啊！
- 動物性蛋白質的重要性
- 碳水化合物所帶來的問題
- 貓需要從食物中獲取水分 - 這是此份傳單最重要的主題
- 如何解讀飼料包裝上的標示
- 乾飼料引起的健康問題
- 乾飼料的安全性
- 從乾飼料轉換成罐頭的訣竅 - 讓飼料成癮貓開始吃罐頭
- 自製貓食和市售生肉（或半生肉）產品
- 後記 / 我如何餵我自己的貓

但我的貓吃乾飼料也「過得很好」啊！

每個生物在疾病發生前都過得「很好」，這聽起來像廢話但你可以仔細想想.....
每隻貓在得到糖尿病之前都過得「很好」，直到主人發現牠們出現糖尿病的症狀。
每隻貓在泌尿道阻塞前都過得「很好」，直到牠們開始排尿困難、死於膀胱破裂或是被送到醫院作緊急導尿。
每隻貓在得到膀胱炎之前都過得「很好」，直到牠們開始到處亂尿尿並出現血尿。

每隻貓在長期被餵食那些不適合貓科動物且高過敏性的飼料，最後導致對食物不耐 / IBD (炎症性腸病, inflammatory bowel disease) 之前也都過得「很好」。
每隻貓在腎臟或膀胱結石大到足以引發臨床症狀之前都過得「很好」。
每個癌症病人在腫瘤長的大到足以被發現、或是轉移到全身以致產生不適之前也都過得「很好」。

重點在於疾病都是要長期「醞釀」以後才會被發現。

這麼說難道所有的貓都因為吃乾飼料這種不合物種特性的食物而變的病入膏肓嗎？當然不完全是，但比例很高。這就是為什麼「可是我的貓吃乾飼料也過得很好啊」這話對我來說毫無意義，因為我相信**預防營養學**而不是亡羊補牢。我不想遇到一個其實可以用合適的飲食來避免的疾病，但最後卻只能說「喔噢……我想牠現在情況不太妙！」。

當然，為了讓你了解我所謂的「預防營養學」，你必須要知道碳水化合物打亂了許多貓的血糖 / 胰島素平衡、**整個泌尿系統**如果有足夠的水流量會健康很多、貓天生對口渴的感覺較不敏銳，所以必須從食物中獲取水分，以及最後，貓是絕對的肉食動物。換句話說牠們天生就是要從肉類中獲得蛋白質，不是植物。

貓需要的是動物性蛋白質

貓是絕對的肉食動物並且有著和狗非常不同的營養需求。「絕對的肉食動物」代表什麼？這表示大自然將你的貓創造成必須由大量的**動物性蛋白質** (肉 / 內臟) 中獲取養份的生物，而且幾乎不太需要**植物性蛋白質** (穀類 / 蔬菜)。這同時代表貓缺乏特定的代謝途徑 (酵素)，無法有效利用植物性蛋白質。

請記住很重要的一點，不是所有蛋白質的組成都是相同的。

來自動物身體組織的蛋白質含有完整的胺基酸組成 (胺基酸是構成蛋白質的元件，你可以將它們想像成一片片拼圖)，而植物性蛋白質缺少一部分肉食動物所必需的胺基酸 (拼圖碎片)。蛋白質的品質和組成 (有沒有缺了哪塊拼圖？) 同時代表了它的**生物價** (biological value)。

人類和狗可以從植物性蛋白質中獲得拼圖碎片並使用它們，但貓辦不到。這就是為什麼人和狗可以吃素食但貓不能。(但我並不建議讓狗吃素)

牛磺酸 (Taurine) 是其中一種存在於肉類的重要胺基酸，缺乏牛磺酸會使貓失明並引起心臟疾病。

乾飼料中的蛋白質通常絕大部分來自植物，它的品質和罐頭中的肉類蛋白質完全不同，生物價也較低。

因為植物性蛋白質比肉類蛋白質便宜許多，因此寵物食品公司用玉米、小麥、大豆和米當原料可以獲得較多利益。

獸醫營養學家和寵物食品公司代表聲稱他們很聰明，知道植物性蛋白到底是缺了**哪種**營養成份、缺了**多少**，並且聲明這些缺少的成份都已經加進飼料中並符合肉食動物的求。

問題人類就是沒那麼聰明，而且已經在過去試著猜測並彌補這類**極度不符合自然法則**的偏差時犯了致命性的錯誤。距離現在沒有很久之前（1980年代），許多貓因為人類的傲慢而幾近失明和死於心臟病，直到1980年代晚期研究才發現貓對牛磺酸缺乏極度敏感。就因為寵物食品製造商為了賺取更多利益背離自然法則，讓我們的貓為此付出了慘痛的代價。

許多情況都可能造成牛磺酸缺乏，其中之一就是大量採用植物作為蛋白質來源。比起減少獲利，在飼料中加入更多肉類，這些寵物食品公司寧可添加牛磺酸。

這的確解決了問題 - 目前一切都看似很好 - 但我們怎麼知道人類是不是又再次忽略了哪個重要環節？**為什麼人類如此傲慢的認為我們可以背其道而行，讓貓吃一些牠們天生不會去吃的東西？**

讓我們捫心自問：有多少貓因為這些不合適的食物而生病或死亡，但卻從來沒有人質疑過？我們無法肯定的回答這個問題但我相信答案一定是「非常多」。

有貓靠這些以植物為原料的食物存活（survive）嗎？有，很多貓都是。
那貓有因此處在活躍（thrive）的生理狀態嗎？不，牠們沒有。

請注意我的用詞，「存活」和「活躍」，這在健康狀況上有極大的不同。

另外一個爭議點在於乾飼料中的蛋白質在製造過程中經過長時間的高溫處理，目的是要將水分移除但同時也明顯降低了它的生物價。

這同樣破壞了其他養份，然後人類就必須去猜哪種養分 - 它的形式和量 - 在烹煮過程中被破壞，接著再額外添加回飼料中。

正因為人類永遠不會和大自然一樣「聰明」 - 我們永遠不會知道貓手中獵物的每一項細節 - 當人類因傲慢和貪婪試圖改變貓的天性時將會帶來顯而易見的風險。

最後，在考量到飼料中的蛋白質**含量**時，不要被標示所列的百分比蒙騙了。乍看之下乾

飼料似乎比罐頭含有更多的蛋白質，但換算成乾物重比例 (dry matter basis) 時就**不是那麼一回事了**。絕大多數的罐頭換算成乾物重比例時會比乾飼料含有更多的蛋白質，而且記住，就算不是，百分比也只代表一部分的事實，蛋白質的生物價才是重點。

我們餵貓吃太多碳水化合物了

貓天生獨特的肉食動物習性讓牠們所吃的東西不像乾飼料中含那麼多的碳水化合物(穀類)。非洲草原上的野生大貓獵捕的可不是一群群的餅乾，更不會把老鼠曬乾以後拌著玉米麩舒芙蕾吃。

在野外你的貓所吃的食物是高蛋白、水分豐富的肉和適量的脂肪，而**碳水化合物只佔了總熱量的 3 到 5%**。乾飼料平均的碳水化合物含量是 35-50%，有些便宜的乾飼料所含的量甚至更高。

這不是大自然要貓吃的食物。

相反的，一個高品質的罐頭所含的碳水化合物大約是 3-5%。

要注意並不是所有罐頭都是低碳水化合物。舉例來說，大部份的希爾思罐頭(一般配方) 和希爾思處方罐頭的碳水化合物含量就非常高，我不會選擇這類產品。

貓在生理上消化利用碳水化合物的能力就比較差，這是因為牠們缺少其他哺乳動物所有的特定酵素代謝途徑，唾液中也缺乏澱粉酵素 (amylase)。

貓並不需要從食物中攝取碳水化合物，更讓人憂心的是高碳水化合物的飲食會危害牠們的健康。

由此可知，長期餵肉食動物這種只有味道像肉的穀類製品非常不合理，這就跟餵馬或牛這些草食動物吃肉一樣不是嗎？那麼為什麼我們一直不斷的把肉食動物當作草食獸來養？為什麼要餵這種不合物種天性的東西？答案很簡單。**因為穀類很便宜，乾飼料很方便。贏就贏在便宜的價格和方便性。**

那麼這種塞滿碳水化合物、以植物為主原料又缺水的乾飼料適合貓嗎？當然不。

絕對肉食的動物天生就是要吃肉 - 不是穀類 - 而且牠們必須從食物中攝取水分。以下會作說明。

貓的食物裡必須含有大量水分

這個單元十分重要，以下將會說明為何即便是低碳水化合物的無穀飼料仍然不是貓的理想食物。

請看 catinfo.org 中的貓泌尿道健康單元，你會知道 Opie 是如何因尿道阻塞而受苦甚至幾乎死亡，還差點導致膀胱破裂。

千萬記住即便是最便宜的罐頭也會比任何市面上的乾飼料都還要好。

對所有生物而言，**水**是維持健康的必要元素。當你了解貓對於口渴的感受並不像其他動物那般強烈時，你就會知道為什麼富含水分的食物對貓來說這麼重要，因為這種天性會讓以乾飼料為主食的貓處在長時間輕微脫水的狀態。

貓天生就是要從食物中攝取水分，一般的獵物含水量約在 70-75%，乾飼料只有 7-10% 而罐頭約 78%。因此罐頭較接近貓的自然飲食也較能符合牠們對水的需求。

我可以想像的到有人會說「.....但我的貓很會喝水耶，應該沒事吧！」

一隻吃乾飼料的貓當然會比吃罐頭的貓喝更多水，但加總下來（食物的含水量加上平常額外喝的水）吃乾飼料的貓所獲得的水分約只有以罐頭為主食的貓的一半。**這點是關鍵，試想腎臟和膀胱問題在貓有多普遍。**

請記住當你的貓開始吃含水量充足的罐頭食物時，牠的排尿量會明顯增多 - 通常是過去的兩倍 - 這對膀胱的健康非常有益。你可以想像成罐頭每天幫助你的貓將膀胱「大清倉」很多次。

這也代表你必須比以前更勤於清理貓砂盆，或是增加貓砂盆的數量。請參考網站，我會在那裡詳述為什麼我強烈認為凝結砂是最衛生的一種貓砂，非凝結砂沒辦法一次將所有尿清乾淨因此也不夠衛生。

和飲食密切相關的貓科疾病

我們餵這些肉食動物的方式和許多致命疾病之間其實存在著很強的相關性。有關下述疾病的細節請參照 catinfo.org。

- **糖尿病**：糖尿病是一種很嚴重 - 而且非常難控制 - 的疾病，這在貓並不少見。我們並不知道造成這種複雜疾病的所有原因，但我們確實知道在將飲食中的碳水化合物含量降低後，許多患有糖尿病的貓可以停止施打或減少胰島素的量。
體認到這點，加上我們知道貓是如何利用碳水化合物以後，我們可以大膽推測高碳水化合物的食物可能是導致某些貓罹患糖尿病的顯著因子。

碳水化合物除了會影響多數貓的血糖穩定之外，乾飼料的熱量很高又非常好吃，而且多半是用任食的方式給予，這些都會造成**肥胖**。

脂肪細胞會產生一種物質，讓身體中的其他細胞對胰島素有抗性，這會使糖尿病惡化。

知道低碳水化合物對糖尿病患貓的胰島素需求產生多大的影響十分重要。

如果你的貓患有糖尿病，而你決定要開始餵牠吃低碳水化合物的食物，請在開始轉換飲食之前先閱讀我的網站，否則非常危險。

- **腎臟病 (CKD, 正式名稱是「CRF」):** 慢性腎臟病大概可以算是貓的第一名死因，光想到慢性脫水可能會造成或加速腎臟病的惡化就讓人不安。「腎臟處方飼料」像是希爾思 k/d - 這種獸醫師普遍會開立的飼料 - 只含有非常少量的水分 (相較於罐頭的 78%，它只有約 10%)，這讓你的貓無法處在良好的水合狀態。

我必須說我對於這麼多必須要接受皮下輸液的貓居然在吃乾飼料感到相當不可思議，這不合邏輯也不健康到了極點，我們應該用盡方法試圖讓貓吃到水分充足的食物才對。

請注意下方所列的希爾思處方飼料 k/d 成分表中的頭四項原料。切記，你的貓是肉食動物：

發酵米、玉米麩、豬脂肪 (以綜合維生素 E 和檸檬酸保存)、雞肉副產品

這種食物永遠不會出現在任何我所照顧的貓面前。前三種成分中沒有動物性蛋白質，這對任何貓來說都是品質很差且不合適的食物。

這款飼料的目的是要限制蛋白質的攝取，不幸的是它確實作到了，**然而請知道沒有研究顯示限制蛋白質攝取到這個程度就可以減緩腎臟功能惡化。**

k/d 將蛋白質量限制到這個程度會讓某些貓 - 那些進食量不足以提供本身熱量需求的貓 - 轉而分解代謝自身的肌肉，導致肌肉被消耗和體重下降。這個作用會讓需要由腎臟清除的肌酸酐 (creatinine) 上升。而肌酸酐上升加上肌肉消失通常會被誤解為 CKD 惡化。

當然這個現象會在任何蛋白質攝取不夠的貓身上發生，但 k/d 的蛋白質含量不僅低的離譜，對肉食動物來說也不夠完善，它主要由植物性蛋白質構成 - 而不是肉類蛋白，有更多更健康也比 k/d 更適合腎臟病貓的食物。

- **膀胱炎、膀胱 / 腎臟結石、尿道阻塞：**
更詳細的泌尿道疾病問題請看 catinfo.org 中的 [貓泌尿道健康單元](#)，裡頭有 Opie 的故事和照片。網頁中的第一段是這麼寫的：

假使我能讓看完這個網頁的讀者記住一個字，那我肯定希望是「水」。如果你的貓 100%吃的是含適量水分的罐頭 - 而不是乾飼料 - 那麼你將有很大的機率永遠不需要看這個網頁。

注意我說的是「水」，而不是「結晶」或「尿液酸鹼值」或「處方飼料」這種用來控制尿液酸鹼值的低品質食物。這是由於假使人們都餵貓吃含水量充足、以肉為主的食物，幾乎所有情況下尿結晶跟酸鹼值根本不會構成問題。

別忘了貓天生對口渴的感覺很不敏銳而且必須從食物中攝取水分。一隻吃罐頭的貓所獲得的水分是吃乾飼料時的兩倍。餵乾飼料的人們常會說「但我的貓很愛喝水」，但實際上這些貓所攝取的總水量（食物加飲水）大約只是以罐頭為主食時的一半。

所有生物的泌尿系統都需要灌流量來維持健康。在貓而言就是必須以罐頭為主食，不是乾飼料。試想罐頭中的水分一天可以灌洗貓的膀胱好幾次。

除了餵飼缺乏水分的食物和過份強調酸鹼值外，另一個十分嚴重的錯誤就是人們在處理貓的泌尿道問題時盲目的誤用 / 濫用抗生素。很多獸醫診所每天都在開立抗生素，卻沒想過細菌感染在貓的泌尿道問題並不常見。這麼頻繁的濫用抗生素不僅對貓有害，同時也會誘發細菌的抗藥性。

最常服用不必要抗生素的情況就是膀胱炎。膀胱炎代表膀胱壁正處於炎症反應（無論有沒有感染）。我們並不清楚造成此類痛苦疾病的所有原因，但這和緊迫以及食物含水量有強烈關聯性。

我要再強調一次，貓的膀胱炎有很高比例不是由感染引起，即是所謂的「無菌性膀胱炎（sterile cystitis）」，事實上絕大部分的膀胱炎都屬於這個類型。換句話說這些膀胱炎並不是由細菌感染所造成也不需要以抗生素治療。如果我們試圖想停止抗生素濫用就必須了解這個重要觀念。

許多人 - 包括獸醫師 - 都誤用「UTI」（urinary tract infection）來形容通常是無菌的膀胱炎。在多數情況這個「I」應該要代表「inflammation（炎症）」而不是「infection（感染）」。這些非細菌感染引起膀胱炎的患貓多半被開立不必要的抗生素，然而實際上此時牠們最迫切需要的是止痛藥。請記住尿中帶血不代表有細菌感染，發炎的部位常會出血，然而這並不是感染特有的情形。

重要的統計數據：小於 10 歲的膀胱炎患貓當中，只有約 1-2%是起因於泌尿道感染，換句話說約 98%的患貓其實不需要抗生素治療。這是因為這個年齡的貓能夠產生高濃縮的尿液（尿比重高於 1.035），細菌在這種環境下很難存活。

當貓超過 10 歲後感染的情況會比較常見 (~20-30%)，但這不代表罹患膀胱炎的老貓就該吃抗生素，仍有 70% 以上的膀胱炎是無菌的。會發生這種現象是因為這個年紀的貓較常有腎臟疾病，以致於尿液變的較稀釋讓細菌容易滋生。

糖尿病和甲狀腺機能亢進也較普遍見於 10 歲以上的貓，這兩種疾病會使病貓更容易有泌尿道感染。

那麼我們該如何界定這隻貓是否有感染的情形呢？假使真的有感染發生，我們又如何選擇抗生素？

尿液培養和敏感性試驗 (culture and sensitivity, C & S) 能夠偵測細菌種類 (假使有的話) 並且告訴獸醫師該使用哪一種抗生素。這項檢測需要由實驗室進行，通常會需時 3 天左右。用於 C & S 的尿液檢體必須用針筒直接經膀胱穿刺取得，這個採樣方式對貓而言並不是非常痛，而且只有用這個方法取得樣本作分析所得到的資訊才夠精確。唯一的難處是因為膀胱炎的患貓多半會頻尿使得膀胱中的尿量不夠，我們可能要等上幾個小時才能取得尿液。

為了解決這個問題，有些獸醫師會先給患貓皮下輸液然後將貓留在籠子裡。通常經過 2 到 3 小時 - 有時候甚至更短，膀胱內的尿量就足以作膀胱穿刺了。

重申一次：在有膀胱炎症狀的貓當中，10 歲以下約 98%，超過 10 歲則有 70-80% 都不是因感染引起。

所有得到膀胱炎的貓 (或至少那些尿液過稀或糖尿病的患貓) 都要進行 C & S 檢驗來確認感染是否存在。**除非有證據顯示感染，否則我們應該停止讓所有膀胱炎的患貓接受抗生素！**

前面有提到，緊迫會造成貓的膀胱發炎，因此了解疼痛和緊迫之間的惡性循環是處理這個疾病的重要關鍵。

膀胱炎能會來劇烈疼痛。疼痛造成緊迫，緊迫引發膀胱炎。所以止痛對患貓來說非常重要。Buprinex 是一個很好的選擇，比過去常使用的 Torbugesic 更有效 (Buprinex 是處方用藥，必須請獸醫師開給你)。**只不過遺憾的是許多獸醫師輕忽了止痛藥在處理泌尿道疾病上所扮演的角色。**

膀胱炎常使患貓開始在貓砂盆外排尿，這是因為牠們將排尿時的疼痛和貓砂盆連在一起，這稱作「**貓砂盆嫌惡 (litter box aversion)**」。因此除了止痛外，維持環境清潔也很重要，我們要盡一切努力避免這種情形發生。

膀胱炎容易復發但好消息是，許多貓的臨床症狀會很快緩解 (幾天內)，特別是立刻經 Buprinex 止痛後。其餘的貓甚至不需任何治療症狀就會自行消失。

事實上有個玩笑是這麼說的：患有膀胱炎的貓在接受抗生素治療後症狀約 7 天會消失，沒有吃抗生素的貓則是一個禮拜。

遺憾的是，由於人們不瞭解這點，他們多半把症狀改善歸功於抗生素儘管它根本沒起到什麼作用，抗生素濫用因此無法根絕。

總而言之，**緊迫 / 疼痛管理和食物的含水量是預防和治療膀胱炎中最重要的一環**。雖然一隻 100% 以罐頭為主食的貓也可能有過好幾次膀胱炎的病史，但機率會較以乾飼料為主食的貓低很多。這是一種很讓人挫折的疾病，獸醫學界也尚未找出它的所有病因。目前為止我們所知道最關鍵的處理方式就是減輕貓的緊迫和增加飲食中的含水量。水分的問題很好解決 - 餵罐頭並額外加水，但緊迫就不那麼好處理，因為貓十分敏感而且通常不會將自己的緊張表現出來。

接下來我想談談**尿結晶**：請注意「結晶」和結石不同，**正常貓的尿中時常就會出現結晶**，並不需要因此就改餵食「泌尿道配方」的飼料。

我常看到臨床上過於注重分析結晶類型而忽略了尿液樣本是怎樣被保存的。要知道一旦尿液離開身體就會在**短時間內 (30 到 60 分鐘) 析出結晶**。假使獸醫師沒有在第一時間檢驗，而是送去外面的實驗室或是用飼主在家接到的尿液作檢查，有可能會在結晶判讀上作出錯誤診斷。我們稱這種結果為「偽陽性」，而這多半會讓一部分的主人擔無謂的心，最後讓貓接受那種不適當又低品質的飼料。

在尿結晶的處理上，飲食又扮演了什麼角色？

當一隻貓吃的是缺乏水分的乾飼料，牠的尿液會變的更加**濃縮** (高尿比重 urine specific gravity, USG) 而且尿量會**變少** (通常是吃罐頭的貓的一半)，這代表尿中**結晶的濃度也會變高**，同時也增加了結晶形成結石的機率。此外高濃度的尿液會強烈刺激膀胱壁，更容易造成膀胱炎。

在食物中額外加 1-2 湯匙的水 (純水或有味道的 - 像是加了鮭魚的水、蛤蜊汁、雞肉或牛肉湯) 也很有幫助，或是用噴泉飲水器。鮭魚水的製作方法很簡單，用一個鮭魚罐頭加上 3 杯水，將其充分搗碎混合後靜置約 20 分鐘。接著將水倒入加蓋的製冰容器裡後冷凍保鮮，用加蓋的容器可以確保味道不會改變。

如果你還是很在意尿結晶，想想這個比喻：

如果樹葉不斷的落在你的車道上 (這是理所當然)，而你又沒有定期把樹葉沖掉或鏟走，這些樹葉就會越積越多最後造成問題。把樹葉想成是尿中的結晶，你就知道罐頭比乾飼料更能有效的「沖洗」貓的膀胱。

重複一次，在尿中發現結晶是正常的，但假使人類堅持要餵貓吃缺乏水分的食物它就會引發問題。結石或大量的結晶可能會阻塞尿路而造成致命的膀胱破裂。(請看網站中 Opie 的故事。)

任何頻繁進出貓砂盆卻沒有排出任何尿的貓都需要立刻送醫！這也是為什麼使用凝結砂如此重要，因為這樣一來你才能知道排尿量有多少。尿塊是不是只有葡萄乾大？還是葡萄？高爾夫球？梅子？網球？非凝結砂不夠衛生因為你無法在一天內頻繁的清空砂盆，也無法讓你計算尿量。

尿液酸鹼值是另一個在討論泌尿道疾病時常會被提及的東西，但我們真的需要停止在酸鹼值上鑽牛角尖。**食物中含的水分才是重點 - 不是尿的酸鹼值。**

唯一的例外會是短期 (1-2 個月) 用具尿路酸化效果的處方食物例如希爾思 s/d 罐頭(不是乾飼料) - 額外加水 - 來溶解磷酸銨鎂結石或大量的結晶。特別是在公貓，牠們又細又長的尿道大大增加牠們發生致命尿路阻塞的機率。**但這個處方不可以長期餵食！**

千萬知道假如貓得到的是草酸鈣結石或結晶，用上述處方只會讓情況更糟，因為此類結晶是在酸性環境下形成的。患貓必須在開始飲食調整後每 3-4 週以 X 光或超音波追蹤病況。

除此之外我並不會使用處方飼料或任何市面上所謂「泌尿道健康配方」的飼料。這些針對貓下泌尿道症候群的飼料目的在於酸化尿液，但這些低鎂又酸化的食物卻有可能讓膀胱炎的疼痛加劇。另外如此酸化的食物最後反而有助於草酸鈣結石形成，也可能造成低血鉀，這或許會造成或使腎臟病惡化。

我想提醒那些始終對尿液酸鹼值很斤斤計較的人，很多因素都會影響尿的酸鹼值，食物只是其中之一。

談到乾飼料和泌尿道健康，撇開缺乏水分這點不談，攝取高碳水化合物飲食 (大多數的乾飼料碳水化合物都極高) 也和磷酸銨鎂結晶的形成有關，因為碳水化合物的食物會讓尿液鹼化。

獸醫師通常會開立希爾思 c/d 和 x/d 飼料來處理泌尿道問題，我再說一次，它們只含 10% 的水分而且絕大部分的原料都不適合貓，防腐劑的使用上也有疑慮。同時碳水化合物的比例非常高，在 c/d 乾飼料就佔了 42%。記得你的貓是肉食獸，再看看 c/d 乾飼料成分表的頭幾項原料，我絕對不會推薦這類食物給任何貓：

發酵米、雞肉副產品、玉米麩、豬脂肪 (以綜合維生素 E 和檸檬酸保存)、雞肝香料、牛磺酸、以 BHT 和 BHA 保存

- **炎症性腸病 (Inflammatory Bowel Disease, IBD)**: IBD 會引起貓的嘔吐、下痢和 (或) 便秘，有些貓甚至只會出現體重下降的症狀。這個疾病有許多尚待解答的部分，但處理腸胃道問題先從飲食著手是很合理的。

這些貓普遍會接受高劑量的類固醇並輔以穀類的處方乾飼料，我強烈認為這些療法應該被捨棄。非常多的飼主指出 IBD 使他們的貓健康狀況變的極差，但在停止餵食**所有**乾飼料後這些貓的情況有了驚人的改善。(某些貓的確需要類固醇 - 暫時或長期服用，但我們更應該將焦點放在合適的飲食。)

甚而大量的報告指出 IBD 的患貓在改吃不含穀類的自製均衡生食或半生食後病情獲得極大的改善。食譜部分請參考網站，這個均衡的食譜已經幫助了非常多 IBD 患貓。

- **肥胖**: 肥胖是十分常見的貓科疾病而且對健康極度有害，過重的貓得到糖尿病的機率是一般貓的四倍，牠們也更容易有骨科方面的問題，有些貓甚至胖到無法好好清理自己的身體。絕對肉食獸的理想食物應該含有高蛋白質、適量脂肪和少量碳水化合物。貓極少將碳水化合物作為能量來源，而那些沒有被利用到的碳水化合物就會轉化為脂肪儲存。市面上所謂的「減重」飼料主要是將脂肪含量降低，取而代之的是升高蛋白質或碳水化合物含量，或兩者皆是。

而既然蛋白質 (肉類) 比碳水化合物 (穀類) 來的昂貴許多，寵物食品公司理所當然會選擇拉高碳水化合物的比例，使得這些飼料變的更不合物種特性也更不健康。

理想的減重飲食應該是高蛋白質(佔總熱量的 40% 以上) 適量脂肪(總熱量的 50% 以下) 和低碳水化合物 (低於 10%)。Merrick 出的一系列產品就是符合此比例的很好例子。

許多吃市售「減重配方」或「室內貓配方」飼料的貓要不就是根本瘦不下來，不然就是體重減輕、脂肪變少但肌肉也跟著消失。減重的目標應該是減去脂肪的同時要保有肌肉。

一些研究顯示，相較於餵食高碳水化合物 / 低脂肪飼料的貓，吃高蛋白質 / 低碳水化合物飼料的貓能夠減輕體重但仍保有精瘦的肌肉。

很多飼主只餵很少量的「減重」飼料，希望這樣能讓他們的貓瘦下來，但事實上這根本不是正確作法！通常這樣只會得到兩種結果：一是貓依舊過重，二是貓瘦了，但肌肉也跟著流失。

我在網站上分享了 Molly 和 Bennie 的減肥故事，各位可以看看牠們是如何從一隻

胖到幾乎無法走路或清理自己的肥貓，轉變成一隻健康且快樂的貓。

Molly 的獸醫開立了希爾思 r/d 處方飼料，但這種飼料品質差，碳水化合物含量也高 (33%)。有更健康且經濟的方法可以處理貓的肥胖問題，然而如果你考慮改用不含穀類、高蛋白質 / 低碳水化合物的乾飼料，請記住這些飼料的熱量通常很高，所以往往會導致**體重增加**。此外還有因為含水量過少所帶來的泌尿道問題。

- **脂肪肝**：這是貓最常見的代謝性肝臟疾病。貓一旦超過 48 小時不進食，無論任何原因，都有可能導致這個嚴重且多半致命的疾病。雖然瘦的貓也有這個風險，但過重的貓得病機率遠遠大的多。餵食高蛋白質、低碳水化合物的罐頭能讓貓維持理想且健康的體重，進而降低脂肪肝發生的機率。
- **齒科疾病**：長久以來的論點是相較於吃罐頭，吃乾飼料的貓比較少有齒科的問題，但這完全是高估、一點都不準確也沒有學術上的根據。這個迷思不斷的被倡導 (經獸醫師和外行人)，而用這類不健康的食物來試圖保持牙齒清潔更是持續對貓產生不良影響。如果吃乾飼料有益牙齒健康，那麼人類也應該用餅乾來保健牙齒。

首先乾飼料雖然硬，但它很脆，咬下去就碎開了，對牙齒幾乎起不到什麼摩擦的作用。再者，貓的顎和牙齒的結構是用來切斷和撕裂肉的 - 不是用來咬乾飼料。最後，絕大多數的貓在吃乾飼料的時候根本是整顆吞下肚的。

導致齒科疾病的因素很多 - 有些仍然未知 - 例如基因、病毒和飲食，還有貓不像人一樣會刷牙。其他尚有許多問題待解，貓也的確為牙齒狀況不佳所苦，只不過有一個很明顯的答案就是**人類餵給貓的食物一點都不接近牠們在自然狀態下會吃的東西**。

當野外的貓在吃獵物的時候，是用牙齒去撕開皮、肉、骨頭、筋和韌帶，這些東西和乾飼料或罐頭的質地截然不同。

無論是乾飼料或罐頭都無法和貓的自然食物相提並論 (老鼠、鳥、兔子等)，因此部分改餵大塊的肉 (大到能讓你的貓去啃) 或砂囊 (堅韌且有纖維) 似乎比較合理，因為這是貓天生會去咬的。生肉比煮熟的肉來的「韌」所以我個人偏好餵全生 - 或是半熟 - 的肉。(牙齒保健部分請參考網站)

請注意我說的是飲食的「一部分」，這很重要因為**純肉 (不帶骨頭或其他鈣質來源) 的營養非常不均衡**，因為肉中所含的鈣質量很少。請記住貓在吃獵物時是連肉帶骨一起吃的。

如果作為罐頭主食的額外補充，純肉所佔的比例最多為每日總熱量的 15%。舉例來說，假如一隻貓原本一天要吃 6 盎司的罐頭，那麼肉塊一天可以餵 1 盎司，外

加 5 盎司的罐頭。

當人們問我「我該多久讓我的貓吃一次肉塊？」，我會回答「你多久刷一次牙？」刷牙是目前為止最有效的牙齒保健方法。用 Google 搜尋「Cornell brushing your cat's teeth」可以找到很詳細的教學影片。

請特別注意影片中有提到，當你開始計畫例行刷牙「之前」，請先讓獸醫師替貓進行全面的齒科檢查。許多貓的牙齒非常痛但沒有明顯的徵兆，如果你在這種情況下替牠刷牙，貓會害怕而且極度厭惡牙刷。這時即便牠的疼痛已經緩解你可能也無法讓牠接受刷牙。

要知道我並不是說罐頭就比乾飼料來的對牙齒有益，理想的情況下貓不該吃罐頭或乾飼料因為這都無法促進口腔健康，但我們必須考慮室內生活的現實面 - 餵貓吃「一整隻的獵物」更是完全不切實際（雖然對牠們的牙齒很好）。折衷的方法就是至少讓牠們啃一些肉並盡可能的幫牠們刷牙，還有**停止催眠自己乾飼料對貓的牙齒有益。**

- **貓氣喘 / 過敏性呼吸道疾病：**許多有呼吸道症狀（咳嗽 / 呼吸困難）的貓在轉換成無穀的罐頭食品或以肉為主食的自製飲食後，這些症狀都有明顯改善或甚至消失。這些貓當中有些單純只是對乾飼料中的大量穀類蛋白過敏，或是對飼料中的倉儲蟎或蟑螂抗原有反應。

令人難過的是，很多有這種衰弱性肺臟疾病的貓只是接受免疫抑制劑量的類固醇治療 - **然後依舊吃一些不合適的食物。**雖然很多呼吸道疾病的確需要類固醇治療，但這並沒有治本，尤其許多案例只是對穀類還有昆蟲抗原過敏。類固醇可能導致糖尿病而且會讓貓容易有病毒、細菌和黴菌感染，所以切記在處理貓的呼吸道問題之前記得先排除食物因素。

乾飼料的安全性

乾飼料遠遠不如你我想的乾淨、安全，以及不含病原。我在網站中有提到許多寵物食品因為被致命化學物質污染、帶有細菌（沙門氏菌等）黴菌毒素和倉儲蟎而被緊急召回。同時我也針對乾糧中的腐壞油脂提出討論。

讓飼料成癮貓開始吃罐頭

註記：這部分有額外的 7 頁 PDF 檔案在 catinfo.org 供下載。

請記住引進新食物的最佳時機是在貓**健康**的時候。試圖讓一隻生病的貓接納新食物可能

會有問題，假使不舒服的貓將新食物和病痛連結在一起，甚至可能會對食物產生厭惡感。

只要人類夠有耐心並願意嘗試各種小技巧，最後所有的貓都會屈服。

自製貓食

假如你有心想自己作貓食，切記尚未作足功課就貿然嘗試反倒會讓你的貓吃下**營養極度不均衡的食物**。

如果你對這方面的資訊有興趣請參考網站。過去七年半以來我只餵我的貓我所準備的食物，而我對牠們的健康狀況非常滿意。

人們常聽到自己作貓食就大驚小怪，但這其實相當容易 - **只要你遵循一個營養均衡的食譜**。我大概每 1-2 個月會作一次冷凍起來，自己作貓食不代表你就得每天耗在廚房 - 相信我，假使真的需要，我就不會這麼作了。

人們在餵貓吃自製貓食時常犯的一個錯誤就是誤以為貓只要吃肉就可以 - 因此省略了作為鈣質來源的骨頭、富含營養素的內臟或沒有添加牛磺酸等等。雖然肉**必須**是貓科動物食物中的主要成分，但純肉所含的鈣質不足，無法提供適當的鈣磷比。**永遠記得鈣質不是額外的「添加物」，它是飲食中的必要成分**。純肉同時缺少其他重要營養素，因此我必須重申一次，請確定你用的是一個均衡且可信賴的食譜。

後記

首先恭喜你能夠一路看到這裡，想必你很在乎你的貓吃的是否健康，也隨時準備吸收關於貓科動物營養需求的新知識。這份傳單的主旨即在點出一個肉食動物在居家環境中如何獲取最理想的養份。

我最常接收到的抱怨就是他們的貓根本不吃罐頭只肯吃乾飼料。其實我的貓也是如此。這並不令人意外，因為在我開始調整牠們的食物之前牠們吃的都是 100% 的乾飼料。我花了好幾個月的時間說服牠們**其實是肉食動物，需要吃肉** - 而不是含有超量碳水化合物、水分不足又過度加工的乾飼料。這段過程有些混亂，由於其中兩隻貓在肚子餓的時候會遷怒於牠們的室友，有時候我會在隔離的房間為這兩個男生準備一點乾飼料，因為我不想讓我的家變成戰場。

不過令我訝異的是，其中一隻乾飼料成癮最嚴重的貓現在會很開心的吃我為牠準備的自製生肉或烤到半熟的肉 / 骨 / 內臟，更甚於牠對罐頭的喜愛。我必須誠心的說，看著我的貓大口啃著肉 - 那些牠們這個物種真正該吃的東西，我真的打從心裡感到高興。

現在我再也不餵牠們吃乾飼料，也無法想像我的貓再吃這類的東西。貓並不需要，也不會從乾飼料得到什麼好處，此外牠們也不需要一天 24 小時任食。

很多需要工作一整天的人擔心他們的貓會因此受苦，但事實上一隻健康的貓並不會因為無法任食就氣絕身亡，然而我習慣會在離家進行救援工作的時候將罐頭放置近 12 個小時來給我的中途貓跟幼貓們。請記住貓的胃腸道和人類的截然不同。

假如你擔心罐頭變質的問題，你可以將罐頭分成一部分室溫，另一部分則是**冷凍過的**。冷凍的那部分會在數小時內解凍，並且讓另一部分的食物維持一點「鮮度」。這個招數也可以用在你需要離家超過 24 小時，或是牠們的保母只能一天來一次的時候。如同沒有任何理由足以讓貓重回乾飼料的懷抱，貓砂盆必須至少每 24 小時檢查並清理一次。理論上貓砂盆應該要一天清兩次，假如你只有空清一次，那就要考慮額外放置一到兩個貓砂盆...切記一但貓砂盆裡頭有多於 3-4 個「物體」就算髒，此時就要清理否則對你的貓並不公平。

每個人都有不同的生活型態，總有方法能成功讓你的貓獲得高品質的營養。這份傳單的目的即在讓你對於貓飲食的特殊需求有所了解，如此一來你就能在餵飼貓時作出有智識的判斷並找出對你和你的貓都有所益的平衡點。

Lisa A. Pierson, DVM
DrPierson@catinfo.org
Updated: August, 2010

這份文件所僅用於一般資訊宣導，不提供任何承諾或保證。本資訊無法取代獸醫師的專業諮詢或建議，亦非用於疾病診斷和治療。

任何有關寵物的健康問題請直接洽詢您的獸醫師。