Jouw kitten slaapt veel? Zo help je hem nog beter slapen
Placeholder for the "Links" field



Jouw kitten slaapt veel? Zo help je hem nog beter slapen

Kersverse kattenbaasjes stellen zichzelf vaak de volgende vraag: Mijn kitten slaapt veel, is dat erg? Het antwoord is simpel: nee. Een pasgeboren kitten goed laten slapen is heel belangrijk. Lange slaapperiodes zijn essentieel voor hun groei en ontwikkeling. Daarnaast is het ook voor de baasjes een hele geruststelling om te zien dat hun kitten veel slaapt. Het toont dat hij gelukkig en tevreden is en zich veilig voelt in jouw huis. Hoewel kittens gemiddeld zo’n 18 tot 22 uur per dag slapen, slagen ze er alsnog in om hun baasjes ’s nachts wakker te houden. In dit artikel laten we zien wat gezonde slaappatronen zijn en geven we tips om ervoor te zorgen dat zowel jij als je kitten beter en rustiger slapen.

Geef een kleine maaltijd voordat je naar bed gaat

Katten zijn van nature actief in de avond en nacht. Het is dus logisch dat ze helemaal tot leven komen op het moment dat jij juist lekker wilt gaan slapen. Dat geldt ook voor kittens. Toch is het niet moeilijk om dit proces een klein beetje bij te sturen. Net als mensen voelen ook kittens zich slaperig na een avondmaaltijd. Door je kitten een half uur voordat je gaat slapen natvoer te geven, kan hij met een gevulde maag in slaap vallen. Je kitten slaapt veel, zeker overdag. Maar op deze manier kan je ervoor zorgen dat hij ook ’s nachts beter slaapt. Meer informatie over de juiste porties natvoer voor kittens van diverse leeftijden vind je in dit uitgebreide artikel.

Gebruik natvoer in het dagelijkse voedingsschema

Kittens slapen veel en toch moeten ze elke dag voldoende eten. Natvoer van goede kwaliteit, boordevol eiwitten, geeft gedurende 24 uur geleidelijk energie af en stimuleert hun groei. Droogvoer daarentegen bevat vaak meer koolhydraten, die niet essentieel zijn voor de voeding van een kat. Bovendien kunnen koolhydraten leiden tot een energiepiek, wat een negatieve invloed heeft op de kwaliteit en duur van de slaap. Als je wilt dat jouw kitten goed en rustig slaapt, gebruik dan natvoer in zijn normale dagelijkse voedingsschema.

Speel met je kitten om hem moe te maken

Het lijkt tegenstrijdig. Je kitten slaapt veel en toch slaagt hij erin om jou ’s nachts wakker te houden. Zoals eerder gezegd is dat de aard van het beestje. Katten worden van nature actiever op het moment dat wij mensen willen gaan slapen. Toch kan je van de nood een deugd maken. Namelijk door aan het begin van de avond uitgebreid te spelen met je kitten. Zorg voor uitdagende en stimulerende speeltjes en laat hem lekker al zijn energie gebruiken. Let er wel op dat je dit doet aan het begin van de avond, dan is er daarna genoeg tijd om tot rust te komen. Doe je dit later op de avond, dan is je kitten te opgewonden om te gaan slapen.

Zorg voor een knus bedje waar jouw kitten zich beschermd voelt

Je kitten alleen laten slapen is heel normaal. Hoewel katten overal in huis kunnen slapen, soms op heel onverwachte plekken, is een eigen bedje voor een kitten een must. De hoeveelheid slaap die je kitten ’s nachts krijgt, zal waarschijnlijk toenemen als hij slaapt in een mand met hoge randen. Een koepelvormig bed of iets anders met een dak boven zijn hoofd, zal je kitten nog meer het gevoel geven dat hij veilig en beschermd is. Katten slapen graag uit de buurt van de plek waar ze eten, drinken en naar het toilet gaan. Kies de slaapplek van je kitten daarom met zorg uit.

Zo laat je jouw kitten tijdens de eerste nacht rustig slapen

Je kitten de eerste nacht alleen laten slapen, kan dat het beste in een aparte ruimte, of bij jou in de slaapkamer? Hierover lopen de meningen uiteen. Belangrijk is dat het een veilige, afgesloten ruimte is, zodat jouw kitten niet midden in de nacht helemaal alleen op

onderzoek uitgaat in de rest van het voor hem onbekende huis. Zorg dat er geen gevaarlijke voorwerpen in de ruimte zijn. Kies een warme, rustige plek om te slapen, zonder harde geluiden of felle lichten, zodat je kitten niet wordt afgeleid of gestoord. Geef je kitten een knus bedje waarin hij zich beschermd voelt en leg er eventueel een knuffel of warmwaterkruik in. Dat kan helpen om zich veilig en geborgen te voelen.

Gebruik vertrouwde geuren voor een veilig gevoel

Als een kitten nieuw in huis is, kan het helpen om een deken mee te nemen uit zijn vorige huis, waar hij samen met de moederpoes woonde. Je kitten alleen laten slapen wordt op deze manier een stuk makkelijker, omdat een vertrouwde geur zorgt voor een gevoel van veiligheid. Zodra een kitten een band met jou heeft opgebouwd, zal een kledingstuk van jou in zijn mandje troost bieden en ervoor zorgen dat hij ‘s nachts langer slaapt.

Hoelang slapen kittens?

Gemiddeld slapen kittens 18 tot 22 uur per dag. De exacte hoeveelheid slaap die kittens nodig hebben, hangt af van hun leeftijd.

2 weken – 3 maanden. Kittens slapen gemiddeld 22 uur. Kittens slapen veel om hard te kunnen groeien. In de korte periodes dat ze wakker zijn, bruisen ze van de energie.

3 maanden – 6 maanden. Kittens slapen gemiddeld 18 tot 20 uur. De zintuigen zijn verder ontwikkeld en de kans is groot dat jouw kitten vol energie is wanneer jij wilt gaan slapen. **6 maanden en ouder.** Kittens slapen gemiddeld 15 tot 18 uur en daarmee lijkt hun routine op die van een volwassen kat. Ze zijn het meest actief bij zonsopkomst en zonsondergang. Katten die naar buiten mogen, zijn vaak langer wakker dan binnenkatten.

Als je denkt dat jouw kitten plotseling een ander slaappatroon heeft en vaker of minder vaak slaapt dan normaal, neem dan contact op met de dierenarts. Dit kan namelijk wijzen op een medisch probleem.

Waarom slaapt mijn kitten zoveel?

Kittens slapen veel omdat hun lichaam en geest zich volop aan het ontwikkelen zijn. Slaap is essentieel voor de aanmaak van groeihormonen. Daarnaast is voldoende slaap belangrijk voor de ontwikkeling van hun zenuwstelsel, spieren en botten.

Jouw kitten gebruikt al die uren slaap ook om te herstellen. De voedingsstoffen en energie die hij via zijn eten heeft binnengekregen worden door het lichaam verwerkt. Bovendien ondersteunt voldoende slaap het immuunsysteem dat nog volop in ontwikkeling is. Daarom is het belangrijk om kittens rustig te laten slapen en altijd uit zichzelf wakker te laten worden.

De eerste maanden in het leven van een kat zijn natuurlijk één groot avontuur. Elke dag is er wel wat nieuws te beleven. Veel slapen helpt ook bij het verwerken van alle nieuwe indrukken en ervaringen die ze opdoen tijdens het spelen en ontdekken. Dit kost een hoop energie en door genoeg te slapen kunnen kittens hun energieniveau weer op peil brengen. Zo kunnen ze volop profiteren van de paar uur per dag dat ze wakker zijn.

Naarmate kittens ouder worden hebben ze minder slaap nodig, al blijft slaap hoe dan ook

heel belangrijk. Zelfs volwassen katten hebben nog altijd 13 tot 16 uur slaap per dag nodig. Dat komt omdat katten van nature jagers zijn. Tijdens het jagen verbruiken ze in korte tijd veel energie. Instinctief zal een kat dus altijd zijn krachten sparen voor de jacht, maar ook om in geval van nood op de vlucht te kunnen slaan.

Slapen kittens de hele nacht door?

Kittens slapen veel, maar normaal gesproken slapen ze niet de hele nacht door. Het is heel normaal dat ze ’s nachts een aantal keer wakker worden, vooral wanneer ze nog niet helemaal gewend zijn aan hun nieuwe baasje en hun nieuwe omgeving. Iets oudere kittens zijn net als volwassen katten vaak ’s nachts actief. Dat is namelijk het tijdstip dat ze van nature zouden gaan jagen. De tijd dat wij willen gaan slapen is voor katten juist het moment om actief te worden.

Moet ik mijn kitten de hele dag laten slapen?

Wanneer ze net bij je in huis komen, kan je jonge kittens het beste zo lang laten slapen als ze willen. Slaap stelt ze in staat om alle voedingsstoffen en energie die ze binnenkrijgen aan te wenden om te groeien en hun spieren, zenuwstelsel en immuunsysteem te ontwikkelen. Jonge kittens kunnen met gemak 20 uur slapen, dat is dus vrijwel de hele dag. Maar wees voorbereid op uitbarstingen van hectische energie tussen de dutjes door.

Naarmate kittens ouders worden, zijn ze iets vaker wakker. Ze hebben op die momenten een tomeloze energie. Overdag actief met ze spelen is een goed idee. Ten eerste omdat dit kittens zowel fysiek als mentaal stimuleert. Ten tweede kan je ze op deze manier een beetje moe maken, waardoor ze ’s nachts meer slapen. En jij dus ook.

FAQs

All Questions Kitten Slapen
Filter by

- All Questions
- Kitten Slapen

1. **Waar moet mijn kitten slapen?**

   Een kitten slaapt veel, gemiddeld zo’n 20 uur per dag. Om rustig door te kunnen slapen is een veilige, warme en beschutte slaapplek van groot belang. Kittens houden van warmte, dus zorg dat de kattenmand of het bedje niet op de tocht staat en leg er eventueel een zachte, warme deken en een warmwaterkruik in. Zorg ervoor dat de ruimte waar je kitten slaapt veilig is, dat wil zeggen zonder losse snoeren, giftige planten of andere gevaarlijke voorwerpen. Gaat je kitten de eerste nacht alleen slapen, dan kan het helpen om een doek of kledingstuk met een vertrouwde geur in zijn bedje te leggen.

2. **Wat kan ik doen om mijn kitten beter te laten slapen?**

   Zorg allereerst voor een warme, veilige en beschutte plek waar jouw kitten ongestoord kan doorslapen. Op de korte momenten dat hij wakker is, zit hij vaak vol energie. Het is belangrijk om hiervan te profiteren en actief met hem te spelen. Niet alleen is dat goed voor zijn fysieke en mentale ontwikkeling, het zorgt er ook voor dat

hij lekker moe wordt, waardoor hij beter slaapt. Net als baby's hebben kittens even tijd nodig om een routine te ontwikkelen. Wees dus geduldig en neem die paar slapeloze nachten voor lief.

3. **Hoe zorg je ervoor dat je kitten jou laat slapen?**

   Katten zijn bijzonder actief in de periode rond zonsondergang en zonsopkomst. Om ervoor te zorgen dat jij desondanks genoeg nachtrust krijgt, kan het helpen om aan het einde van de dag een vaste routine te introduceren. Neem de tijd om aan het begin van de avond actief met jouw kitten te spelen. Maak hem maar flink moe, dat vindt hij alleen maar leuk en het is bovendien heel goed voor zijn ontwikkeling. Een half uur voordat jij gaat slapen kan je hem vervolgens zijn favoriete maaltijd geven, zodat jouw kitten met een gevulde maag in slaap valt. Zorg er tot slot voor dat hij zelf bij de kattenbak en de water- en etensbakjes kan komen. Zo hoeft hij jou niet wakker te maken als hij ze nodig heeft.

Source URL:
https://www.sheba.nl/blog/hechting-en-verzorging/hoe-zorg-je-ervoor-dat-je-kitten-veel-slaapt