

Qu'ils soient à poils, à plumes, à écailles... les animaux de compagnie partagent la vie d'une famille sur deux en France.

Cette compagnie offre des atouts pour notre santé. Il faut cependant prendre certaines précautions.

Parlons tout d'abord de l'intérêt d'une présence animale au foyer.

Un réel impact sur notre bien-être et notre santé

Par sa seule présence et son affection, l'animal a une influence positive sur notre bien-être physique et mental. Ces effets sont démontrés par des études scientifiques. Nous avons grâce à Kiki le lapin, Vikie le chaton moins de bobos petits ou gros.

Selon une enquête réalisée sur trois continents (Australie, Chine et Europe) les propriétaires d'animaux de compagnie sont en meilleure santé que les autres (15 à 20 % de moins de visites chez le médecin pour les propriétaires d'animaux. Il facilite la communication avec les autres.



Milou mon coach

Milou motive, responsabilise et fait bouger.

Les balades quotidiennes avec Milou sont une excellente méthode de remise en forme. Les 30 minutes minimum de marche par jour (recommandées par les experts du Programme National Nutrition Santé) sont ainsi assurées ! On peut observer un taux de cholestérol et de triglycérides moins élevé chez les personnes possédant un animal !



Némo mon anti-stress

Eh oui la contemplation des ballets aquatiques de notre poisson rouge réduit notre stress et fait baisser notre pression artérielle ! Le même phénomène est observé lorsque nous caressons notre chien ou notre chat.



Félix mon confident

L'animal de compagnie est le confident joyeux et discret des moments heureux ou difficiles. Il aide à surmonter les épreuves douloureuses de la vie. Il rassure, augmente l'estime de soi et valorise celui qui en prend soin.

Pour une cohabitation harmonieuse...

N'oublions pas néanmoins que ce compagnon peut être source de pathologies ou d'allergies plus ou moins graves. Les voies de contamination sont diverses (toucher, salive..).

Une simple hygiène permet de se préserver des risques de contamination. Elle n'entache en rien le lien qui unit l'animal à ses maîtres :

A chacun sa place ! Attention microbes en pagaille !

- Dormir avec un animal dans son lit ou dans sa chambre est à éviter,
- Faire manger son animal dans son assiette ou à table augmente les risques de transmission de microbes,
- Éviter de le caresser en mangeant,
- Il est déconseillé de se faire lécher le visage par un animal,
- Après avoir touché un animal, il faut se laver les mains à l'eau et au savon pendant au moins 1 minute,
- Il est préférable d'interdire à son animal, l'accès à la salle de bains et aux chambres,
- Ramasser les excréments de son animal évite la dissémination des germes.

Ne négligeons pas sa toilette et sa santé...



La toilette des animaux à poils doit être régulière. Les chiens doivent être lavés et brossés. Les chats se lavent seuls mais il faut les brosser régulièrement.

Selon son espèce, l'animal doit être vacciné avec des rappels réguliers contre la rage, le typhus... et traité contre les parasites (tiques, puces...).



...Et aussi ce qui est à lui

Les litières, cages, gamelles, bols... doivent être nettoyés régulièrement et désinfectés avec un produit adapté.

Les paniers, jouets... doivent être nettoyés régulièrement avec un désinfectant ou une lessive appropriés (température de lavage supérieure à 60°).

Le linge utilisé pour les animaux ne doit pas être lavé avec le linge des maîtres afin d'éviter toute contamination.

Les sols doivent également être nettoyés plus particulièrement les moquettes.

Prudence : un animal aussi adorable soit-il reste un animal !

Il est conseillé d'approcher les animaux que nous connaissons avec douceur et précaution. Une plus grande prudence s'impose avec des animaux exotiques ou inconnus.

Après une griffure ou une morsure il faut désinfecter la plaie à l'aide d'un produit antiseptique. Si la morsure provient d'un animal que l'on ne connaît pas ou d'un animal exotique il est prudent de consulter un médecin.