# Veterinár Pavol Čech: Psy nie sú sliepky – potrebujú prirodzené mäso, nie spálené granule. BARF je najprirodzenejšia strava

**Stretli ste sa už s pojmom BARF, ale nie ste si istí, čo presne znamená? BARF – teda biologicky vhodná surová strava – je výživový prístup, ktorý čoraz častejšie odporúčajú aj veterinári. Jedným z nich je aj MVDr. Pavol Čech, skúsený veterinár z Bratislavy, ktorý sa dlhodobo venuje celostnej medicíne a alternatívnym prístupom k zdraviu zvierat. V rozhovore vysvetľuje, prečo je prirodzená strava kľúčom k zdraviu psa a čo by mal vedieť každý majiteľ predtým, než prejde na BARF.**

##

MVDr. Pavol Čech je veterinárny lekár s **viac ako 30-ročnou praxou**. Venuje sa **klasickej aj alternatívnej veterinárnej medicíne** – od homeopatie cez akupunktúru až po moderné terapeutické technológie ako plazmový generátor. Jeho ambulancia v bratislavskom Lamači je známa individuálnym prístupom, kombináciou východných a západných liečebných metód a dôrazom na prevenciu. S BARF výživou má dlhoročné praktické skúsenosti a jej výsledky vidí denne na svojich pacientoch.

##

### **BARF výživa nie je úplne nová. Ako ste sa k nej dostali vy?**

*Už pred rokmi som si začal všímať rozdiely medzi psami kŕmenými granulami a tými, ktoré prešli na surovú stravu. Diagnózy, ktoré ku mne chodili, sa začali meniť. Menej kožných problémov, tráviacich ťažkostí aj psychických výkyvov. Pes je mäsožravec, nie sliepka. A mäsožravec potrebuje mäso, nie spálené, extrudované granule.*

### **Aký je podľa vás hlavný rozdiel medzi BARF a granulami?**

*Granule sú často technologicky prepracované, ale biologicky chudobné. Zničia sa enzýmy, bioaktívne látky, jednoducho všetko, čo je živé. BARF, ak je správne zložený a kvalitný, zachová prírodné živiny, enzýmy aj štrukturálnu vlákninu. A to je pre trávenie zásadné.*

### **V čom je BARF zdravotným prínosom?**

*V prvom rade podporuje črevnú mikrobiotu. A to je základ zdravia. V čreve vzniká imunita, ale aj nálada – tvorí sa tam množstvo prospešných kultúr baktérii a hormónov. Ak má pes zdravé črevo, zlepšuje sa trávenie, pokožka, srsť, nálada, celkový životný prejav. Dôležitá je aj minerálna rovnováha – BARF ju pomáha udržiavať, pretože nedegraduje látky ako tepelne upravená strava.*

### **Stretávate sa s argumentom, že „po granulách je krajšia stolica“?**

*Áno, ale nie je to pravda. Kvalitný BARF zabezpečí formovanú a menšiu stolicu. To, že je stolica objemná, ešte neznamená, že je pes zdravý – často je to naopak. Pri BARFe organizmus reálne vstrebáva živiny.*

### **Môže byť BARF aj prevenciou pred ochoreniami?**

*Jednoznačne. Mám psov, ktorí sú na BARFe dlhé roky a nepotrebujú veterinára. Napríklad jeden 11-ročný pes je už roky na BARF-e. Nikdy nemal zdravotný problém, neprišiel ku mne ako pacient. Je to krásny dôkaz toho, čo dokáže kvalitná strava, ktorá je základom prevencie. Keď sa tráviaci trakt vyvíja na prirodzenej výžive, minimalizujete riziko chorôb – vrátane endokrinných, neurologických či autoimunitných.*

### **Ako BARF ovplyvňuje kožu a srsť?**

*Koža je výkladnou skriňou vnútorného prostredia. Ak pečeň nestíha detoxikovať, telo sa zbavuje toxínov cez kožu. Preto pri dermatologických problémoch nejde len o šampón – ide o stravu, pečeň, črevo. Ak to funguje správne, pes má krásnu srsť a čistú kožu. A to dosiahnete práve BARF výživou.*

### **Je BARF vhodný aj pre šteniatka?**

*Áno, dokonca je pre nich ideálny – ak je správne nastavený. U šteniat je nevhodné začínať granulami – z dôvodu nedostatočnej hydratácie, zničenej mikroflóry a zaťaženej sliznice. Mám kolegu, ktorý robí endoskopiu žalúdkov – a to, čo vidí po granulách, je katastrofa. Mikroinfarkty slizníc, erózie. Malé psy si to zaslúžia najviac – správny štart.*

### **A čo psychika psa? Môže strava ovplyvniť aj tú?**

*Veľmi. V čreve vzniká serotonín, dopamín – hormóny nálady. Črevo komunikuje s mozgom. Pes, ktorý má v poriadku trávenie, je pokojnejší, vyrovnanejší. BARF výživa pomáha upokojiť organizmus a eliminovať psychosomatické prejavy.*

## **Zdravie sa začína v miske**

BARF nie je len výživový trend, ale komplexný prístup k zdraviu psa. Od trávenia, cez kožu, až po náladu – prirodzená strava dokáže ovplyvniť celý organizmus. Kľúčom je kvalita, rozumné nastavenie a trpezlivosť.

Ak chcete svojmu psovi dopriať vyváženú BARF výživu, navštívte [**www.barfdog.sk**](https://www.barfdog.sk/), kde nájdete kvalitné suroviny, odborné poradenstvo a balíčky pripravené aj pre úplných začiatočníkov.