
دنیای سگ های خانگی

آموزش و تربیت نژاد ژرمن شپرد



فصل ۱: سلامت پایه و واکسن ها ۴

۱. برنامه واکسن ژرمن شیرد از تولگی تا بزرگسالی چیست؟ ۴
۲. انگل زدایی داخلی و خارجی را چه طور و چه وقت انجام دهیم؟ ۷
۳. چکاپ های دوره ای و آزمایش های سالانه کدام اند؟ ۹
۴. چه علائم خطری یعنی همین الان باید دامپزشک برویم؟ ۱۱

فصل ۲: تغذیه ایمن و درست ۱۴

۱. برنامه غذایی روزانه و اندازه هر وعده چگونه باشد؟ ۱۴
۲. تشویقی سالم و مکمل های لازم را چگونه انتخاب کنیم؟ ۱۶
۳. آبرسانی درست و پیشگیری از چاقی را چگونه مدیریت کنیم؟ ۱۸
۴. تغییر برند یا نوع غذا را بدون دل درد چگونه انجام دهیم؟ ۱۹

فصل ۳: غذاهای خطرناک و پیشگیری از مسمومیت ۲۰

۱. کدام غذاهای انسانی برای ژرمن شیرد سمی یا خطرناک اند؟ ۲۰
۲. نشانه های مسمومیت غذایی چیست و چه قدر جدی است؟ ۲۳
۳. در صورت خوردن غذای خطرناک چه کار فوری انجام دهیم؟ ۲۴
۴. چطور محیط خانه را طوری بچینیم که اشتباه غذایی رخ ندهد؟ ۲۵

فصل ۴: غذاهای خانگی سالم و مقرون به صرفه ۲۷

۱. نسبت درست پروتئین، کربوهیدرات و چربی در غذای خانگی چیست؟ ۲۷
۲. چند دستور ساده خانگی که واقعاً متعادل اند کدام اند؟ ۲۹
۳. روش پخت، نگهداری و فریز کردن ایمن چگونه است؟ ۳۱
۴. منوی هفتگی نمونه برای ژرمن شیرد کم تحرک و پرتحرک چه فرقی دارد؟ ۳۲

فصل ۵: جای دستشویی و نظم خانگی ۳۴

۱. آموزش دستشویی در خانه و بیرون مرحله به مرحله چگونه است؟ ۳۴
۲. باکس (Crate) و پد بهداشتی را چطور درست معرفی و تثبیت کنیم؟ ۳۶
۳. بوزدایی علمی و جلوگیری از تکرار خطاها چگونه انجام می شود؟ ۳۸
۴. برنامه روزانه دفع و ثبت پیشرفت را چگونه تنظیم کنیم؟ ۳۹

- فصل ۶: فرمان های نمایشی و مهارت های روزمره** ۴۱
۱. سه فرمان ضروری روزمره: -بیا، -بمون، -ولش کن- را چگونه پایدار کنیم؟ ۴۱
 ۲. بندکشی بدون کشیدن و آداب آسانسور و خیابان چگونه تمرین می شود؟ ۴۴
 ۳. -آرامش روی زیرانداز- و ساکت شدن به اشاره را چگونه آموزش دهیم؟ ۴۵

- فصل ۷: مهم ترین نکات نگهداری ژرمن شپرد در خانه و شهر** ۴۹
۱. دما، تهویه و مراقبت از گرما/سرما برای بدن کوچک پامر چگونه است؟ ۴۹
 ۲. تنها ماندن در خانه را چطور امن و بدون استرس مدیریت کنیم؟ ۵۱
 ۳. برنامه روزانه بازی، ورزش ذهنی و استراحت را چگونه بچینیم؟ ۵۳
 ۴. سفر، کریر، کافه/هتل و چک لیست خروج از خانه چه نکاتی دارد؟ ۵۴

- فصل ۸: بیماری های شایع؛ علائم و اقدام اولیه و درمان** ۵۶
۱. دیسپلازی هیپ و آرنج ۵۶
 ۲. مشکلات پوست و مو -حساسیت، ریزش، گره- چه نشانه ها و راه حل هایی دارند؟ ۶۰
 ۳. اسهال، استفراغ و بی اشتها: چه وقت خانگی مدیریت کنیم و چه وقت اورژانس برویم؟ ۶۱

- فصل ۹: گریمینگ و رسیدگی دوره ای بدون استرس** ۶۲
۱. برس کشی درست برای موی دوبل و باز کردن گره ها چگونه است؟ ۶۴
 ۲. حمام و ششوار ایمن و کم استرس را چگونه انجام دهیم؟ ۶۵
 ۳. مسواک زدن روزانه (ضروری) و کوتاه کردن ناخن را چطور راحت کنیم؟ ۶۶
 ۴. مراقبت از چشم (کنترل لکه اشکی) و گوش و علائم هشدار در گریمینگ چیست؟ ۶۸

- فصل ۱۰: ایمنی، رفتار و شرایط اضطراری** ۷۰
۱. پارس های خبری را چگونه کم کنیم تا همسایه ها اذیت نشوند؟ ۷۰
 ۲. اضطراب جدایی را با چه برنامه ای آرام و پایدار درمان کنیم؟ ۷۱
 ۳. اجتماعی سازی ایمن با آدم ها و حیوانات دیگر را چگونه جلو ببریم؟ ۷۳
 ۴. جعبه کمک های اولیه خانگی، شماره های ضروری و نقشه اقدام فوری چه باشد؟ ۷۵

- فصل ۱۱: ۵۰ پرسش رایج و بسیار مهم در مورد نگهداری از سگ ژرمن شپرد** ۷۸

- فصل ۱۲: ۵۰ اشتباه رایج صاحبان ژرمن شپرد (و راه حل های تخصصی آن ها)** ۸۸

فصل اول: سلامت پایه و واکسن ها - راهنمای تخصصی ژرمن شپرد

یت یک ژرمن شپرد، تعهد به مدیریت سلامت یک ورزشکار است. این نژاد صرفاً یک سگ خانگی نیست؛ یک نژاد کاری (Working Breed) با جثه ی بزرگ، انرژی بالا و متابولیسم خاص است. برخلاف نژادهای کوچک تر، هرگونه غفلت در برنامه های بهداشتی پیشگیرانه می تواند به سرعت به مشکلات جدی و پرهزینه، به ویژه در سیستم اسکلتی و گوارشی، منجر شود. این فصل، سنگ بنای یک زندگی طولانی و سالم برای ژرمن شپرد شماست.

برنامه واکسن ژرمن شپرد از تولگی تا بزرگسالی چیست؟

واکسیناسیون، سپر دفاعی سگ شما در برابر بیماری های کشنده و بسیار مسری است. از آنجایی که ژرمن شپرد ها سگ هایی بسیار فعال هستند و اغلب در محیط های باز، پارک ها و کلاس های آموزشی حضور دارند، قرار گرفتن آن ها در معرض عوامل بیماری زا اجتناب ناپذیر است.

برنامه ی واکسیناسیون توله ها بر اصل «غلبه بر ایمنی مادری» استوار است. توله ها ایمنی موقتی را از شیر مادر دریافت می کنند که حدوداً بین ۶ تا ۸ هفتگی شروع به ضعیف شدن می کند. واکسن های چندگانه (DHPP) در فواصل زمانی مشخص تزریق می شوند تا به محض از بین رفتن ایمنی مادری، سیستم ایمنی خود توله فعال شود.

واکسن های اصلی (Core Vaccines): این ها واکسن هایی هستند که تمام سگ ها، صرف نظر از سبک زندگی، باید دریافت کنند.

۱. **دِیستِمپر (Distemper):** یک بیماری ویروسی چند سیستمی و اغلب کشنده.
۲. **پاروویروس (Parvovirus):** ویروسی بسیار مسری و شدیداً کشنده (به خصوص در توله ها) که باعث اسهال خونی شدید می شود. ژرمن شپرد ها، در کنار روتوایلرها و پیت بول ها، حساسیت بالاتری نسبت به پاروویروس نشان می دهند و نرخ مرگ و میر در آن ها بالاتر است.
۳. **هپاتیت (Adenovirus):** عامل بیماری کبدی و تنفسی.
۴. **هاری (Rabies):** یک بیماری کشنده و مشترک بین انسان و دام که واکسیناسیون آن در اکثر نقاط جهان اجباری است.

واکسن های غیراصلی (Non-Core/Lifestyle): این واکسن ها بر اساس سبک زندگی و میزان ریسک ابتلای سگ شما توصیه می شوند.

۱. **لپتوسپیروز (Leptospirosis):** توصیه می اکید برای ژرمن شپرد. این بیماری باکتریایی از طریق ادرار حیوانات آلوده (مانند موش ها) در آب های راکد، گل ولای یا خاک مرطوب منتقل می شود. از آنجایی که ژرمن شپرد ها عاشق کاوش در طبیعت، پیاده روی در جنگل و بازی در چمن هستند، ریسک ابتلای آن ها بالاست. این بیماری مشترک با انسان و بسیار خطرناک است.

بیماری تنفسی کنل کاف (Kennel Cough - Bordetella/Parainfluenza): اگر ژرمن شپرد شما به کلاس های آموزشی گروهی، پارک سگ یا پانسیون می رود، تزریق این واکسن ضروری است.



جدول جامع واکسیناسیون ژرمن شپرد

سن	واکسن های پیشنهادی	توضیحات و ملاحظات نژادی (ژرمن شپرد)
۶ تا ۸ هفتگی	DHPP (نوبت اول) + (اختیاری: کنل کاف درون بینی)	آغاز سری واکسن ها. قرنطینه کامل توله (عدم تماس با زمین بیرون از خانه) همچنان الزامی است.
۱۰ تا ۱۲ هفتگی	DHPP (نوبت دوم) + لپتوسپیروز (نوبت اول)	تقویت ایمنی برای بیماری های اصلی. شروع ایمنی زایی برای لپتوسپیروز (که نیاز به نوبت دوم دارد).
۱۴ تا ۱۶ هفتگی	DHPP (نوبت سوم/نهایی) + لپتوسپیروز (نوبت دوم)	نوبت حیاتی: این نوبت برای اطمینان از غلبه بر ایمنی مادری و پوشش کامل پاروویروس (نقطه ی ضعف ژرمن شپرد) ضروری است.
۱۶ تا ۱۸ هفتگی (بر اساس قانون منطقه)	هاری (Rabies)	این واکسن معمولاً به تنهایی و جدا از سایر واکسن ها تزریق می شود تا واکنش های احتمالی رصد شوند.
۱ سالگی (یادآور)	DHPP (یادآور) + لپتوسپیروز (یادآور) + هاری (یادآور)	اولین تقویت کننده های بزرگسالی برای تثبیت ایمنی بلندمدت.
سالانه	لپتوسپیروز + کنل کاف (در صورت نیاز سبک زندگی)	واکسن لپتوسپیروز (و کنل کاف) ایمنی طولانی مدت (مثل DHPP) ایجاد نمی کند و نیاز به یادآور سالانه دارد.
هر ۳ سال یکبار	DHPP + هاری (بر اساس قوانین محلی و نوع واکسن)	پس از یادآور ۱ سالگی، واکسن های اصلی (DHPP و هاری) تا ۳ سال ایمنی زایی دارند.

واکنش های پس از واکسن: طبیعی است که سگ شما تا ۲۴ ساعت پس از واکسن کمی بی حال، تب دار یا در محل تزریق دردناک باشد. اما اگر تورم شدید صورت، کهیر، استفراغ یا مشکل تنفسی مشاهده کردید، فوراً با دامپزشک تماس بگیرید (این یک واکنش آلرژیک اورژانسی است).

انگل زدایی داخلی و خارجی را چه طور و چه وقت انجام دهیم؟

ژرمن شپرد ها به دلیل پوشش دولایه و ضخیم (Double Coat) و علاقه شان به کاوش در محیط بیرون، آهنربای انگل ها هستند.

۱. انگل زدایی داخلی (کرم ها و تک یاخته ها)

- **کرم های روده ای (کرم لوله ای، کرم قلاب دار، کرم شلاق):** توله ها تقریباً همیشه با کرم های لوله ای (Roundworms) از مادر (از طریق جفت یا شیر) متولد می شوند.
 - **برنامه توله ها:** شروع از ۲ هفتگی، تکرار هر ۲ هفته یکبار تا سن ۳ ماهگی. سپس ماهانه تا ۶ ماهگی.
 - **برنامه بزرگسالان:** بسته به سبک زندگی، هر ۳ تا ۶ ماه یکبار. اگر ژرمن شپرد شما سابقه ی خوردن آشغال، لاشه حیوانات یا مدفوع حیوانات دیگر را دارد، برنامه ی ۳ ماهه توصیه می شود.
- **کرم قلب (Heartworm):** یک قاتل خاموش برای سگ های فعال. این انگل کشنده از طریق نیش پشه منتقل می شود. کرم ها در قلب و عروق ریوی سگ رشد می کنند و باعث نارسایی قلبی و مرگ می شوند. درمان این بیماری در سگی به بزرگی ژرمن شپرد بسیار پرخطر، گران و دردناک است.
 - **پیشگیری:** پیشگیری ماهانه (به صورت قرص های طعم دار یا قطره ی موضعی) از سن ۸ هفتگی / جباری است. این پیشگیری نباید حتی یک ماه فراموش شود.
- **تک یاخته ها (Giardia & Coccidia):** اغلب باعث اسهال در توله ها می شوند و از آب آلوده منتقل می گردند.

۲. انگل زدایی خارجی (کک، کنه، شپش)

پوشش دولایه و متراکم ژرمن شپرد، بهشت پنهانی برای کک و کنه است. شما ممکن است آلودگی را نبینید تا زمانی که بسیار شدید شود.

- **کک (Fleas):** باعث خارش شدید و کم خونی در توله ها می شود.
 - **ملاحظه ژرمن شپرد:** ژرمن شپرد ها مستعد حساسیت های پوستی هستند، به ویژه «درماتیت آلرژیک کک (FAD)» در این حالت، تنها یک نیش کک می تواند باعث واکنش آلرژیک شدید، خارش وحشتناک، ریزش مو و ایجاد زخم های عفونی (Hot Spots) به خصوص در ناحیه ی پشت و پایه ی دم شود.

- **کنه (Ticks):** بسیار خطرناک تر؛ ناقل بیماری های خونی جدی مانند لایم، ارلیشیوز و آناپلاسموز که می توانند باعث لنگش مزمن، تب، بی حالی و نارسایی کلیه شوند.

روش های پیشگیری:

۱. **قرص های جویدنی ماهانه/سه ماهه:** این ها بسیار مؤثر، تمیز و راه حل ارجم برای ژرمن شپرد ها هستند. چون سگ ممکن است شنا کند، در باران بدود یا نیاز به حمام مکرر داشته باشد، اثربخشی قرص (برخلاف برخی قطره ها) از بین نمی رود.
۲. **قطره های موضعی (Spot-on):** ماهانه استفاده می شوند. باید دقت کنید که قطره دقیقاً روی پوست (نه روی موها) در امتداد ستون فقرات ریخته شود.
۳. **قلاده های ضد انگل:** می توانند تا ۸ ماه دوام داشته باشند، اما ممکن است برای سگ هایی که پوشش موی بسیار ضخیمی در گردن دارند، اثربخشی کامل نداشته باشند یا باعث تحریک پوستی موضعی شوند.



چکاپ های دوره ای و آزمایش های سالانه کدام اند؟

برای نژادی که مستعد مشکلات اسکلتی (دیسپلازی) و گوارشی (نفخ) است، چکاپ سالانه صرفاً یک -تزریق واکسن- نیست، بلکه یک ارزیابی جامع و حیاتی برای تشخیص زودهنگام است.

۱. چکاپ استاندارد سالانه (سگ های بالغ جوان ۱ تا ۶ سال):

- **معاینه فیزیکی کامل: (Nose-to-Tail)** شامل بررسی دقیق چشمها، گوشها (ژرمن شپرد مستعد عفونت گوش است)، دندانها (بررسی شکستگی دندان ناشی از جویدن شدید و جرم)، لمس غدد لنفاوی، شنیدن صدای قلب و ریهها، و بررسی کامل پوست و مو.
- **آزمایش مدفوع:** برای بررسی وجود انگل های داخلی (حتی اگر پیشگیری می کنید).
- **آزمایش خون پیشگیری کرم قلب:** الزامی قبل از شروع مجدد پیشگیری، اگر وقفه ای افتاده باشد.
- **آزمایش خون پایه: (Baseline Bloodwork)** یک CBC (شمارش کامل خون) و پنل شیمیایی (بررسی عملکرد کبد و کلیه). این کار یک «خط پایه» ارزشمند برای سگ شما ایجاد می کند تا در آینده، تغییرات جزئی به سرعت قابل تشخیص باشند.

۲. ارزیابی های تخصصی ژرمن شپرد (حیاتی):

- **ارزیابی ارتوپدی (مفاصل):** از اولین چکاپ تولگی. دامپزشک باید مفاصل ران (Hip) و آرنج (Elbow) را لمس و بررسی کند.
- **در سن ۱ تا ۲ سالگی:** اکیداً توصیه می شود که عکس برداری با اشعه ایکس (X-ray) تخصصی از مفاصل ران و آرنج انجام شود. این کار برای تشخیص زودهنگام -دیسپلازی- (Dysplasia) حیاتی است. تشخیص زودهنگام به معنای مدیریت وزن، مکمل ها و فیزیوتراپی است که می تواند نیاز به جراحی های سنگین در آینده را به تعویق بیندازد یا حذف کند.

• بحث پیشگیری از نفخ (GDV Prophylaxis):

- **توصیه تخصصی:** در طول چکاپ سالانه (مخصوصاً زمانی که سگ برای عقیم سازی تحت بیهوشی است)، با دامپزشک خود در مورد جراحی پیشگیرانه‌ی «گاستروپکسی» (Prophylactic Gastropexy) صحبت کنید. در این جراحی، معده به دیواره‌ی شکم بخیه زده می‌شود تا از چرخش آن (بخش کشنده‌ی نفخ) جلوگیری شود. این جراحی می‌تواند جان ژرمن شپرد شما را نجات دهد.



۳. چکاپ سگ‌های مسن (Senior) ژرمن شپرد - بالای ۷ سال

ژرمن شپرد ها نسبتاً زود وارد دوران سالمندی می‌شوند. چکاپ‌ها باید هر ۶ ماه یکبار انجام شوند و شامل موارد زیر باشند:

- **پنل خون کامل سالمندی:** شامل بررسی عملکرد تیروئید (هیپوتیروئیدیسم در ژرمن شپرد شایع است و باعث چاقی و مشکلات پوستی می‌شود).
- **تجزیه کامل ادرار:** بررسی عملکرد کلیه و عفونت‌های ادراری.
- **اندازه‌گیری فشار خون.**

- **معاینه دقیق ستون فقرات:** برای بررسی علائم اولیه «میلوپاتی دژنراتیو (Degenerative Myelopathy - DM)» شامل کشیدن ناخن های پاهای عقب روی زمین و ضعف خفیف در برخاستن است.
- **عکس برداری اشعه ایکس از قفسه سینه و شکم:** برای بررسی زودهنگام وضعیت قلب (کاردیومیوپاتی)، ریه ها و وجود تومورهای احتمالی) مانند همانژیوسارکوم طحال که در ژرمن شپرد شایع است.

چه علائم خطری یعنی همین الان باید دامپزشک برویم؟

برخی علائم در ژرمن شپرد، برخلاف نژادهای دیگر، تحمل «صبر کردن تا فردا» را ندارند. شناخت این علائم حیاتی است.

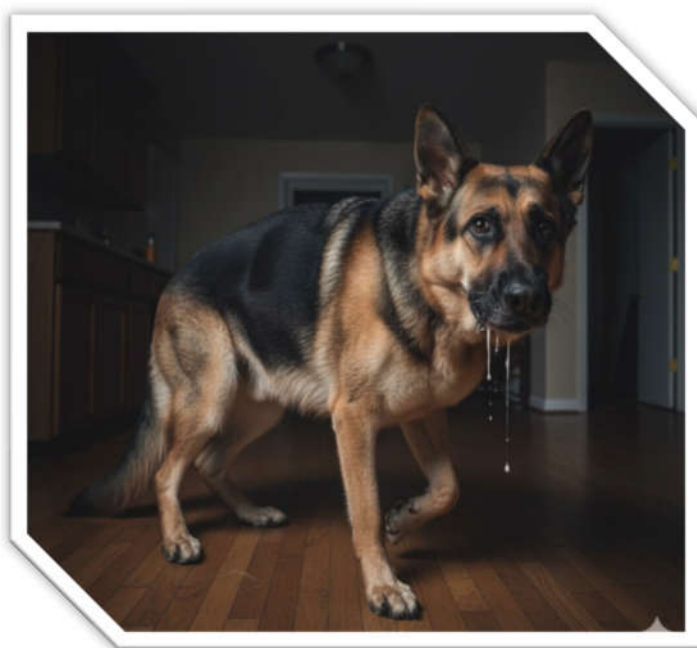
۱. علائم نفخ - (GDV / Bloat) اورژانس شماره یک:

این نژاد به دلیل سینه ای عمیق (Deep-chested) در صدر لیست نژادهای در معرض خطر نفخ (اتساع و پیچ خوردگی معده) قرار دارد. این وضعیت در عرض ۱ تا ۲ ساعت باعث مرگ می شود.

- **عق زدن خشک (Retching):** سگ تلاش می کند استفراغ کند، اما چیزی جز کف یا آب دهان خارج نمی شود.
- **بی قراری شدید:** سگ نمی تواند دراز بکشد یا آرام بگیرد، مدام قدم می زند، ناله می کند و به شکمش نگاه می کند.
- **متورم شدن شکم:** شکم، به خصوص سمت چپ (پشت دنده ها)، سفت و شبیه طبل می شود.
- **آبریزش شدید دهان.**
- **رنگ پریدگی لثه ها و تنفس سخت (در مراحل پایانی).**
- **اگر این علائم را دیدید، همین الان به نزدیک ترین مرکز اورژانس دامپزشکی بروید.** در حین رفتن تماس بگیرید و به آن ها اطلاع دهید که با مورد مشکوک به GDV در راه هستید.

ریسک فاکتورهای GDV :

- خوردن یک وعده غذایی بزرگ در روز.
- سریع غذا خوردن (بلعیدن).
- ورزش کردن یا نوشیدن آب زیاد بلافاصله قبل یا بعد از غذا.
- داشتن سابقه‌ی خانوادگی نفخ (ژنتیکی).
- طبع مضطرب یا ترسو.



۲. علائم عصبی یا اسکلتی حاد:

- **لنگش ناگهانی و شدید:** ناتوانی کامل در تحمل وزن روی یک پا (می تواند پارگی رباط صلیبی یا شکستگی باشد).
- **ضعف پاهای عقب:** سگ پاهای عقب خود را روی زمین می کشد (Nail Scuffing)، در ایستادن مشکل دارد، یا هنگام راه رفتن تلوتلو می خورد. این می تواند شروع DM یا مشکل حاد دیسک بین مهره های یا سندرم دم اسبی (Cauda Equina) باشد.
- **ناتوانی کامل در راه رفتن یا فلجی ناگهانی.**
- **تشنج (Seizure):** هرگونه تشنج، حتی اگر کوتاه باشد، نیاز به بررسی فوری دارد ژرمن شپرد مستعد صرع ایدیوپاتیک است.

۳. علائم گوارشی شدید:

- **استفراغ یا اسهال شدید و مداوم:** (بیش از ۳-۲ بار در چند ساعت) یا وجود خون در آن ها.
- **درد شکمی:** سگ به لمس شکمش حساس است، یا در «وضعیت دعا (Praying Position)» قرار می گیرد (سر و سینه روی زمین، پاهای عقب بالا) که نشانه ی کلاسیک پانکراتیت (التهاب لوزالمعده) است.

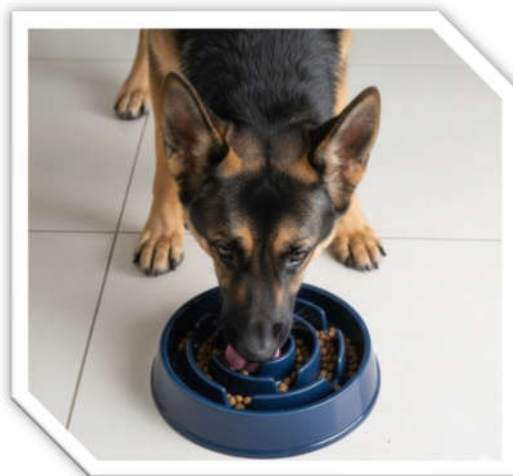
۴. سایر اورژانس های عمومی:

- **مشکل در تنفس:** تنفس با دهان باز که با استراحت آرام نمی شود، نفس نفس زدن شدید، صدای خس خس، یا لته های آبی/خاکستری.
- **گرمزدگی:** (اغما، زبان بسیار قرمز تیره، نفس نفس زدن دیوانه وار، استفراغ). ژرمن شپرد ها با پوشش دولایه به سرعت گرمزده می شوند.
- **خوردن مواد سمی:** شکلات، انگور، کشمش، پیاز، سیر، داروهای انسانی، ضد یخ.
- **آسیب دیدگی چشم:** هرگونه بستن چشم، قرمزی شدید یا ترشح غلیظ.

فصل ۲: تغذیه ایمن و درست

- تغذیه یک ژرمن شپرد، علم مدیریت سوخت یک ورزشکار حرفه‌ای است. این نژاد به دلیل داشتن جثه‌ی بزرگ، متابولیسم بالا، استعداد ژنتیکی برای مشکلات گوارشی (مانند حساسیت‌های غذایی) و دو تهدید بزرگ یعنی «نفخ» (Bloat/GDV) و «دیسپلازی مفاصل» (Dysplasia)، نیازمند یک برنامه‌ی تغذیه‌ای بسیار دقیق و مدیریت شده است.
- در این نژاد، «چه چیزی» می‌خورند، «چقدر» می‌خورند و «چگونه» می‌خورند، همگی به یک اندازه اهمیت دارند. یک اشتباه کوچک در تغذیه‌ی دوران تولگی می‌تواند منجر به آسیب دائمی مفاصل شود و یک اشتباه در برنامه‌ریزی وعده‌های غذایی در بزرگسالی می‌تواند کشنده باشد.^۱ این فصل به شما می‌آموزد که چگونه این ورزشکار باهوش را به‌طور ایمن و علمی تغذیه کنید.
-
- **برنامه غذایی روزانه و اندازه هر وعده چگونه باشد؟**
- این مهم‌ترین سوال و در عین حال متغیرترین بخش ماجراست.^۲ اندازه‌ی وعده‌ی غذایی ژرمن شپرد شما به سن، وزن، سطح فعالیت، متابولیسم و اینکه آیا عقیم شده است یا خیر، بستگی دارد.
-
- **قانون طلایی: به جدول پشت کیسه‌ی غذا اعتماد نکنید!**
- جدول‌های غذایی شرکت‌ها صرفاً یک «نقطه‌ی شروع» هستند و اغلب مقادیر را بیش از حد واقعی تخمین می‌زنند. شما باید سگ خود را تغذیه کنید، نه جدول را.
- **۱. مدیریت تغذیه توله ژرمن شپرد (حیاتی برای سلامت مفاصل):**
- **اصل کلیدی:** رشد آهسته و پیوسته. بزرگترین اشتباهی که یک مالک ژرمن شپرد می‌تواند مرتکب شود، تلاش برای «درشت کردن» سریع توله است.
- **غذای تخصصی:** توله‌ی ژرمن شپرد باید و حتماً از غذای خشک با فرمولاسیون «مخصوص توله‌های نژاد بزرگ» (Breed Puppy Formula Large) استفاده کند. این غذاها دارای نسبت کلسیم به فسفر (Ca:P) کاملاً کنترل شده و کالری بهینه‌سازی شده هستند.
- **چرا؟** کالری بیش از حد و کلسیم مازاد باعث می‌شود اسکلت سگ سریع‌تر از آنچه عضلات و لیگامان‌ها می‌توانند آن را پشتیبانی کنند، رشد کند. این عدم هماهنگی، فشار ویرانگری بر صفحات رشد نرم وارد کرده و مستقیماً به دیسپلازی هیپ و آرنج کمک می‌کند.

- **تعداد وعده‌ها:** به دلیل معده‌ی کوچک و نیاز به انرژی ثابت (و پیشگیری از نفخ)، توله‌ها باید در وعده‌های متعدد غذا بخورند:
- **۲ تا ۴ ماهگی:** ۴ وعده‌ی مساوی در روز.
- **۴ تا ۶ ماهگی:** ۳ وعده‌ی مساوی در روز.
- **۶ ماهگی به بعد:** ۲ وعده‌ی مساوی در روز.
- **غذا خوردن آزاد (Free-Feeding):** برای توله ژرمن شپرد مطلقاً ممنوع است. شما باید دقیقاً بدانید توله چقدر می‌خورد تا رشد او را پایش کنید.
- **۲. مدیریت تغذیه ژرمن شپرد بالغ (پیشگیری از نفخ):**
- **اصل کلیدی:** پیشگیری از نفخ (GDV). ژرمن شپرد‌ها به دلیل داشتن سینه‌ی عمیق (Deep Chest) در معرض خطر بالای پیچ‌خوردگی معده هستند که یک اورژانس کشنده است.
- **تعداد وعده‌ها:** یک ژرمن شپرد بالغ هرگز نباید فقط یک وعده‌ی غذایی بزرگ در روز بخورد. این کار ریسک نفخ را به شدت بالا می‌برد. کل جیره‌ی روزانه باید حداقل به **دو وعده** (صبح و عصر) تقسیم شود. برخی صاحبان سگ‌های کاری، ۳ وعده‌ی کوچکتر را ترجیح می‌دهند.
- **مدیریت سرعت غذا خوردن:** ژرمن شپرد‌ها مستعد «بلعیدن» غذا هستند. این کار باعث ورود هوای زیاد به معده و افزایش ریسک نفخ می‌شود.
- **راه‌حل:** استفاده اجباری از «ظرف‌های آرام‌خور» (Slow-Feeder Bowls). این ظرف‌ها دارای برجستگی‌ها و موانعی هستند که سگ را مجبور می‌کنند برای خوردن غذا تلاش کند و سرعت را کاهش دهد.
- **ورزش و غذا:** هرگز سگ را بلافاصله قبل یا بعد از غذا به فعالیت شدید (دویدن، پریدن، بازی هیجانی) وادار نکنید. حداقل یک ساعت قبل و دو ساعت بعد از غذا باید استراحت کند..



جدول راهنمای تغذیه ژرمن شپرد (نمونه‌ی پایه)

سن	نوع غذا	تعداد وعده در روز	نکات کلیدی مدیریتی (مخصوص ژرمن شپرد)
۸ تا ۱۶ هفتگی	غذای خشک توله نژاد بزرگ (Large Breed Puppy)	۳ تا ۴ وعده	تمرکز بر رشد آهسته. وزن کشی هفتگی. به هیچ وجه مکمل کلسیم ندهید.
۴ تا ۶ ماهگی	غذای خشک توله نژاد بزرگ (Large Breed Puppy)	۳ وعده	دوران جهش رشد. مراقب لاغر شدن یا چاق شدن ناگهانی باشید و مقدار غذا را کم کم تنظیم کنید.
۶ تا ۱۸ ماهگی	غذای خشک توله نژاد بزرگ (یا Adolescent)	۲ وعده	ادامه‌ی غذای توله تا بلوغ کامل اسکلتی (حداقل ۱.۵ سالگی) برای حمایت از مفاصل.
۱۸ ماهگی به بالا (بالغ)	غذای باکیفیت بالغ نژاد بزرگ (Large Breed Adult)	۲ وعده (حداقل)	استفاده از ظرف آرام‌خور. ممنوعیت ورزش نزدیک غذا.
۷ سال به بالا (سالمند)	غذای سالمندان نژاد بزرگ (Senior)	۲ وعده	کالری کمتر برای پیشگیری از چاقی، حاوی مکمل‌های مفصلی (گلوکوزامین).

تشویقی سالم و مکمل‌های لازم را چگونه انتخاب کنیم؟

تشویقی‌ها ابزار اصلی شما برای آموزش ژرمن شپرد باهوش هستند، اما می‌توانند تعادل غذایی را به هم بزنند.

۱. انتخاب تشویقی سالم:

- **قانون ۱۰ درصد:** تشویقی‌ها نباید بیش از ۱۰ درصد کل کالری دریافتی روزانه‌ی سگ را تشکیل دهند. اگر در یک روز تمرین زیادی داشتید، باید از حجم وعده‌ی اصلی غذا کم کنید.
- **تمرکز بر پروتئین:** به دلیل استعداد ژرمن شپرد برای حساسیت‌های گوارشی، از تشویقی‌های تک‌ماده‌ای (Single-Ingredient) استفاده کنید:
 - تکه‌های کوچک گوشت پخته شده (مرغ، بوقلمون، گوشت گاو - بدون پیاز و ادویه).
 - میوه‌های مجاز (مانند سیب، بلوبری) در حد اعتدال.
 - تشویقی‌های خشک‌شده‌ی انجمادی (Freeze-Dried) مانند جگر.

• **اجتناب کنید:** از تشویقی های پر از غلات، رنگ های مصنوعی و شکر که در سوپرمارکت ها یافت می شوند، دوری کنید. این ها فقط کالری خالی هستند و معده ی حساس ژرمن شپرد را تحریک می کنند.

۲. مکمل های ضروری برای ژرمن شپرد:

به دلیل ساختار ژنتیکی این نژاد، برخی مکمل ها صرفاً «اختیاری» نیستند، بلکه بخشی از برنامه ی «پیشگیری» محسوب می شوند.

۱. مکمل های مفاصل - گلوکوزامین، کندرویتین، MSM:

○ چرا؟ این مکمل ها بلوک های سازنده ی غضروف هستند. شروع مصرف آن ها قبل از بروز علائم آرتروز (یعنی از حدود ۲ سالگی)، به روان کاری مفاصل و کند کردن روند تخریب ناشی از دیسپلازی کمک می کند.

۲. اسیدهای چرب امگا-۳ (روغن ماهی):

○ چرا؟ امگا-۳ یک ضدالتهاب طبیعی قوی است. این مکمل هم برای کاهش التهاب مفاصل (کمک به دیسپلازی) و هم برای سلامت پوست و کاهش ریزش موی شدید پوشش دولایه ی ژرمن شپرد حیاتی است. همچنین به مدیریت آلرژی های پوستی کمک می کند.

۳. پروبیوتیک ها:

○ چرا؟ ژرمن شیردها به داشتن -معده ی حساس- (Sensitive Stomach) و استعداد برای نارسایی اگزوکراین پانکراس (EPI) معروف هستند. افزودن پروبیوتیک ها به رژیم غذایی به حفظ تعادل باکتری های مفید روده، بهبود هضم و تقویت سیستم ایمنی کمک شایانی می کند.



آبرسانی درست و پیشگیری از چاقی را چگونه مدیریت کنیم؟

این دو مورد، ستون های مدیریت سلامت ژرمن شپرد هستند .

۱. آبرسانی درست:

- آب تازه و تمیز باید همیشه در دسترس باشد. ظرف آب را روزانه بشوئید تا از تجمع باکتری (Biofilm) جلوگیری شود.
- **نکته ی حیاتی (مرتبط با نفخ):** به ژرمن شپرد خود اجازه ندهید بلافاصله پس از یک فعالیت ورزشی شدید و نفس نفس زدن، حجم زیادی آب را «بلعد». این کار می تواند هوا را وارد معده کرده و به نفخ کمک کند. سگ را ابتدا آرام کنید، بگذارید تنفسش عادی شود، سپس در مقادیر کمتری آب بنوشد.

۲. پیشگیری از چاقی (مهم ترین عامل مدیریت مفاصل):

- چاقی برای یک ژرمن شپرد، حکم سم را دارد. هر کیلوگرم اضافه وزن، فشار تصاعدی بر مفاصل ران و آرنج (که از قبل مستعد دیسپلازی هستند) و ستون فقرات مستعد DM وارد می کند.
- **چگونه چاقی را تشخیص دهیم؟** ژرمن شپرد ها پوشش ضخیمی دارند که چربی را پنهان می کند . نباید به چشمان خود اعتماد کنید، باید از دستانتان استفاده کنید.
- **تست لمسی (Body Condition Score - BCS):**
- **سگ ایده آل:** شما باید بتوانید دنده ها را با فشار ملایم انگشتان (مانند حس کردن بند انگشتان خود) احساس کنید.
- **سگ چاق:** شما باید انگشتان خود را به سختی در چربی فشار دهید تا دنده ها را پیدا کنید (مانند حس کردن کف دست).
- **کمر:** وقتی از بالا به سگ نگاه می کنید، باید یک «کمر» مشخص و فرورفتگی واضح بعد از دنده ها ببینید.



تغییر برند یا نوع غذا را بدون دل درد چگونه انجام دهیم؟

ژرمن شپرد ها به دلیل سیستم گوارشی حساس خود، در برابر تغییرات ناگهانی غذا بسیار آسیب پذیر هستند و به سرعت دچار اسهال، استفراغ و گاز معده می شوند .

اصل کلیدی: تغییر بسیار تدریجی.

روند ۷ روزه استاندارد برای بسیاری از ژرمن شپرد ها کافی نیست. ما یک روند ۱۰ تا ۱۴ روزه را توصیه می کنیم.

جدول گام به گام تغییر غذای ژرمن شپرد

روز	درصد غذای قدیمی	درصد غذای جدید	نکات کلیدی
روز ۱ تا ۳	۷۵٪	۲۵٪	به دقت مدفوع را زیر نظر داشته باشید. (سفت، شکل دار)
روز ۴ تا ۶	۵۰٪	۵۰٪	اگر مدفوع کمی نرم شد، به این مرحله ادامه دهید تا عادی شود.
روز ۷ تا ۹	۲۵٪	۷۵٪	مهم ترین مرحله. اگر اسهال رخ داد، به مرحله ۵۰/۵۰ برگردید.
روز ۱۰ به بعد	۰٪	۱۰۰٪	تبریک می گوئیم. انتقال کامل شد.

نکته تخصصی: در طول دوران تغییر غذا، افزودن یک مکمل پروبیوتیک می تواند به روده ها کمک کند تا با فرمولاسیون جدید سازگار شوند و از اسهال جلوگیری کند.

فصل ۳: غذاهای خطرناک و پیشگیری از مسمومیت

هوش سرشار، کنجکاو بی پایان و فیزیک بدنی یک ژرمن شپرد، ترکیبی است که می تواند او را به یک «متخصص یافتن غذاهای ممنوعه» تبدیل کند. ژرمن شپرد ها به دو دلیل در معرض خطر بالای مسمومیت های غذایی هستند:

۱. **فیزیک بدنی:** قد بلند آن ها به راحتی به سطح کابینت ها، میز ناهارخوری و کانتر آشپزخانه می رسد - رفتاری که به آن Counter-Surfing می گویند -

۲. **هوش و اصرار:** آن ها سگ هایی هستند که برای رسیدن به هدفشان (غذا) مسئله حل می کنند؛ باز کردن در کابینت، پاره کردن کیسه های خرید یا باز کردن سطل زباله برای آن ها یک چالش ذهنی جذاب است.

برخلاف یک سگ کوچک که ممکن است مقدار کمی از یک ماده ی سمی را بخورد، یک ژرمن شپرد می تواند در چند ثانیه، یک بسته ی کامل شکلات تلخ یا یک کاسه پر از انگور را بخورد، که این امر تفاوت بین یک «دل درد ساده» و یک «اورژانس تهدیدکننده ی زندگی» را رقم می زند. این فصل، راهنمای شما برای ایمن سازی سنگر آشپزخانه است.

کدام غذاهای انسانی برای ژرمن شپرد سمی یا خطرناک اند؟

لیست زیر فقط شامل «غذاها» است، نه گیاهان یا مواد شیمیایی. برخی از این موارد حتی در مقادیر کم نیز به شدت سمی هستند.

۱. زایلیتول (Xylitol) - مرگبارترین تهدید

- **چیست؟** یک شیرین کننده ی مصنوعی که در آدامس های بدون قند، آب نبات ها، برخی کره های بادام زمینی رژیمی، داروهای انسانی (مانند شربت سرفه) و محصولات پخت و پز بدون قند یافت می شود.
- **چرا خطرناک است؟** در سگ ها، زایلیتول باعث ترشح ناگهانی و شدید انسولین می شود که منجر به سقوط آزاد قند خون (هیپوگلیسمی) در عرض چند دقیقه می گردد. در دوزهای بالاتر، باعث نارسایی حاد و جبران ناپذیر کبد می شود.
- **ریسک ژرمن شپرد:** یک ژرمن شپرد ممکن است یک بسته ی کامل آدامس را با بسته بندی اش بلعد. این مقدار برای ایجاد نارسایی کبد کافی است. **همیشه** برچسب کره ی بادام زمینی را قبل از دادن به سگ خود بخوانید.

۲. انگور، کشمش و مویز

- **چرا خطرناک است؟** مکانیسم دقیق آن هنوز ناشناخته است، اما این میوه‌ها باعث نارسایی حاد و سریع کلیه در سگ‌ها می‌شوند.
- **ریسک ژرمن شپرد:** خطر در «ندانستن» است. یک کودک ممکن است به سگ کشمش بدهد، یا سگ ممکن است نانی را بخورد که حاوی کشمش است. برای سگی به وزن ژرمن شپرد، خوردن یک خوشه‌ی کامل انگور (که به راحتی از روی میز برداشته می‌شود) می‌تواند کشنده باشد. حساسیت سگ‌ها به این ماده متفاوت است؛ ممکن است سگی با یک دانه مسموم شود و سگی با یک مشت. ریسک نکنید.

۳. شکلات (تئوبرومین)

- **چرا خطرناک است؟** حاوی محرک تئوبرومین است که سگ‌ها نمی‌توانند آن را متابولایز کنند. باعث مشکلات قلبی، لرزش و تشنج می‌شود.
- **ریسک ژرمن شپرد:** خطر ژرمن شپرد در «مقدار» است. یک سگ کوچک با خوردن یک تکه شکلات شیری شاید فقط دچار اسهال شود، اما یک ژرمن شپرد ۸۰ پوندی (حدود ۳۶ کیلوگرم) که یک بسته‌ی کامل شکلات تلخ (مخصوص پخت‌وپز) را می‌خورد، دوز کشنده‌ی تئوبرومین را دریافت کرده است.



جدول سمیت شکلات برای ژرمن شپرد (بر اساس وزن متوسط ۳۵ کیلوگرم)

نوع شکلات			مقدار تقریبی خطرناک (برای ژرمن علائم احتمالی شپرد ۳۵ کیلویی)
شکلات سفید	بسیار زیاد (چند کیلوگرم)	خطر اصلی از چربی و قند است، نه تتوبرومین.	
شکلات شیری	حدود ۴۰۰ گرم	استفراغ، اسهال، بی‌قراری شدید.	
شکلات تلخ (Dark)	حدود ۱۳۰ گرم	علائم قلبی (تاکی‌کاردی)، لرزش.	
شکلات پخت‌وپز (Baking)	حدود ۴۰ گرم	بسیار سمی! تشنج، نارسایی قلبی، مرگ.	

۴. پیاز، سیر، تره و پیازچه

- چرا خطرناک است؟ حاوی ترکیباتی (تیوسولفات) است که به گلبول‌های قرمز خون آسیب می‌زند و باعث آنمی (کم‌خونی همولیتیک) می‌شود.
- ریسک ژرمن شپرد: خطر در غذاهای پخته‌ی ایرانی است. دادن ته‌مانده‌ی «پیاز داغ» خورشت، «کباب» (که اغلب با پیاز طعم‌دار شده) یا سوپ به سگ می‌تواند در طول زمان (مسمومیت مزمن) یا به‌صورت یکجا (مسمومیت حاد) باعث کم‌خونی شود.

۵. خمیر نان (حاوی مخمر زنده) - خطر ویژه ژرمن شپرد

- چرا خطرناک است؟ این یک تهدید دوگانه است:
- ۱. **اتساع (Bloat):** خمیر در محیط گرم و مرطوب معده پف می‌کند و باعث اتساع شدید معده می‌شود.
- ۲. **مسمومیت الکلی:** مخمر در حال تخمیر، اتانول (الکل) تولید می‌کند که از دیواره‌ی معده جذب شده و باعث مسمومیت الکلی شدید می‌شود.
- ریسک ژرمن شپرد: این وضعیت دقیقاً علائم «نفخ (GDV)» را تقلید می‌کند و می‌تواند به آن منجر شود، که قبلاً به‌عنوان خطر شماره یک ژرمن شپرد شناسایی کردیم.

۶. غذاهای پرچرب - خطر ویژه ژرمن شپرد

- چرا خطرناک است؟ غذاهای بسیار چرب (مانند ته‌مانده‌ی کباب چرب، پوست مرغ، غذاهای سرخ‌شده) می‌توانند باعث «پانکراتیت» (التهاب لوزالمعده) شوند.

- **ریسک ژرمن شپرد:** ژرمن شیردها از نژادهایی هستند که استعداد ژنتیکی برای پانکراتیت دارند. این بیماری بسیار دردناک، نیازمند بستری در بیمارستان و بالقوه کشنده است.

۷. استخوان های پخته

- **چرا خطرناک است؟** استخوان های پخته (مخصوصاً مرغ و بوقلمون) شکننده هستند و به قطعات تیز تبدیل می شوند. این قطعات می توانند باعث شکستگی دندان، سوراخ شدن مری، معده یا روده و انسداد شوند.
- **ریسک ژرمن شپرد:** آرواره های قدرتمند ژرمن شپرد می توانند استخوان پخته ی ران گاو را خرد کنند و تیغه هایی ایجاد کنند که سیستم گوارشی را پاره کند.

۸. سایر مواد خطرناک

- **الکل:** به شدت سمی.
- **آجیل ماکادامیا:** باعث ضعف، لرزش و ناتوانی در راه رفتن (مخصوصاً در پاهای عقب) می شود.
- **آووکادو:** حاوی «پرسین» که می تواند باعث استفراغ و اسهال شود. هسته ی آن نیز خطر انسداد دارد.
- **هسته ی میوه ها (هلو، زردآلو، گیلاس):** حاوی سیانید (در صورت جویدن) و خطر انسداد.

نشانه های مسمومیت غذایی چیست و چه قدر جدی است؟

علائم بسته به نوع سم متفاوت است، اما علائم هشداردهنده ی کلی عبارتند از:

- **علائم گوارشی (شایع ترین):**
 - استفراغ ناگهانی و شدید (ممکن است حاوی خون یا خود ماده ی سمی باشد).
 - اسهال شدید (اغلب آبکی، بدبو یا حاوی خون).
 - درد شکمی (سگ ممکن است شکمش را جمع کند، ناله کند یا در وضعیت «دعا» قرار گیرد).
 - بی اشتها یا بی کامل.
- **علائم عصبی (بسیار جدی):**
 - بی قراری و آشفتگی (شایع در مسمومیت شکلات).
 - لرزش عضلانی یا تشنج کامل (شکلات، زایلیتول).
 - ضعف، گیجی، عدم تعادل (زایلیتول، الکل، ماکادامیا).
 - اغما.

• علائم داخلی:

- لثه های رنگ پریده یا سفید (نشانه ی کم خونی ناشی از پیاز/سیر یا خونریزی داخلی).
- تنفس بسیار سریع یا سخت.
- ضربان قلب بسیار بالا.

• علائم نارسایی ارگان ها:

- افزایش شدید نوشیدن آب و ادرار (نشانه ی اولیه ی نارسایی کلیه ناشی از انگور).
- زرد شدن لثه ها یا سفیدی چشم (یرقان / زردی، نشانه ی نارسایی کبد ناشی از زایلیتول).

جدی بودن: هرگونه مسمومیت غذایی در ژرمن شپرد به دلیل جثه ی بزرگ و پتانسیل خوردن دوز بالای سم، باید «بسیار جدی» تلقی شود. هرگونه علامت عصبی (تشنج، لرزش) یا علائم شبیه به نفخ (عق زدن خشک، تورم شکم) یک اورژانس حیاتی است.

در صورت خوردن غذای خطرناک چه کار فوری انجام دهیم؟

زمان، فاکتور اصلی است. آرامش خود را حفظ کنید و این مراحل را دنبال کنید:

۱. **سگ را از ماده ی سمی دور کنید:** بلافاصله سگ را در اتاق دیگری ایمن کنید.

۲. **شواهد را جمع آوری کنید:** بسته بندی غذا، مقدار باقی مانده و هر چیزی که به دامپزشک کمک کند «چه چیزی» و «چه مقدار» خورده شده است را بردارید. اگر سگ استفراغ کرده، از آن نمونه بردارید یا حداقل عکس بگیرید.

۳. **فوراً با دامپزشک تماس بگیرید:** این مهم ترین مرحله است. با مرکز اورژانس دامپزشکی یا دامپزشک خود تماس بگیرید.

○ اطلاعاتی که باید بدهید:

- نژاد و وزن تقریبی سگ (مثلاً: ژرمن شپرد ۳۵ کیلوگی).
- ماده ی خورده شده (مثلاً: شکلات تلخ ۷۰٪).
- مقدار خورده شده (مثلاً: نصف بسته ۱۰۰ گرمی).
- زمان خوردن (مثلاً: ۱۰ دقیقه پیش یا در ۲ ساعت گذشته).

۴. **از دامپزشک دستور بگیرید:**

- **هشدار:** هرگز سر خود اقدام به وادار کردن سگ به استفراغ نکنید، مگر اینکه دامپزشک به شما دستور داده باشد.
- **چرا؟** وادار کردن به استفراغ در برخی موارد خطرناک تر است:

- اگر ماده‌ی خورنده (مانند مواد شیمیایی یا باتری) خورده باشد.
- اگر ماده‌ی نوک‌تیز (استخوان) خورده باشد.
- اگر سگ علائم عصبی (گیجی، تشنج) نشان می‌دهد (خطر خفگی).
- اگر ماده‌ی خورده شده خمیر نان باشد (خطر نفخ).

۵. (فقط در صورت دستور دامپزشک): وادار به استفراغ کردن

- دامپزشک ممکن است از شما بخواهد از آب اکسیژنه ۳٪ (Hydrogen Peroxide 3%) استفاده کنید. دوز آن حیاتی است و دامپزشک بر اساس وزن ژرمن شپرد شما آن را تعیین می‌کند. هرگز از آب نمک استفاده نکنید (خودش می‌تواند سمی باشد).

۶. فوراً به مرکز درمانی بروید: اکثر مسمومیت‌ها نیاز به مداخلات اورژانسی مانند تزریق زغال فعال (برای جذب سموم در روده)، سرم‌تراپی (برای حمایت از کلیه‌ها) و داروهای ضد تشنج دارند.

چطور محیط خانه را طوری بچینیم که اشتباه غذایی رخ ندهد؟

پیشگیری، تنها راه‌حل واقعی است. شما باید خانه‌ی خود را برای یک سگ بزرگ و باهوش «ضد سرقت غذا» (ژرمن شپرد Proof-کنید).

۱. سطل زباله غیرقابل نفوذ:

- سطل زباله‌ی استاندارد آشپزخانه برای ژرمن شپرد یک اسباب‌بازی است. شما به سطل زباله‌ی سنگین، با قفل پدالی محکم، یا سطل زباله‌ای نیاز دارید که درون کابینت قفل‌دار قرار می‌گیرد.

۲. قفل کابینت (Child-Proof Latches):

- ژرمن شپرد‌ها یاد می‌گیرند کابینت‌ها را باز کنند. تمام کابینت‌های پایینی، مخصوصاً کابینتی که حاوی مواد غذایی (مانند مواد پخت‌وپز، شکلات، پیاز) یا سطل زباله است، باید مجهز به قفل کودک باشند.

۳. پاکسازی کانترها (Countertops):

- این باید به یک وسواس تبدیل شود. هیچ غذایی نباید روی کانتر رها شود. انگور در ظرف میوه، شکلات روی میز، یا باقی‌مانده‌ی شام، همگی باید بلافاصله جمع‌آوری و دور از دسترس قرار گیرند.

۴. آموزش «ولش کن» (Leave It):

- فرمان «ولش کن» (که در فصل ۶ به آن می‌پردازیم) مهم‌ترین فرمان ایمنی برای ژرمن شپرد است. این فرمان باید آن‌قدر قوی تمرین شود که سگ از خوردن یک تکه استیک افتاده روی زمین نیز صرف‌نظر کند.

۵. مدیریت مهمان ها:

- مهمان ها بزرگترین نقطه‌ی ضعف در ایمنی خانه هستند. آن ها کیف‌های خود را روی زمین می‌گذارند (حاوی آدامس، دارو) یا از روی دلسوزی به سگ غذا می‌دهند.
- راه‌حل: قبل از ورود مهمانان، به آن‌ها قوانین را اطلاع دهید («لطفاً به سگ ما هیچ غذایی ندهید، برای سلامتی‌اش خطرناک است») و یا در طول مهمانی، سگ را در فضایی امن (مانند باکس یا اتاقش) با یک تشویقی سالم و ایمن سرگرم کنید.



فصل ۴: غذاهای خانگی سالم و مقرون به صرفه

تهیه ی غذای خانگی برای ژرمن شپرد می تواند تجربه ای بسیار رضایت بخش باشد. شما دقیقاً می دانید سگتان چه می خورد، از مواد اولیه ی تازه استفاده می کنید و می توانید دستور پخت را بر اساس نیازهای خاص سگ خود (مانند آلرژی ها یا حساسیت های گوارشی) تنظیم کنید.

اما ابتدا یک هشدار بسیار جدی و تخصصی:

تهیه ی غذای خانگی «متعادل (Balanced)» به شدت پیچیده است. این کار آسان ترین راه برای ایجاد سوء تغذیه ی شدید و آسیب های جبران ناپذیر به سگ شماست. یک غذای خانگی نامتعادل، به خصوص برای نژادی مانند ژرمن شپرد، می تواند فاجعه بار باشد:

۱. **خطر مفاصل (توله ها):** اگر برای توله ی ژرمن شپرد غذای خانگی تهیه می کنید و نسبت کلسیم به فسفر (Ca:P) دقیقاً تنظیم نباشد (که تقریباً در تمام دستورهای اینترنتی این طور است)، شما مستقیماً در حال ایجاد دیسپلازی هیپ و آرنج و آسیب دائمی به صفحات رشد هستید. **توصیه ی اکید: هرگز برای توله ژرمن شپرد زیر ۱۸ ماه غذای خانگی را بدون نظارت مستقیم و فرمولاسیون دقیق یک متخصص تغذیه دامپزشکی (Veterinary Nutritionist) شروع نکنید.**
۲. **خطر گوارشی (بزرگسالان):** ژرمن شیردها مستعد حساسیت های گوارشی و نارسایی اگزوکراین پانکراس (EPI) هستند. تغییر مداوم مواد اولیه یا نسبت های نادرست می تواند سیستم گوارشی آن ها را به طور مزمن ملتهب کند.

این فصل صرفاً برای سگ های بالغ و سالم نوشته شده است و باید به عنوان یک پروژه ی مشترک با دامپزشک شما اجرا شود.

نسبت درست پروتئین، کربوهیدرات و چربی در غذای خانگی چیست؟

یک غذای متعادل فقط شامل این سه درشت مغذی (Macronutrients) نیست، بلکه ده ها ریزمغذی (ویتامین ها و مواد معدنی) در نسبت های دقیق نیز نیاز دارد. اما به عنوان نقطه ی شروع، درشت مغذی ها باید بر اساس نیازهای یک نژاد کاری و پرعضله تنظیم شوند.

۱. **پروتئین (سنگ بنای عضله):** ژرمن شیردها نژادی عضلانی هستند. پروتئین برای حفظ این توده ی عضلانی، ترمیم بافت ها و سلامت سیستم ایمنی حیاتی است.

- **منابع ایده آل:** پروتئین های حیوانی باکیفیت و کم چرب. (گوشت چرخ کرده ی گاو با چربی ۱۰/۹۰، سینه ی مرغ یا بوقلمون بدون پوست، ماهی سفید (مانند کاد)، تخم مرغ کاملاً پخته، ماست یونانی ساده و کم چرب).
- **درصد تقریبی کالری:** حدود ۳۰٪ تا ۴۰٪ کالری دریافتی.

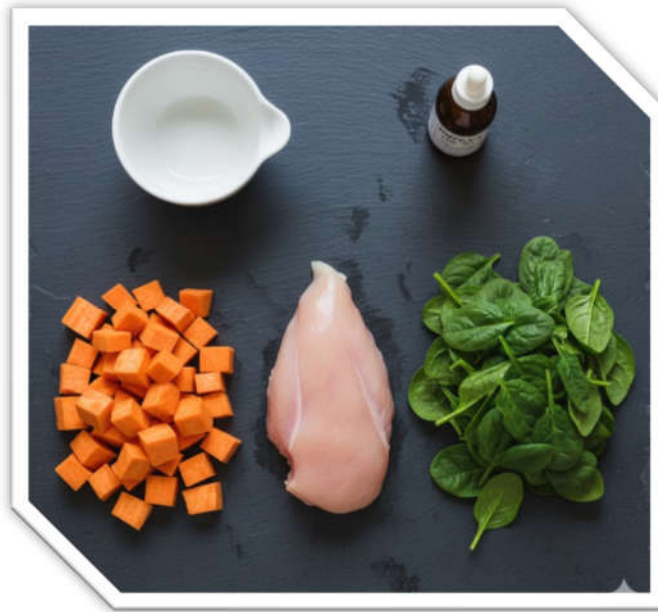
۲. چربی (منبع اصلی انرژی): چربی متراکم ترین منبع انرژی است. ژرمن شپرد ها به عنوان نژادهای پرتحرک، برای سوخت و ساز به چربی نیاز دارند. چربی همچنین برای سلامت پوست و پوشش دولایه ی ضخیم آنها (مدیریت ریزش مو) و جذب ویتامین های محلول در چربی ضروری است.

- **منابع ایده آل:** چربی های سالم موجود در خود گوشت (مانند گوشت ران مرغ)، روغن ماهی (منبع امگا-۳ برای مفاصل)، روغن بذر کتان، و مقدار بسیار کمی روغن زیتون.
- **درصد تقریبی کالری:** حدود ۱۵٪ تا ۲۰٪ کالری دریافتی. (این درصد برای سگ های بسیار پرتحرک می تواند افزایش یابد).

۳. کربوهیدرات (سوخت و فیبر): کربوهیدرات ها منبع انرژی سریع و در دسترس و همچنین منبع مهمی برای فیبر هستند. فیبر برای سلامت دستگاه گوارش حساس ژرمن شپرد و ایجاد حس سیری حیاتی است.

- **منابع ایده آل:** کربوهیدرات های پیچیده و قابل هضم. (سیب زمینی شیرین پخته، کدو حلوائی پخته، برنج قهوه ای کاملاً پخته، جو دوسر، کینوا، سبزیجاتی مانند لوبیا سبز، هویج، اسفناج).
- **درصد تقریبی کالری:** حدود ۴۰٪ تا ۵۰٪ کالری دریافتی.

نکته حیاتی (ریزمغذی ها): مشکل اصلی اینجا آغاز می شود. شما نمی توانید با مخلوط کردن مرغ، برنج و هویج به تعادل کلسیم، فسفر، روی، مس، آهن، ویتامین D، E و B برسید. غذای خانگی حتماً باید با یک مکمل ویتامین و مواد معدنی مخصوص سگ (که توسط دامپزشک یا متخصص تغذیه تایید شده) غنی سازی شود تا از کمبودهای کشنده در درازمدت جلوگیری شود.



چند دستور ساده خانگی که واقعاً متعادل اند کدام اند؟

تکرار هشدار: این دستورها «پایه های» خوبی هستند، اما برای استفاده ی طولانی مدت (بیش از چند هفته) «متعادل» محسوب نمی شوند، مگر اینکه مکمل ویتامینی/معدنی تخصصی (مانند برندهای BalanceIT یا Just Food For Dogs که بر اساس دستور، پودر مکمل ارائه می دهند) به آنها اضافه شود.

این دستورها برای یک ژرمن شپرد بالغ با وزن متوسط (حدود ۳۵-۳۰ کیلوگرم) با فعالیت متوسط تنظیم شده اند و دو وعده در روز را پوشش می دهند.

دستور شماره ۱: کاسه ی بوقلمون و کینوا (مفید برای مفاصل)

• **هدف:** پروتئین بالا، امگا-۳ و کربوهیدرات پیچیده.

• **مواد لازم (برای ۱ روز):**

- ۵۰۰ گرم گوشت چرخ کرده بوقلمون (۹۳٪ کم چرب)
- ۱.۵ فنجان کینوا پخته شده
- ۱ فنجان سبزیجات مخلوط بخارپز (اسفناج، کدو سبز، هویج)
- ۱ قاشق غذاخوری روغن ماهی (مخصوص سگ)
- مکمل بالانس کننده (طبق دستور دامپزشک)

دستور شماره ۲: آرام بخش شکم (گوشت گاو و سیبزمینی شیرین)

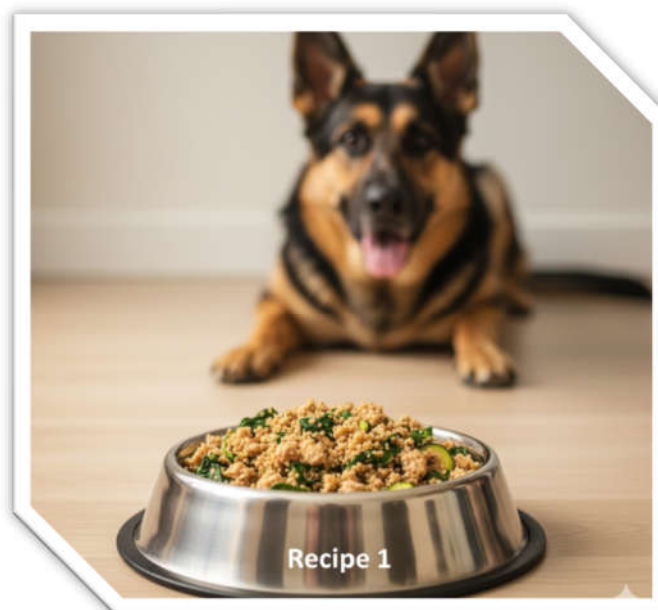
• **هدف:** هضم آسان برای معده های حساس.

• **مواد لازم (برای ۱ روز):**

- ۴۵۰ گرم گوشت چرخ کرده گاو (۹۵٪ بسیار کم چرب)
- ۲ فنجان سیبزمینی شیرین (پخته و له شده)
- نصف فنجان کدوی حلوائی پخته (پوره خالص، نه پای کدو)
- ۱ فنجان لوبیا سبز (بخارپز و خرد شده)
- مکمل بالانس کننده (طبق دستور دامپزشک)

روش آماده سازی عمومی:

۱. گوشت را کاملاً بپزید (آبپز یا تفت داده بدون روغن). چربی اضافه را بگیرید.
۲. کربوهیدرات ها (کینوا، سیبزمینی) را جداگانه کاملاً بپزید تا نرم شوند.
۳. سبزیجات را بخارپز کنید تا فقط کمی نرم شوند (تا مواد مغذی حفظ شود).
۴. پس از خنک شدن، همه ی مواد، روغن و مکمل را با هم مخلوط کنید.



روش پخت، نگهداری و فریز کردن ایمن چگونه است؟

ایمنی در تهیه ی غذای خانگی به اندازه ی خود مواد اولیه اهمیت دارد. سیستم گوارشی ژرمن شپرد می تواند حساس باشد و آلودگی باکتریایی (که در غذای خشک تجاری وجود ندارد) یک خطر واقعی است.

۱. روش پخت ایمن:

- **پخت کامل گوشت:** تمام گوشت ها (مرغ، گاو، بوقلمون) باید کاملاً پخته شوند. هرگز به ژرمن شپرد گوشت نیم پز یا خام ندهید (مگر اینکه تحت پروتکل بسیار سخت گیرانه ی رژیم خام خواری با نظارت دامپزشک باشید). پختن، باکتری هایی مانند سالمونلا و ای. کولای را از بین می برد.
- **پخت کربوهیدرات ها:** غلات (برنج، جو) و سبزیجات نشاسته ای (سیب زمینی) باید کاملاً پخته، نرم و قابل هضم شوند.
- **سبزیجات:** بخارپز کردن بهترین روش است. آب پز کردن زیاد باعث از بین رفتن ویتامین های محلول در آب می شود.
- **ممنوعه ها:** هرگز از نمک، پیاز، پودر سیر، ادویه جات، کره یا روغن زیاد در پخت و پز استفاده نکنید.

۲. نگهداری در یخچال:

- غذا را پس از پخت و رسیدن به دمای اتاق، بلافاصله در ظروف دربسته در یخچال قرار دهید.
- غذای خانگی سگ حداکثر **۳ تا ۴ روز** در یخچال سالم می ماند. (بسیار کمتر از غذای انسانی، چون مواد نگهدارنده ندارد).

۳. فریز کردن) بهترین روش برای ژرمن شپرد: (از آنجایی که ژرمن شیردها حجم زیادی غذا می خورند، پخت و پز روزانه غیر عملی است. پخت دسته ای (Batch Cooking) و فریز کردن راه حل است.

- غذا را به اندازه ی وعده های روزانه یا تک وعده تقسیم کنید.
- از کیسه های زیپ کیپ مخصوص فریزر یا ظروف دربسته ی مخصوص فریزر استفاده کنید.
- حتماً روی هر بسته تاریخ بزنید.
- غذا می تواند تا ۳ ماه در فریزر نگهداری شود.
- **روش یخ زدایی:** هرگز غذا را روی کانتیر آشپزخانه یخ زدایی نکنید (بستر رشد باکتری). بسته را از شب قبل از فریزر به یخچال منتقل کنید تا به آرامی یخ زدایی شود.

- **سرو کردن:** غذا را می توان سرد (همدمای یخچال) یا کمی گرم سرو کرد). گرم کردن با مقدار کمی آب داغ برای ژرمن شیردهای حساس بسیار بهتر است. (هرگز غذا را دوباره نجوشانید یا در مایکروویو داغ نکنید.



منوی هفتگی نمونه برای ژرمن شپرد کم تحرک و پرتحرک چه فرقی دارد؟

این تفاوت، کلید مدیریت وزن و انرژی یک ژرمن شپرد است. یک ژرمن شپرد کم تحرک که چاق می شود، مستقیماً به سمت آرتروز زودرس و درد مفاصل می رود. یک ژرمن شپرد پرتحرک (سگ ورزشی یا پلیس) که سوخت کافی دریافت نمی کند، دچار تحلیل عضلانی و کاهش عملکرد می شود.

تفاوت اصلی در «کالری» و «درصد چربی» است.

ویژگی	ژرمن شپرد کم تحرک (سگ خانگی شهری)	ژرمن شپرد پرتحرک (سگ کاری/ورزشی)
پروفایل	سگ بالغ (۵+ سال)، عقیم شده، ۱-۲ پیاده روی کوتاه در روز.	سگ جوان (۶-۲ سال)، تمرین روزانه (آجلیتی، شوتز هوند، نگهبانی).
خطر اصلی	چاقی، فشار شدید بر مفاصل (دیسپلازی).	کاهش وزن، تحلیل عضلانی، کمبود انرژی.
هدف تغذیه	کنترل کالری، حفظ عضله، سیری بالا.	کالری متراکم، سوخت رسانی برای استقامت.
پروتئین	متوسط تا بالا (برای حفظ عضله در رژیم کم کالری).	بالا (برای ترمیم و ساخت عضله).
چربی	کنترل شده / کم (چربی منبع اصلی کالری است).	بالا (چربی منبع اصلی سوخت استقامتی است).
کربوهیدرات	متوسط (تمرکز بر فیبر بالا مانند کدو برای سیری).	متوسط تا بالا (برای سوخت سریع در دسترس).
مثال منو	دستور شماره ۲ (گوشت ۹۵٪ کم چرب) با فیبر اضافه (لوبیا سبز بیشتر).	دستور شماره ۱ (بوقلمون پرچرب تر مثل ران) + ۱ قاشق روغن نارگیل اضافه.

منوی هفتگی نمونه (با استفاده از دو دستور پایه):

- **شنبه، یکشنبه، دوشنبه:** دستور شماره ۱ (بوقلمون و کینوا)
- **سه شنبه، چهارشنبه:** دستور شماره ۲ (گوشت گاو و سیب زمینی شیرین)
- **پنجشنبه، جمعه:** دستور شماره ۱ (بوقلمون و کینوا)

تنظیم برای پرتحرک/کم تحرک:

- **کم تحرک:** حجم کل غذا را ۱۰ تا ۱۵ درصد کاهش دهید و از گوشت های بسیار کم چرب استفاده کنید .
- **پرتحرک:** حجم کل غذا را ۱۵ تا ۲۵ درصد (یا بیشتر) افزایش دهید و از گوشت های پرچرب تر (مانند ران مرغ یا بوقلمون) یا افزودن مستقیم چربی سالم (روغن ماهی بیشتر) استفاده کنید .

نتیجه گیری نهایی: غذای خانگی برای ژرمن شپرد یک تعهد بزرگ است. موفقیت در آن نیازمند حذف حدس و گمان و اتکای کامل به علم تغذیه و مشورت مداوم با دامپزشک است.

فصل ۵: جای دستشویی و نظم خانگی

آموزش دستشویی به یک ژرمن شپرد، آزمون واقعی شما در «ثبات قدم»، «مدیریت» و «ارتباط» است. شما در حال آموزش به یکی از باهوش ترین نژادهای سگ هستید. این هوش یک شمشیر دولبه است: ژرمن شپرد شما به سرعت برق آسا الگوها و قوانین را می آموزد، اما به همان سرعت نیز «راههای میانبر» و عادات بد را یاد می گیرد.

برخلاف نژادهای کوچک، در مورد ژرمن شپرد چیزی به نام «آموزش روی پد در خانه» به عنوان راه حل دائمی وجود ندارد. هدف شما از روز اول باید آموزش برای دستشویی در «خارج از خانه» باشد. یک توله ژرمن شپرد به سرعت به سگی ۴۰ کیلوگرمی تبدیل می شود و شما قطعاً نمی خواهید سگی با این جثه، فرش یا گوشه ی اتاق شما را با پد بهداشتی اشتباه بگیرد. این فصل بر پایه ی سه اصل استوار است: **مدیریت حداکثری** (جلوگیری از خطا)، **پاداش دهی افراطی** (برای موفقیت ها) و **روال ثابت** (ایجاد یک برنامه ی قابل پیش بینی).

آموزش دستشویی در خانه و بیرون مرحله به مرحله چگونه است؟

همانطور که گفته شد، برای ژرمن شپرد تمرکز ما ۱۰۰٪ بر آموزش «بیرون» است. آموزش در خانه فقط به معرفی «باکس (Crate)» (به عنوان ابزار مدیریتی محدود می شود).

فلسفه ی کلیدی: پیشگیری بهتر از تنبیه است. هر بار که سگ شما در خانه خطا می کند، این اشتباه شما در مدیریت بوده است، نه اشتباه او. تنبیه سگ (مخصوصاً یک ژرمن شپرد حساس (پس از وقوع خطا، فقط او را گیج و ترسو کرده و به او می آموزد که از شما پنهان شود.

گام های طلایی برای آموزش دستشویی در بیرون:

۱. **ایجاد یک روال آهنین:** توله ها (مخصوصاً نژادهای بزرگ) در زمان های کلیدی نیاز به دفع دارند:

- بلافاصله پس از بیدار شدن از خواب (حتی چرت کوتاه).
- بلافاصله پس از هر وعده ی غذایی (۵ تا ۲۰ دقیقه بعد).
- بلافاصله پس از هر جلسه ی بازی هیجانی.
- بلافاصله قبل از خواب شبانه.

۲. **حمل کردن توله:** در هفته های اول، توله ژرمن شپرد خود را «بغل کنید» و به بیرون ببرید. این کار از خطای ناگهانی در مسیر راهرو یا آسانسور جلوگیری می کند.

۳. **انتخاب «نقطه ی دستشویی»:** یک مکان مشخص و ثابت را در بیرون از خانه انتخاب کنید. بوی ادرار قبلی در آن نقطه، سگ را تحریک به تکرار عمل می کند.

۴. **استفاده از فرمان کلامی:** همزمان که سگ در حال آماده شدن برای دفع است (بو کشیدن و چرخیدن)، یک فرمان کلامی ثابت مانند «برو دستشویی» یا «کارتو بکن» را با آرامی تکرار کنید.

۵. **سفر کاری، نه تفریحی:** وقتی برای دستشویی بیرون می‌روید، اجازه ندهید سگ بازی کند. با قلاده او را در همان نقطه نگه دارید و «خسته کننده» باشید. این یک «ماموریت» است.

۶. **پاداش انفجاری (مهم ترین گام):** ثانیه‌ای که سگ کارش را تمام کرد، باید بزرگترین جشن دنیا را برایش بگیرید. از تشویقی باارزش (High-Value) مانند یک تکه کوچک مرغ یا سوسیس (نه کیبل معمولی) استفاده کنید. با هیجان او را تشویق کلامی کنید («پسر خوب! عالیه!») و او را نوازش کنید.

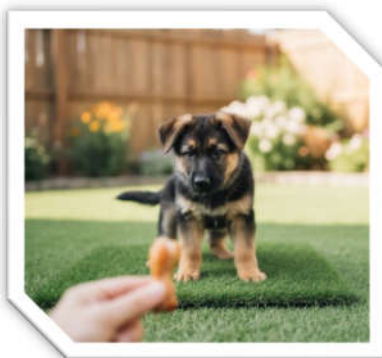
○ **نکته‌ی ژرمن شپرد:** ژرمن شپردها برای «کار» زندگی می‌کنند. آموزش دستشویی باید به‌عنوان اولین «کار موفق» به آن‌ها معرفی شود. پاداش شما، حقوق آن‌ها برای انجام درست این کار است.

۷. مدیریت خطا (اگر در لحظه مج او را گرفتید):

- اگر دیدید که سگ در حال ادرار یا مدفوع در خانه است، با یک صدای قاطع و بلند (مانند «هی!» یا دست زدن محکم) کار او را قطع کنید. هدف ترساندن نیست، فقط «متوقف کردن» است.
- بلافاصله سگ را بلند کنید (اگر توله است) یا با قلاده به سمت بیرون بدوید.
- او را در «نقطه‌ی دستشویی» قرار دهید. اگر کارش را آنجا تمام کرد، او را تشویق کنید (نه به اندازه‌ی پاداش انفجاری، اما همچنان مثبت).

۸. مدیریت خطا (اگر بعداً آن را پیدا کردید):

- هیچ کاری نکنید. سگ را سرزنش نکنید. بینی او را به آن نمالید. این کارها وحشیانه و بی‌تأثیر هستند. سگ ارتباطی بین کاری که نیم ساعت پیش کرده و عصبانیت فعلی شما نمی‌بیند.
- در سکوت کامل و زمانی که سگ شما را نمی‌بیند، آن نقطه را با «پاک کننده‌ی آنزیمی» (که در ادامه توضیح داده می‌شود) تمیز کنید.



باکس (Crate) و پد بهداشتی را چطور درست معرفی و تثبیت کنیم؟

این دو ابزار، یکی کلید موفقیت و دیگری عامل شکست در آموزش ژرمن شپرد است.

۱. باکس (Crate): کلید مدیریت و آرامش

باکس زندان نیست؛ «لانه (Den)» و پناهگاه امن سگ شماست. سگ ها به طور غریزی لانه ی خود را کثیف نمی کنند. این اصل، پایه ی استفاده از باکس در آموزش دستشویی است.

- **اهمیت برای ژرمن شپرد:** ژرمن شیردها به یک فضای امن نیاز دارند. باکس به آنها کمک می کند در غیاب شما آرام بمانند، از اضطراب جدایی جلوگیری می کند و مهم تر از همه، مدیریت شما بر آموزش دستشویی را ۱۰۰٪ می کند.
- **انتخاب سایز مناسب:** ژرمن شیردها به سرعت رشد می کنند. باکسی بخرید که اندازه ی بالغ سگ شما باشد، اما حتماً دارای «جداکننده (Divider)» باشد. فضای داخل باکس باید فقط به اندازه ای باشد که سگ بتواند بایستد، بچرخد و دراز بکشد. اگر فضا زیاد باشد، سگ یک گوشه را به عنوان دستشویی و گوشه ی دیگر را به عنوان اتاق خواب انتخاب می کند.



• معرفی باکس (Crate Training):

۱. همیشه مثبت: در باکس را باز بگذارید. تمام وعده های غذایی سگ را داخل باکس به او بدهید.
۲. تشویقی های غافلگیرکننده: تشویقی های خوشمزه را به طور تصادفی داخل باکس بیندازید تا سگ خودش برای کشف وارد آن شود.
۳. اسباب بازی مخصوص: یک اسباب بازی جویدنی جذاب (مانند کنگ پر شده با کره ی بادام زمینی) را فقط زمانی که داخل باکس است به او بدهید.
۴. بستن در: در حالی که مشغول کنگ است، در را برای ۳۰ ثانیه ببندید. قبل از اینکه اعتراض کند، در را باز کنید.
۵. افزایش تدریجی: این زمان را در طول چند روز به تدریج افزایش دهید.
۶. قانون طلایی: هرگز سگی را که در حال ناله یا پارس کردن است از باکس خارج نکنید. صبر کنید تا ۳ ثانیه سکوت کند، سپس در را باز کنید.

۲. پد بهداشتی (Pee Pad) عامل سردرگمی برای ژرمن شیرد

توصیه ی تخصصی: از پد بهداشتی برای ژرمن شیرد استفاده نکنید.

• چرا برای ژرمن شیرد مضر است؟

۱. ایجاد سردرگمی: شما به یک سگ بسیار باهوش می آموزید که «دستشویی کردن در خانه مجاز است». این پیام دقیقاً برعکس هدفی است که دنبال می کنید.
 ۲. تعمیم اشتباه: ژرمن شیرد هوشمند شما به سرعت یاد می گیرد که هر سطح نرم و مربعی شکل روی زمین (مانند پادری، فرش، قالیچه یا لباس افتاده) همان پد است.
 ۳. اندازه و حجم: یک توله ژرمن شیرد در عرض چند هفته آنقدر ادرار می کند که یک پد را در ثانیه اشباع کرده و سرریز می شود. این ابزار برای نژادهای عروسکی طراحی شده است.
- تنها استثناء (و باز هم توصیه نمی شود): اگر در یک آپارتمان طبقه ۲۰ زندگی می کنید و امکان خروج سریع ندارید، استفاده از «چمن مصنوعی» یا «سینی چمن طبیعی» در بالکن، راه حل بسیار بهتری است، زیرا حداقل سگ را به -بافت- (Texture) صحیح (چمن) عادت می دهد.

بوزدایی علمی و جلوگیری از تکرار خطاها چگونه انجام می شود؟

بینی یک ژرمن شپرد یک ابزار علمی پیشرفته است. اگر شما خطای قبلی را «درست» تمیز نکنید، سگ شما همچنان آن نقطه را به عنوان «دستشویی تایید شده» شناسایی می کند، حتی اگر شما هیچ بویی حس نکنید.

چرا پاک کننده های معمولی (وایتکس، سرکه) شکست می خورند؟ ادرار سگ حاوی کریستال های اسید اوریک است. پاک کننده های معمولی، آمونیاک یا سرکه فقط سطح را ضد عفونی می کنند و بو را برای بینی / انسان می پوشانند. آن ها این کریستال ها را تجزیه نمی کنند. سگ شما (و بینی قدرتمندش) همچنان آن را بو می کند.

راه حل: پاک کننده های آنزیمی (Enzymatic Cleaners) این ها تنها راه حل واقعی هستند.

• **چگونه کار می کنند؟** این پاک کننده ها حاوی باکتری های «خوب» و آنزیم هایی هستند که به طور بیولوژیکی پروتئین ها و کریستال های اسید اوریک را «می خورند» و تجزیه می کنند. آن ها بو را نمی پوشانند؛ آن را حذف می کنند.

• **روش استفاده صحیح:**

۱. تا حد امکان ادرار تازه را با دستمال کاغذی یا حوله ی کهنه جمع کنید (نکشید، فقط فشار دهید و بردارید).

۲. محل را کاملاً با پاک کننده ی آنزیمی «خیس» کنید (روی فرش، باید به عمق الیاف و پد زیرین نفوذ کند).

۳. اجازه دهید طبق دستورالعمل (معمولاً ۱۰ تا ۱۵ دقیقه یا حتی چند ساعت) در هوا خشک شود.

۴. پس از خشک شدن کامل، می توانید محل را جاروبرقی بکشید.

ابزار حرفه‌ای: چراغ قوه UV - بلک لایت - یک چراغ قوه‌ی UV ارزان قیمت بخرید. در شب، چراغ‌های خانه را خاموش کنید و آن را روی کف، فرش‌ها و کنار دیوارها بتابانید. لکه‌های قدیمی ادرار که با چشم دیده نمی‌شوند، به رنگ زرد یا سبز روشن می‌درخشند. تمام این نقاط را پیدا کرده و با آنزیم تمیز کنید تا از «خطاهای تکراری مرموز» جلوگیری کنید



برنامه روزانه دفع و ثبت پیشرفت را چگونه تنظیم کنیم؟⁹

هوش ژرمن شپرد به معنای آن است که آن‌ها عاشق «برنامه» هستند. ایجاد یک برنامه‌ی ثابت و قابل پیش‌بینی، نیمی از موفقیت است. بهترین راه برای ایجاد این برنامه، «جمع‌آوری داده» است.¹⁰

«دفترچه ثبت دستشویی» را ایجاد کنید:

یک دفترچه یادداشت ساده یا یک وایت‌برد کنار در خروجی قرار دهید. هر بار که سگ بیرون می‌رود (یا در خانه خطا می‌کند)، موارد زیر را ثبت کنید:

- ساعت دقیق (مثلاً: ۷:۱۰ صبح)
- نتیجه (مثلاً: ادرار / مدفوع / هر دو / هیچ‌کدام)
- محل (مثلاً: پارک / فرش اتاق / باکس)

چرا این کار جادویی است؟

بعد از ۳ روز، شما الگوهای سگتان را کشف خواهید کرد:

- -او همیشه ۱۵ دقیقه بعد از صبحانه مدفوع می کند. - > -عالی، ۱۵ دقیقه بعد از صبحانه او را بیرون می بریم.
- -او هر ۲ ساعت یکبار نیاز به ادرار دارد. - > -عالی، ما هر ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه (قبل از اینکه احساس نیاز کند) او را بیرون می بریم.
- -او ساعت ۲ شب از خواب بیدار شد > - -عالی، باید قبل از خواب (مثلاً ۱۱ شب) آب را محدود کنیم و حتماً برای دستشویی بیرون برویم.

این دفترچه، حدس و گمان را حذف می کند و به شما یک برنامه ی علمی بر اساس نیازهای واقعی سگتان می دهد.

جدول نمونه برنامه روزانه- برای توله ژرمن شپرد ۱۰ هفته ای-

ساعت	فعالیت	توضیحات
۶:۰۰ صبح	بیدارباش و فوری بیرون رفتن	(انتظار ادرار طولانی) + پاداش
۶:۱۵ صبح	وعده ی اول غذا (داخل باکس)	
۶:۳۵ صبح	بیرون رفتن	(انتظار مدفوع) + پاداش
۶:۴۵ - ۷:۳۰	بازی و نظارت ۱۰۰٪	(توله با قلاده به شما وصل است)
۷:۳۰ صبح	بیرون رفتن	(قبل از چرت) + پاداش
۷:۴۵ - ۹:۰۰	زمان استراحت / چرت در باکس	
۹:۰۰ صبح	بیرون رفتن	(بلافاصله پس از بیداری) + پاداش
...	(تکرار چرخه: بیرون، بازی تحت نظارت، بیرون، استراحت در باکس)	
۱۲:۰۰ ظهر	وعده ی دوم غذا (داخل باکس)	
۱۲:۲۰ ظهر	بیرون رفتن	(انتظار ادرار و مدفوع) + پاداش
...	(تکرار چرخه)	
۱۱:۰۰ شب	آخرین خروج	(فرصت نهایی) + پاداش آرام
۱۱:۱۰ شب	خواب شبانه در باکس	

این برنامه فشرده به نظر می رسد، و همین طور هم هست. اما خبر خوب این است که با هوش بالای ژرمن شپرد و ثبات شما، این دوره معمولاً کوتاه است. آن ها به سرعت برنامه را یاد می گیرند و به قابل اعتمادترین سگ های خانگی تبدیل می شوند.

فصل ۶: فرمان های نمایشی و مهارت های روزمره

آموزش به یک ژرمن شپرد، مکالمه با یک نابغه است. این نژاد برای «کار» و «همکاری» با انسان تکامل یافته است. برخلاف بسیاری از نژادها، آموزش برای ژرمن شپرد یک «گزینه» یا «سرگرمی» نیست؛ بلکه یک نیاز اساسی ذهنی، معادل غذا و آب است.

یک ژرمن شپرد که مغزش بیکار باشد، خودش برای خود «کار» می تراشد و این کار معمولاً شامل پارس کردن افراطی، اضطراب جدایی، تخریب وسایل یا واکنش گری (Reactivity) است. این فصل به شما می آموزد که چگونه این هوش سرشار را در مسیر درست هدایت کنید. ما فرمان ها را نه با اجبار، بلکه با تبدیل آن ها به بازی های فکری جذاب و پاداش های ارزشمند (Positive Reinforcement) آموزش می دهیم. ژرمن شپرد شما عاشق «درست فهمیدن» و راضی کردن شماست.

سه فرمان ضروری روزمره: -بیا-، -بمون-، -ولش کن- را چگونه پایدار کنیم؟

این سه فرمان، ستون های ایمنی و مدیریت روزمره ی سگ شما هستند.

۱. بیا: (Recall) «حیاتی ترین فرمان ایمنی»

ژرمن شپرد ها می توانند مستقل باشند و هنگامی که روی چیزی «متمرکز» می شوند (یک گربه، یک سگ دیگر، یک صدای مشکوک)، فراخواندن آن ها می تواند چالش برانگیز باشد. فرمان «بیا» باید آن قدر قوی باشد که از هر عامل حواس پرتی دیگری جذاب تر باشد.

• گام ۱: مسموم نکردن فرمان

هرگز، هرگز و هرگز فرمان «بیا» را برای کاری که سگ دوست ندارد (گرفتن ناخن، رفتن به باکس برای تنبیه، یا سرزنش کردن او) استفاده نکنید. اگر سگ شما پس از ۱۰ دقیقه بازیگوشی بالاخره نزد شما آمد، باید او را تشویق کنید، نه اینکه او را به خاطر دیر آمدن سرزنش کنید.

• گام ۲: شروع در خانه

با یک قلاده ی بلند (حتی در خانه) شروع کنید. با لحنی شاد و هیجان زده بگویید «[نام سگ]، بیا!» و به آرامی قلاده را به سمت خود بکشید. به محض رسیدن به شما، «جشن» بگیرید. از باارزش ترین تشویقی خود (مرغ پخته، سوسیس، پنیر) استفاده کنید.

• گام ۳: بازی دونفره

در دو انتهای یک راهرو یا اتاق بنشینید. به نوبت سگ را صدا بزنید. هر بار که می آید، جشن و پاداش. این کار فرمان «بیا» را به یک بازی پینگ پنگی جذاب تبدیل می کند.

- **گام ۴: بردن به محیط بیرون (با قلاده‌ی بلند ۱۵ متری).** به یک پارک خلوت بروید. اجازه دهید سگ بو بکشد. سپس او را صدا بزنید. اگر آمد، پاداش انفجاری (Jackpot Reward) بدهید (یعنی چندین تشویقی پشت سر هم). اگر نیامد، از قلاده‌ی بلند برای «یادآوری» استفاده کنید. هرگز سگ را در محیط باز و کنترل نشده بدون قلاده رها نکنید، مگر اینکه فرمان «بیا» شما ۱۰۰٪ قابل اتکا باشد.



۲. «بمون: (Stay)» آموزش کنترل تکانه

ژرمن شپرد ها سگ های حرکتی هستند؛ آن ها ترجیح می دهند در حال انجام کاری باشند. «بمون» یک تمرین ذهنی عالی برای آموزش «خودکنترلی (Impulse Control)» است.

- **گام ۱: معرفی مفهوم.** ابتدا فرمان «بشین» یا «بخواب» را بخواهید. یک کف دست خود را به وضوح به سمت صورت سگ بگیرید (سیگنال چشمی «توقف») و بگویید «بمون.»
- **گام ۲: قانون ۳ ثانیه.** فقط برای ۳ ثانیه صبر کنید. قبل از اینکه سگ بلند شود، بگویید «عالی!» و تشویقی را به او بدهید. شما باید قبل از شکست خوردن سگ، به او پاداش دهید.

• **گام ۳: معرفی فرمان رهایی (Release Cue).** سگ باید بداند چه زمانی «کار» تمام شده است. یک کلمه‌ی شاد مانند «آزاد!» یا «برو!» را انتخاب کنید و یک تشویقی را روی زمین پرتاب کنید تا سگ برای برداشتن آن از حالت «بمون» خارج شود.

• **گام ۴: افزایش 3Ds** پس از موفقیت، به تدریج -و فقط یکی در یک زمان- ابعاد را سخت تر کنید:
۱. **مدت زمان (Duration):** زمان ماندن را از ۳ ثانیه به ۵، سپس ۱۰، سپس ۳۰ ثانیه افزایش دهید.

۲. **فاصله (Distance):** در حالی که سگ مانده، یک قدم به عقب بروید، برگردید و پاداش دهید. سپس دو قدم، سپس پنج قدم.

۳. **حواس پرتی (Distraction):** در حالی که سگ در حالت «بمون» است، یک اسباب بازی را به آرامی روی زمین بیندازید (در ابتدا). اگر ماند، پاداش بزرگ بدهید.

۳. «ولش کن (Leave It)» فرمان نجات بخش

ژرمن شیردها ذاتاً کنجکاو و -دهانی (Mouthy) -هستند. آن‌ها دنیا را با دهانشان کشف می کنند. این فرمان به سگ می آموزد که از روی میل، از یک آیتم جذاب (غذا، زباله روی زمین، کفش شما) صرف نظر کند.

• **گام ۱: تضاد ارزشی.** دو نوع تشویقی آماده کنید: یک تشویقی کم ارزش (مثل غذای خشک خودش) و یک تشویقی بسیار با ارزش (مثل مرغ).

• **گام ۲: بستن دست.** تشویقی کم ارزش را در مشت بسته‌ی خود بگیرید و جلوی بینی سگ نگه دارید. سگ شروع به لیسیدن، پنجه زدن و بو کشیدن دست شما می کند. صبر کنید.

• **گام ۳: لحظه‌ی جادویی.** لحظه‌ای که سگ (حتی برای یک ثانیه) بینی خود را عقب می کشد یا روی برمی گرداند، بگویید «عالی!» و بلافاصله تشویقی با ارزش (مرغ) را از دست دیگر خود به او بدهید.

• **گام ۴: اضافه کردن فرمان.** این کار را تکرار کنید. وقتی سگ یاد گرفت که با پنجه زدن به چیزی نمی رسد، تشویقی کم ارزش را روی زمین بگذارید و با دست روی آن را بپوشانید. بگویید «ولش کن». وقتی سگ به شما نگاه کرد، پاداش با ارزش را بدهید.

• **گام ۵: تعمیم.** در نهایت، شما باید بتوانید یک تکه غذای خشک را روی زمین بیندازید، بگویید «ولش کن» و ژرمن شپرد شما به جای غذا، به صورت شما نگاه کند (منتظر پاداش بهتر). این فرمان در خیابان برای جلوگیری از خوردن زباله‌های خطرناک حیاتی است.

بندکشی بدون کشیدن و آداب آسانسور و خیابان چگونه تمرین می شود؟

۱. بندکشی بدون کشیدن (Loose-Leash Walking)

ژرمن شیردها قوی هستند. اگر یاد بگیرند که با کشیدن به جایی که می خواهند می رسند، شما بازنده ی دائمی این مسابقه طناب کشی خواهید بود. آن ها همچنین به طور غریزی می خواهند جلوتر از شما باشند و محیط را «اسکن» کنند.

- **تجهیزات مناسب:** از قلاده های گردنی که باعث خفگی می شوند (Choke) یا قلاده های خاردار (Prong) استفاده نکنید. این ابزارها درد ایجاد می کنند و می توانند منجر به واکنش گری و آسیب فیزیکی شوند. بهترین ابزار برای ژرمن شپرد که می کشد، یک -هارنس با قلاب جلو- (Front-Clip Harness) است. این هارنس، هنگامی که سگ می کشد، او را به آرامی به سمت شما برمی گرداند و کشیدن را از نظر فیزیکی دشوار می کند.
- **روش «درخت شو» (Be a Tree):** «این ساده ترین و مؤثرترین روش است. لحظه ای که سگ قلاده را می کشد و بند سفت می شود، شما کاملاً می ایستید. هیچ حرفی نزنید. فقط بایستید.
- **انتظار:** سگ به جلو تقلا می کند، برمی گردد و به شما نگاه می کند که «چرا نمی آیی؟»
- **پاداش شل شدن:** لحظه ای که سگ یک قدم به عقب برمی گردد یا برمی گردد تا بند «شل» شود، با خوشحالی بگویید «بریم!» و به حرکت ادامه دهید.
- **نتیجه:** ژرمن شپرد باهوش شما به سرعت می آموزد که: -کشیدن = توقف کامل پیاده روی- و -شل بودن = ادامه ی پیاده روی-

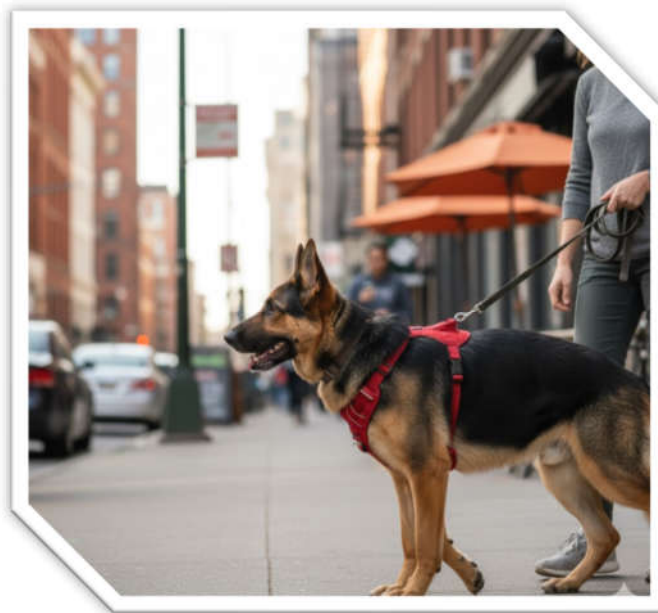
۲. آداب آسانسور و خیابان (آموزش «کار» در زمان انتظار)

ژرمن شیردها در زمان انتظار یا انتقال، به دلیل هوشیاری بالا، ممکن است بی قرار شوند. ما باید به آن ها یک «کار» مشخص بدهیم.

- **«نشستن خودکار» (Auto-Sit):** «به سگ خود بیاموزید که هر بار شما می ایستید، کار او «نشستن» است. این کار را در خانه تمرین کنید: راه بروید، بایستید. به محض اینکه ایستادید، منتظر شوید. سگ در نهایت می نشیند. به محض نشستن، پاداش دهید.
- **کاربرد در خیابان:** این فرمان را به «کنار جدول» تعمیم دهید. هر بار که به جدول می رسید، بایستید و منتظر «نشستن خودکار» شوید. این کار از دویدن ناگهانی به داخل خیابان جلوگیری می کند.

• آداب آسانسور:

۱. قبل از ورود، فرمان «بشین-بمون» را اجرا کنید.
۲. در آسانسور که باز شد، با فرمان «آزاد» اجازه ورود دهید.
۳. داخل آسانسور، دوباره فرمان «بشین» بدهید. (کار او در آسانسور، نشستن آرام است).
۴. قبل از خروج، دوباره «بمون» را بخواهید تا شما اول خارج شوید (ایمنی).



-آرامش روی زیرانداز- و ساکت شدن به اشاره را چگونه آموزش دهیم؟

این یکی از حیاتی ترین آموزش ها برای یک نژاد پرانرژی مانند ژرمن شپرد است. شما باید به سگ خود «چگونه آرام بودن» را بیاموزید.

۱. آرامش روی زیرانداز -- فرمان «جا» یا Place -

این فرمان به سگ می گوید: «برو به این زیرانداز/جای خواب، و در آنجا بمان و آرام باش تا من آزادت کنم». این «کار» سگ شما در زمانی است که شما مشغول هستید (مثلاً هنگام شام خوردن یا آمدن مهمان).

• **گام ۱: جذاب کردن زیرانداز.** یک زیرانداز، حوله یا جای خواب مشخص انتخاب کنید. آن را روی زمین بگذارید. با تشویقی، سگ را به سمت آن هدایت کنید. به محض اینکه هر چهار پایش روی زیرانداز رفت، تشویقی را روی زیرانداز بیندازید. تکرار کنید.

• **گام ۲: اضافه کردن فرمان «جا».** «همین که سگ با علاقه به سمت زیرانداز می رود، فرمان «جا» - یا Place - را اضافه کنید.

• **گام ۳: آموزش «خوابیدن».** «پس از رفتن روی زیرانداز، او را به حالت «بخواب» - (Down) هدایت کنید.

• **گام ۴: پاداش آرامش.** حالا، پاداش دادن را شروع کنید، اما نه برای هیجان. در حالی که آرام خوابیده، به آرامی تشویقی ها را یکی یکی بین پنجه هایش بگذارید. شما در حال پاداش دادن به «آرامش» هستید.

• **گام ۵: افزایش زمان.** این کار را برای ۳۰ ثانیه، سپس ۱ دقیقه، سپس ۵ دقیقه انجام دهید.

• **گام ۶: جایزه ی بزرگ.** بهترین اسباب بازی های جویدنی (مانند کنگ پر شده یا استخوان های ایمن) را فقط روی زیرانداز به او بدهید. زیرانداز به «بهترین نقطه ی خانه» تبدیل می شود.



۲. ساکت شدن به اشاره- آموزش «کافیه» یا Quiet-

ژرمن شپرد ها سگ های «خبری (Alert Barkers)» هستند. آن ها پارس می کنند تا شما را از «خطر» (پستچی، صدای همسایه) آگاه کنند. شما نمی توانید (و نباید) این رفتار را حذف کنید، اما باید آن را «مدیریت» کنید.

- **گام ۱: به رسمیت شناختن پارس**. وقتی سگ پارس می کند، به سمت او بروید، به چیزی که به آن پارس می کند نگاه کنید (مثلاً از پنجره بیرون را نگاه کنید) و با آرامی بگویید «ممنون، دیدم. کافیه». شما به او نشان می دهید که «پیام را دریافت کردید.»
- **گام ۲: تغییر تمرکز**. حالا فرمانی را بخواهید که با پارس کردن مغایرت دارد. مثلاً «برو سر جات» (فرمان Place) یا «بیا، بشین.»
- **گام ۳: پاداش سکوت**. به محض اینکه سگ پارس را متوقف کرد تا فرمان شما را انجام دهد، به او پاداش بدهید.
- **نکته کلیدی:** هرگز سر سگی که پارس می کند فریاد نزنید «ساکت شو!». از نظر سگ، شما هم دارید «پارس» می کنید و به او ملحق شده اید!

ترفندهای نمایشی جذاب (چرخیدن، سلام نظامی، پا بده) را چگونه بسازیم؟

ترفندها (Tricks)، «تمرینات مغزی» خالص برای ژرمن شپرد هستند. ده دقیقه تمرین ترفند جدید، سگ شما را بیشتر از یک ساعت دویدن خسته می کند، زیرا مغز پرکار او را به چالش می کشد.

۱. پا بده - یا - دست بده (Shake)

- **گام ۱:** از سگ بخواهید - بشین -.
- **گام ۲:** یک تشویقی را در مشت خود پنهان کنید و مشت را نزدیک سینه ی سگ (کنار یکی از پنجه ها) بگیرید.
- **گام ۳:** سگ برای رسیدن به تشویقی، مشت شما را بو می کشد، لیس می زند و در نهایت با پنجه اش به دست شما می زند.
- **گام ۴: لحظه ای** که پنجه اش با دست شما تماس پیدا کرد، دستتان را باز کنید و تشویقی را بدهید و بگویید «عالی.»

- **گام ۵:** تکرار کنید. وقتی سگ به سرعت پنجه زد، فرمان «پا بده» را اضافه کنید. در نهایت، شما می‌توانید با دست خالی (کف دست باز) این فرمان را بخواهید.

۲. -بچرخ- (Spin)

- **گام ۱:** یک تشویقی را در دست بگیرید و آن را جلوی بینی سگ نگه دارید.
- **گام ۲:** دست خود را مانند یک دایره‌ی افقی (موازی با زمین) حرکت دهید. سگ برای دنبال کردن تشویقی، دور خودش می‌چرخد.
- **گام ۳:** به محض تکمیل دایره، تشویقی را بدهید و شاد باشید.
- **گام ۴:** فرمان «بچرخ» را درست قبل از حرکت دست اضافه کنید.
- **گام ۵: حذف تشویقی. (Fade the Lure)** حرکت دست را بدون تشویقی انجام دهید و پس از چرخش، تشویقی را از دست دیگران بدهید. به تدریج این حرکت دست به یک اشاره‌ی کوچک با انگشت تبدیل می‌شود.

۳. -سلام نظامی- - (Salute) - ترفند پیشرفته -

- **گام ۱:** این ترفند بر اساس «هدف‌گیری (Targeting)» است. ابتدا باید به سگ «تاچ (Touch)» را بیاموزید (که بینی‌اش را به کف دست شما بزند).
- **گام ۲:** یک برچسب کوچک (Sticky note) یا چیزی شبیه آن را روی پیشانی خود (بالای ابرو) بچسبانید.
- **گام ۳:** فرمان «تاچ» را بدهید. سگ که عادت کرده بینی‌اش را به هدف بزند، سعی می‌کند بینی‌اش را به برچسب روی صورت شما بزند.
- **گام ۴:** در این تلاش، سگ احتمالاً به‌طور اتفاقی با پنجه‌اش نزدیک صورت شما می‌زند. این حرکت تصادفی را فوراً مارک کنید (با گفتن «عالی!» یا کلیکر) و پاداش بدهید.
- **گام ۵ (شکل‌دهی):** حالا فقط حرکاتی را پاداش دهید که پنجه به سمت بالا و نزدیک ابرو می‌آید. برچسب را بردارید. به تدریج، سگ یاد می‌گیرد که بالا بردن پنجه به سمت سرش، پاداش دارد.
- **گام ۶:** فرمان «سلام» یا «Salute» را به آن اضافه کنید.

فصل ۷: مهم ترین نکات نگهداری ژرمن شپرد در خانه و شهر

نگهداری از یک ژرمن شپرد در محیط خانه و شهر، مدیریت یک ورزشکار هوشیار در یک آپارتمان کوچک است. این نژاد برخلاف ظاهر قوی خود، در برابر برخی از چالش های زندگی شهری بسیار حساس است. یک ژرمن شپرد که نیازهایش برآورده نشود، می تواند به سرعت از یک همدم ایده آل به یک همسایه ی پردردسر (با پارس های مداوم) یا یک نیروی مخرب (با اضطراب جدایی) تبدیل شود.

این فصل به جزئیات لجستیکی زندگی با یک سگ کاری در محیطی می پردازد که برای کار طراحی نشده است. موفقیت شما در گرو درک نیازهای منحصربه فرد فیزیکی (مدیریت دما) و روانی (مدیریت تنهایی و بیکاری) اوست.

دما، تهویه و مراقبت از گرما/سرما (مخصوص پوشش دولایه)

این بخش در فهرست شما به اشتباه به نژاد دیگری اشاره داشت. در اینجا ما به طور خاص به ژرمن شپرد می پردازیم که نیازهای دمایی کاملاً متفاوتی دارد.

پوشش دولایه ی ژرمن شپرد: ژرمن شپرد دارای یک پوشش دولایه ی باشکوه است: یک لایه ی زیرین (Undercoat) نرم و پرپشت برای عایق بندی، و یک لایه ی رویی (Guard Coat) زبرتر و بلندتر برای محافظت در برابر آب و هوا. این پوشش یک شاهکار مهندسی طبیعت است، اما در محیط شهری مدرن نیازمند مدیریت دقیق است.

۱. خطر شماره یک: گرمزدگی (Heatstroke)

ژرمن شپرد ها در برابر گرما بسیار آسیب پذیر هستند. پوشش دولایه ی آن ها گرما را به دام می اندازد و خنک شدن را برایشان دشوار می کند.

- **هرگز موها را کوتاه نکنید:** بزرگترین اشتباهی که یک مالک ژرمن شپرد در تابستان مرتکب می شود، «تراشیدن» (Shaving) موهای سگ برای خنک شدن است. این کار فاجعه بار است. لایه ی رویی موها در واقع مانند یک عایق در برابر اشعه ی مستقیم خورشید عمل کرده و از سوختن پوست جلوگیری می کند. با تراشیدن مو، شما این سپر محافظ را حذف می کنید و سگ را در معرض آفتاب سوختگی و گرمزدگی بیشتر قرار می دهید.

- **خنک سازی صحیح:** خنک سازی فقط با برس کشی منظم (برای حذف موهای مرده ی لایه ی زیرین و ایجاد جریان هوا) و مدیریت محیط انجام می شود.
- **علائم گرم زدگی:** نفس نفس زدن شدید و دیوانه وار، زبان بسیار قرمز تیره (قرمز آجری)، آبریزش غلیظ دهان، گیجی، عدم تعادل، استفراغ و در نهایت اغما.
- **مدیریت در شهر:**
 - **زمان پیاده روی:** در تابستان، پیاده روی فقط در «اوایل صبح» (قبل از طلوع کامل آفتاب) و «اواخر شب» انجام شود.
 - **خطر آسفالت:** آسفالت داغ شهری، پنجه های سگ شما را می سوزاند. (قانون ۵ ثانیه: پشت دست خود را ۵ ثانیه روی آسفالت بگذارید. اگر برای شما داغ است، برای سگ شما غیرقابل تحمل است).
 - **هرگز در ماشین نماند:** حتی برای یک دقیقه. ماشین در عرض چند دقیقه به یک کوره تبدیل می شود.

۲. مراقبت در سرما

- ژرمن شپرد ها به لطف پوشش دولایه ی خود، سرما را بسیار بهتر از گرما تحمل می کنند. آن ها برای کار در آب و هوای سرد آلمان ساخته شده اند.
- **نیاز به لباس:** یک ژرمن شپرد بالغ و سالم در هوای برفی یا بارانی معمولی نیاز به لباس ندارد. پوشش آن ها ضد آب و عایق است.
 - **استثنائات:** توله ها، سگ های مسن (که آرتروز دارند و سرما درد مفاصلشان را تشدید می کند)، یا سگ های بیمار ممکن است به یک بارانی یا ژاکت سبک نیاز داشته باشند.
 - **خطر اصلی در سرما:** یخ و ضد یخ.
 - **پنجه ها:** گلوله های برف و یخ می توانند بین پنجه ها گیر کنند و باعث درد یا بریدگی شوند.
 - **ضد یخ (Ethylene Glycol):** این ماده که از ماشین ها نشت می کند، طعم شیرینی دارد و برای سگ ها بسیار جذاب است. خوردن حتی یک قاشق کوچک آن می تواند باعث نارسایی حاد کلیه و مرگ شود. پس از پیاده روی در زمستان، پنجه های سگ را بشویید.



تنها ماندن در خانه را چطور امن و بدون استرس مدیریت کنیم؟

ژرمن شپردها اغلب به عنوان «سگ های Velcro» (سگ های چسبناک) توصیف می شوند. آن ها برای بودن با «گله ی» انسانی خود زندگی می کنند و پیوندهای عمیقی ایجاد می کنند. این وفاداری زیبا، آن ها را به شدت مستعد «اضطراب جدایی (Separation Anxiety)» می کند.

شما نمی توانید یک ژرمن شپرد را ۸ ساعت در خانه رها کنید و انتظار داشته باشید که آرام بخوابد. آن ها یا مضطرب می شوند (زوزه کشیدن، پارس کردن) یا خسته و بی حوصله می شوند (تخریب مبل، جویدن دیوار).

مدیریت ایمن تنهایی در دو مرحله انجام می شود:

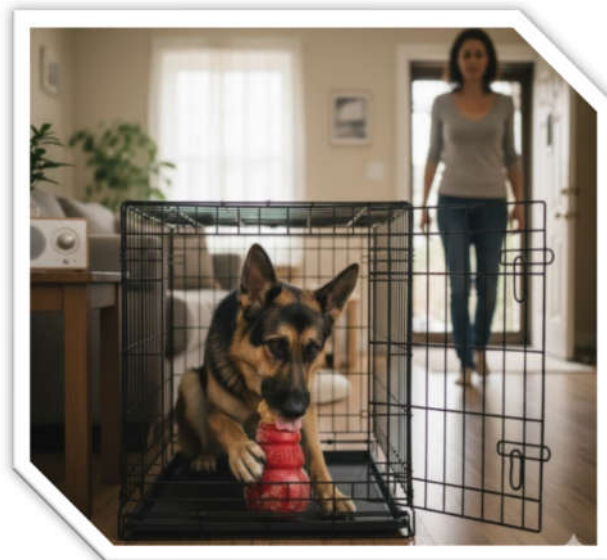
مرحله ۱: تخلیه انرژی (قبل از خروج)

- **یک ژرمن شپرد خسته، یک ژرمن شپرد خوشحال است.** هرگز یک ژرمن شپرد «پر انرژی» را تنها نگذارید.
- **۶ تا ۷ سیون صبحگاهی:** قبل از رفتن به محل کار، سگ شما نیاز به یک برنامه ی جدی دارد. این برنامه باید هم فیزیکی و هم ذهنی باشد.
 - **فیزیکی (۳۰ تا ۴۵ دقیقه):** یک پیاده روی تند، دویدن، یا چند دقیقه بازی فشرده ی -فچ- (Fetch).
 - **ذهنی (۱۵ دقیقه):** یک جلسه ی تمرین فرمان (مرور فصل ۶)، یا استفاده از پازل های غذایی.

- **وعده‌ی غذایی:** صبحانه را در یک اسباب‌بازی پازلی یا ظرف آرام‌خور بدهید، نه در یک کاسه‌ی معمولی. این کار ۱۰ دقیقه‌ی دیگر «کار ذهنی» برای او ایجاد می‌کند.

مرحله ۲: مدیریت محیط (در زمان غیاب)

- **آموزش باکس (Crate Training):** همانطور که در فصل ۵ بحث شد، باکس امن‌ترین مکان برای ژرمن شپرد است که تنها می‌ماند. این کار از تخریب خانه جلوگیری می‌کند و (اگر درست معرفی شده باشد) به سگ احساس امنیت لانه می‌دهد.
- **ضد خستگی:** هرگز سگ را در باکس خالی رها نکنید. او باید یک «کار» برای انجام دادن داشته باشد.
 - **کنگ (Kong) یخ‌زده:** بهترین دوست شما. یک اسباب‌بازی کنگ را با کره‌ی بادامزمینی (بدون زایلیتول)، ماست، یا غذای کنسروی پر کنید و آن را «یخ بزنید». لیسیدن این اسباب‌بازی یخ‌زده، یک فعالیت آرام‌بخش و طولانی‌مدت است که می‌تواند تا یک ساعت سگ را مشغول نگه دارد.
- **ایجاد آرامش:**
 - **موسیقی یا تلویزیون:** روشن گذاشتن رادیو (با صدای آرام) یا تلویزیون می‌تواند صداهای ناگهانی بیرون (که باعث پارس خبری می‌شوند) را بپوشاند.
 - **خروج آرام:** خداحافظی‌های طولانی و دراماتیک («وای عزیزم دلم برات تنگ میشه...») اضطراب سگ را تشدید می‌کند. خروج خود را بسیار عادی و خسته‌کننده جلوه دهید. اسباب‌بازی کنگ را به او بدهید و به‌سادگی خارج شوید.



برنامه روزانه بازی، ورزش ذهنی و استراحت را چگونه بچینیم؟

یک برنامه ی روزانه ی متعادل برای ژرمن شپرد باید هر سه جزء را داشته باشد: کار فیزیکی، کار ذهنی، و استراحت برنامه ریزی شده.

• **ورزش فیزیکی:** این نژاد به حداقل ۱.۵ تا ۲ ساعت فعالیت فیزیکی «معنی دار» در روز نیاز دارد. این به معنای «قدم زدن آرام» نیست.

◦ **مثال ها:** دویدن، پیاده روی در طبیعت (Hiking)، بازی فیچ شدید (با دو توپ برای جلوگیری از وقفه)، دوچرخه سواری (در کنار سگ).

• **ورزش ذهنی (مهم تر از فیزیکی):** مغز ژرمن شپرد سریع تر از بدنش خسته می شود. ۱۰ دقیقه کار ذهنی می تواند به اندازه ی ۳۰ دقیقه دویدن خسته کننده باشد.

◦ **مثال ها:** جلسات آموزشی (ترفندهای فصل ۶)، «کار با بینی (Nose Work)» (قائم کردن تشویقی در خانه و گفتن فرمان «پیداش کن»)، پازل های غذایی پیشرفته، یادگیری نام اسباب بازی ها.

• **استراحت (آموزش دکمه ی خاموش):** ژرمن شپرد ها می توانند معتاد به کار شوند و ندانند چگونه «خاموش» شوند. شما باید «آرامش» را به آنها بیاموزید.

◦ **مثال:** استفاده از فرمان -جا (Place) - که در فصل ۶ آموختیم. پس از یک بازی هیجانی، سگ را به «جا» بفرستید و به او برای آرام ماندن پاداش دهید.

جدول نمونه‌ی برنامه‌ی روزانه‌ی ژرمن شپرد- برای مالک شاغل-

ساعت	فعالیت	نوع فعالیت
۶:۰۰ - ۶:۳۰ صبح	پیاده‌روی تند + دویدن سبک	فیزیکی
۶:۳۰ - ۶:۴۵ صبح	تمرین فرمان‌ها (بیا، بچرخ)	ذهنی
۶:۴۵ - ۷:۰۰ صبح	صبحانه (در پازل غذایی)	ذهنی/تغذیه
۷:۰۰ - ۷:۱۵ صبح	آخرین دستشویی بیرون	
۷:۱۵ - ۴:۰۰ عصر	تنها ماندن (با کنگ یخ‌زده)	استراحت/مدیریت
۴:۰۰ - ۴:۱۵ عصر	بازگشت مالک و دستشویی	
۴:۱۵ - ۵:۳۰ عصر	فعالیت اصلی روز: (پارک، بازی فچ، پیاده‌روی طولانی)	فیزیکی شدید
۵:۳۰ - ۶:۰۰ عصر	استراحت در خانه	استراحت
۶:۰۰ - ۶:۱۵ عصر	شام (در ظرف آرام‌خور)	تغذیه
۶:۱۵ - ۸:۰۰ شب	استراحت و هضم غذا	استراحت
۸:۰۰ - ۸:۲۰ شب	بازی ذهنی: (کار با بینی یا ترفند جدید)	ذهنی
۸:۲۰ - ۱۰:۳۰ شب	آرامش با خانواده / جویدن آرام	استراحت
۱۰:۳۰ شب	آخرین دستشویی بیرون	

سفر، کریر، کافه/هتل و چک‌لیست خروج از خانه چه نکاتی دارد؟

بردن یک سگ بزرگ به فضاهای عمومی نیازمند برنامه‌ریزی و اجتماعی‌سازی قوی است.

۱. سفر (ماشین و کریر)

• **ایمنی در ماشین:** یک ژرمن شپرد نباید در ماشین آزاد باشد. در صورت ترمز ناگهانی، او به یک

پرتابه‌ی ۴۰ کیلویی تبدیل می‌شود.

○ **راه‌حل ۱ (بهترین):** باکس سفری (Travel Crate) محکم که در صندوق عقب

ماشین‌های شاسی‌بلند مهار شده باشد.

○ **راه‌حل ۲:** هارنس ایمنی مخصوص ماشین (Car Safety Harness) که به کمربند ایمنی

متصل می‌شود.

- **کریر (Crate) برای سفر هوایی:** اگر قصد سفر هوایی دارید، ژرمن شپرد شما به دلیل جثه اش قطعاً به بخش بار (Cargo) خواهد رفت. این کار نیازمند یک باکس بسیار محکم با استاندارد IATA (انجمن بین المللی حمل و نقل هوایی) و آموزش تدریجی سگ برای پذیرش آن است.

۲. آداب کافه و هتل (سگ شهری خوب)

- **آمادگی:** قبل از بردن ژرمن شپرد به کافه، مطمئن شوید که فرمان «آرامش روی زیرانداز» (فصل ۶) را کاملاً مسلط است.
- **تجهیزات:** همیشه یک زیرانداز کوچک سفری به همراه داشته باشید.
- **در کافه:** یک میز در گوشه و خلوت انتخاب کنید. زیرانداز را زیر میز پهن کنید و فرمان «جا» را بدهید. یک اسباب بازی جویدنی آرام (مانند استخوان فشرده) به او بدهید تا مشغول باشد.
- **در هتل:** قبل از رزرو، «سیاست حیوانات» هتل را چک کنید. آیا محدودیت وزن دارند؟ (بسیاری از هتل ها ژرمن شپرد را نمی پذیرند). (هرگز سگ را در اتاق هتل تنها رها نکنید (خطر پارس کردن و تخریب).

چک لیست خروج از خانه (برای سفر طولانی)

- مدارک (شناسنامه و گواهی واکسن ها، به ویژه هاری)
- غذای سگ (به مقدار کافی + ۲ روز اضافه)
- داروهای مصرفی (در صورت وجود)
- جعبه ی کمک های اولیه (فصل ۱۰)
- ظرف آب و غذای سفری
- بطری آب (مخصوص سگ)
- قلاده، هارنس، و پوزبند (در برخی مکان ها اجباری است)
- زیرانداز یا جای خواب آشنا (بوی خانه می دهد و آرام بخش است)
- کیسه ی مدفوع (تعداد زیاد)
- حوله ی کهنه (برای پنجه های گلی)
- اسباب بازی های مورد علاقه (کنگ، توپ)

فصل ۸: بیماری های شایع؛

علائم و اقدام اولیه و درمان

ژرمن شپرد نژادی باشکوه، ورزشکار و قوی است، اما متأسفانه مهندسی ژنتیکی که این خصوصیات را به او بخشیده، او را مستعد مجموعه ای از بیماری های جدی نیز کرده است. آگاهی زودهنگام از علائم این بیماری ها، تفاوت بین یک زندگی با درد مزمن و یک زندگی مدیریت شده و راحت را رقم می زند. در این نژاد، «صبر کردن» برای دیدن اینکه آیا علائم بهتر می شوند یا خیر، اغلب یک اشتباه پرهزینه است.

دیسپلازی هیپ و آرنج (Hip & Elbow Dysplasia): چالش شماره یک ژرمن شپرد

این مورد، رایج ترین بیماری ارتوپدی در ژرمن شپرد است.

- **دیسپلازی چیست؟** به زبان ساده، یک «نقص ساختمانی» ژنتیکی است.
- **در مفصل ران (Hip):** حفره ی لگن (استابولوم) به اندازه ی کافی عمیق نیست تا سر استخوان ران را محکم در خود نگه دارد. این «شلی» (Laxity) «باعث می شود سر استخوان ران در حفره ساییده شود، که منجر به التهاب، درد، آرتروز زودرس و تخریب مفصل می گردد.
- **در مفصل آرنج (Elbow):** این مفصل پیچیده تر است (محل تلاقی سه استخوان). دیسپلازی آرنج معمولاً ناشی از ناهماهنگی رشد این سه استخوان است که باعث ایجاد فشار، لب پر شدن استخوان و آرتروز می شود.

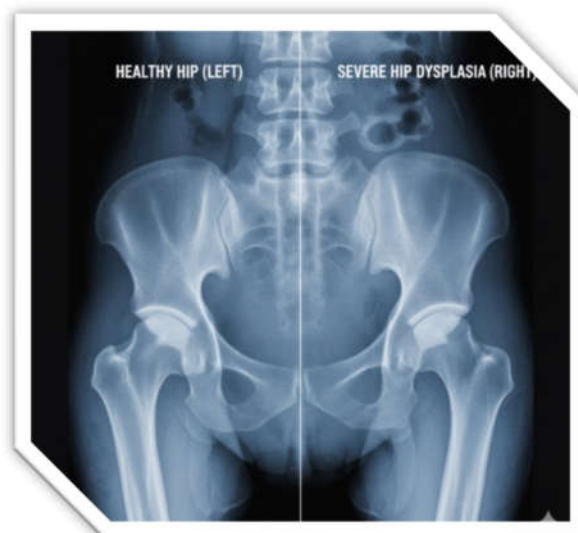
علائم هشداردهنده (که اغلب نادیده گرفته می شوند): علائم دیسپلازی همیشه لنگش واضح نیست.

- **لنگش خفیف پس از استراحت:** سگ پس از بیدار شدن از خواب، برای چند قدم می لنگد، اما پس از گرم شدن «خوب می شود.»
- **«دویدن خرگوشی» (Bunny Hopping):** «توله یا سگ جوان هنگام دویدن، به جای استفاده ی متناوب از دو پای عقب، هر دو پا را همزمان با هم به جلو پرتاب می کند (مانند خرگوش).
- **مشکل در برخاستن:** سگ برای بلند شدن از حالت خوابیده تقلا می کند و از پاهای جلویی کمک می گیرد.
- **کاهش تحمل فعالیت:** سگی که عاشق بازی بود، زودتر خسته می شود یا در میانه راه می نشیند.
- **جابجایی وزن:** ایستادن با پاهای عقب نزدیک به هم یا انتقال وزن به پاهای جلو.

تشخیص و اقدام اولیه: تشخیص قطعی فقط با عکس برداری اشعه ایکس (X-ray) تحت بیهوشی سبک امکان پذیر است. اگر علائم بالا را مشاهده کردید، اقدام اولیه «مراجعه به دامپزشک برای معاینه ی ارتوپدی» است.

مدیریت و درمان: دیسپلازی «درمان» قطعی (به معنای حذف بیماری) ندارد، اما کاملاً قابل «مدیریت» است:

۱. **مدیریت وزن (مهم ترین):** همانطور که در فصل ۲ گفتیم، هر گرم اضافه وزن، فشار روی مفاصل بیمار را چند برابر می کند. ژرمن شپرد شما باید لاغر (Lean) بماند.
۲. **مکمل ها:** شروع مصرف مکمل های مفصلی - گلوکوزامین، کندرویتین، MSM و اسیدهای چرب امگا-۳ (روغن ماهی) برای کاهش التهاب.
۳. **فیزیوتراپی و ورزش کم برخورد (Low-Impact):** شنا کردن بهترین ورزش برای ژرمن شپرد مبتلا به دیسپلازی است (تقویت عضله بدون فشار بر مفصل). پیاده روی های آرام و کنترل شده روی سطح نرم بهتر از دویدن و پریدن روی آسفالت است.
۴. **داروهای ضد درد (NSAIDs):** دامپزشک برای کنترل درد و التهاب در دوره های عود بیماری، داروهای ضدالتهاب غیراستروئیدی تجویز می کند.
۵. **جراحی:** در موارد شدید، گزینه های جراحی -مانند TPO, FHO یا تعویض کامل مفصل ران - THR - ممکن است ضروری باشند.



میلوپاتی دژنراتیو (DM) و پارگی رباط صلیبی (CCL)

این دو بیماری، بزرگترین تهدیدها برای تحرک ژرمن شپرد در میانسالی و سالمندی هستند.

۱. میلوپاتی دژنراتیو (Degenerative Myelopathy - DM)

- **چیست؟** یک بیماری ژنتیکی، پیش رونده و متأسفانه کشنده‌ی نخاعی DM. معادل بیماری ALS (لو گرینگ) در انسان است. این بیماری باعث از بین رفتن تدریجی غلاف میلین (عایق) اعصاب در ستون فقرات می‌شود.
- **علائم اولیه (حیاتی):** DM با درد همراه نیست. این کلید تشخیص است.
 - **کشیدن ناخن‌ها:** اولین علامت، شنیدن صدای «خِش خِش» ناخن‌های پاهای عقب روی آسفالت هنگام راه رفتن است.
 - **ضعف پاهای عقب:** سگ هنگام دور زدن، پاهای عقبش «تاب» می‌خورد یا روی هم می‌افتد.
 - **ساییدگی ناخن:** ناخن‌های دو انگشت میانی پاهای عقب، به‌طور غیرطبیعی ساییده و کوتاه می‌شوند.
 - **مشکل در برخاستن:** شبیه دیسپلازی است، اما ناشی از ضعف است، نه درد.
- **اقدام و مدیریت:** هیچ درمانی برای DM وجود ندارد. اما تشخیص زودهنگام حیاتی است.
 - **تست ژنتیک:** تست DNA (از بزاق یا خون) می‌تواند نشان دهد که آیا سگ شما حامل ژن معیوب است یا خیر.
 - **فیزیوتراپی:** ثابت شده که فیزیوتراپی فشرده (مخصوصاً کار روی تردمیل آبی) می‌تواند کیفیت زندگی را حفظ کرده و پیشرفت بیماری را برای ماه‌ها یا حتی سال‌ها به تعویق بیندازد.
 - **ویلچر (Chariot):** در مراحل نهایی، زمانی که پاهای عقب فلج می‌شوند، ویلچرهای مخصوص ژرمن شپرد به سگ اجازه می‌دهند با استفاده از پاهای جلوی قوی خود به زندگی فعال ادامه دهد.

۲. پارگی رباط صلیبی (CCL/ACL Rupture)

- **چیست؟** این رایج‌ترین آسیب زانو در ژرمن شپردهای فعال است. رباط صلیبی، استخوان ران را به استخوان درشت‌نی متصل و زانو را تثبیت می‌کند. در ژرمن شپرد، این پارگی اغلب ناشی از یک «بیماری دژنراتیو» مزمن است تا یک آسیب ناگهانی.

• علائم:

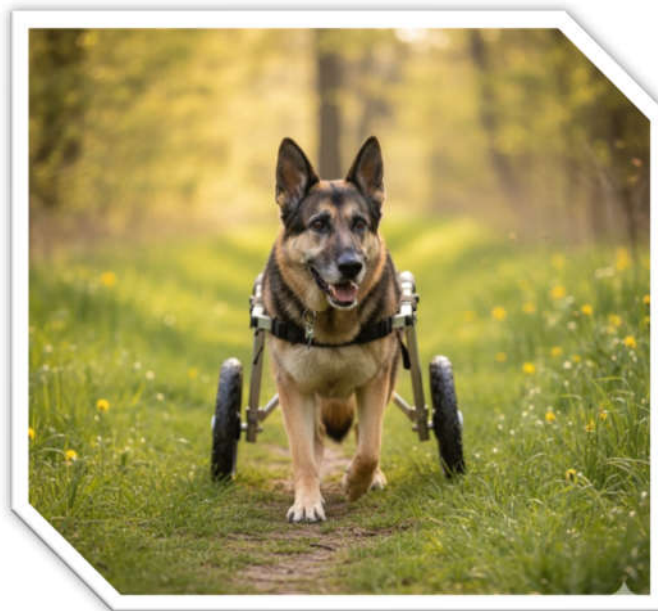
◦ **لنگش ناگهانی شدید:** سگ در حین بازی ناگهان جیغ می کشد و دیگر پای خود را روی زمین نمی گذارد (مخصوصاً پاشنه‌ی پا را).

◦ **نشستن غیرعادی:** سگ به جای جمع کردن پاها، زانوی آسیب دیده را به بیرون می گذارد (The -Sit Test-).

• **اقدام و درمان:** این یک آسیب جدی است که نیاز به جراحی دارد.

◦ **تشخیص:** دامپزشک با معاینه‌ی فیزیکی - تست کشوی زانو Drawer Sign - - آن را تشخیص می دهد.

◦ **درمان:** جراحی تقریباً همیشه ضروری است. بهترین روش ها برای سگی به اندازه‌ی ژرمن شپرد، جراحی های ارتوپدی پیشرفته مانند TPLO یا TTA هستند که زاویه‌ی زانو را برای حذف نیاز به رباط، اصلاح می کنند.



مشکلات پوست و مو: حساسیت ها، هت اسپات و مدیریت ریزش

ژرمن شپرد ها به «معدی حساس» و «پوست حساس» معروف هستند.

۱. آلرژی ها (Atopy):

○ ژرمن شپرد ها مستعد آلرژی های محیطی (مانند گرده ی گیاهان، گرد و غبار) و گاهی غذایی هستند.

○ **علائم:** خارش مزمن (مخصوصاً پنجه ها، زیر بغل، شکم و گوش ها)، لیسیدن و سواسی پنجه ها (که باعث قرمز شدن موها می شود)، عفونت های مکرر گوش.

۲. هت اسپات - Hot Spots - درماتیت حاد مرطوب:-

○ این ها ضایعات پوستی بسیار دردناک، قرمز، مرطوب، عفونی و بدبو هستند که «ناگهان» (در عرض چند ساعت) ظاهر می شوند.

○ **علت:** معمولاً یک آلرژی یا نیش کک باعث خارش اولیه می شود. سگ آن نقطه را می خارده یا می لیسد. پوشش دولایه ی ژرمن شپرد رطوبت را به دام می اندازد و باکتری ها به سرعت رشد کرده و یک عفونت شدید ایجاد می کنند.

○ **اقدام:** نیاز به مداخله ی فوری دامپزشکی دارد. معمولاً شامل تراشیدن موی ناحیه، تمیز کردن ضد عفونی کننده، آنتی بیوتیک و (مهم تر از همه) گردنبند الیزابت (E-Collar) برای جلوگیری از لیسیدن است.

۳. مدیریت ریزش (Shedding):

○ ژرمن شپرد ها گره (Mat) نمی زنند، اما «منفجر» می شوند (Blow Coat). آن ها دو بار در سال (معمولاً بهار و پاییز) لایه ی زیرین خود را به طور کامل از دست می دهند.

○ **راه حل:** برس کشی روزانه با ابزار مناسب - مانند -چنگک لایه ی زیرین - Undercoat - (Rake) برای حذف موهای مرده و جلوگیری از تجمع آن ها، که می تواند منجر به مشکلات پوستی شود.



اسهال، استفراغ و بی اشتها: چه وقت خانگی مدیریت کنیم و چه وقت اورژانس برویم؟
سیستم گوارشی ژرمن شپرد بسیار حساس است.

بیماری زمینه‌ای خاص ژرمن شپرد: نارسایی اگزوکراین پانکراس (EPI)

- چیست؟ یک بیماری ژنتیکی شایع در ژرمن شپرد که در آن لوزالمعده (پانکراس) آنزیم‌های لازم برای هضم غذا (مخصوصاً چربی) را تولید نمی‌کند.
- علائم کلاسیک:
 ۱. گرسنگی شدید: سگ همیشه گرسنه است اما...
 ۲. کاهش وزن شدید: سگ لاغر و استخوانی می‌شود.
 ۳. مدفوع زیاد و چرب: مدفوع حجیم، شل، زردرنگ یا خاکستری و بسیار بدبو (بوی ترشیدگی).
- تشخیص و درمان: با یک آزمایش خون ساده (TLI) تشخیص داده می‌شود. درمان، افزودن پودر آنزیم‌های پانکراس به هر وعده‌ی غذایی برای تمام عمر است.

مدیریت خانگی در مقابل اورژانس

مدیریت خانگی (صبر کنید و ببینید)	مراجعه فوری به دامپزشک (اورژانس)
۱. یک بار استفراغ (حاوی غذا یا صفر)، اما سگ حال عمومی خوب، شاداب و گرسنه دارد.	تلاش برای استفراغ اما خروجی ندارد (عق زدن خشک) - < علائم کلاسیک نفخ (GDV).
۲. یک بار اسهال خفیف (مدفوع شل اما شکل‌دار)، اما سگ حال عمومی خوبی دارد.	استفراغ یا اسهال شدید و مکرر (بیش از ۲ بار در چند ساعت).
اقدام خانگی: قطع غذا (Fasting) برای ۱۲ ساعت (آب در دسترس باشد). سپس شروع مجدد با غذای سبک (مرغ آب‌پز و کته‌ی برنج سفید) برای ۱-۲ روز.	وجود خون زیاد در استفراغ یا اسهال (ظاهر ژله‌ای یا شبیه قیر).
	همراهی با علائم دیگر: بی‌حالی شدید، تب، رنگ‌پریدگی لثه‌ها، درد شکمی (وضعیت دعا)، یا تورم شکم.
	بی‌اشتهایی کامل که بیش از ۲۴ ساعت طول بکشد.
	خوردن جسم خارجی (اسباب‌بازی، جوراب) یا ماده‌ی سمی.
	هرگونه اسهال/استفراغ شدید در توله‌ای که واکسن کامل نزده (خطر پاروویروس).

فصل ۹: گریمینگ و رسیدگی دوره‌ای بدون استرس

گریمینگ (آراستن) یک ژرمن شپرد، ارتباط مستقیمی با سلامت او دارد و صرفاً یک مسئله‌ی زیبایی نیست. شما با یک سگ با پوشش دولایه‌ی متراکم، ریزش موی شدید فصلی، پوست حساس و ناخن‌های ضخیم و تیره سروکار دارید. برخلاف نژادهای مو بلند، هدف اصلی گریمینگ ژرمن شپرد، «مدیریت ریزش»، «جلوگیری از مشکلات پوستی» و «ایجاد راحتی» برای سگ است.

مهم‌ترین بخش این فصل «بدون استرس» بودن آن است. یک ژرمن شپرد عصبی یا ترسو، سگی ۴۰ کیلویی و قدرتمند است که می‌تواند فرآیند گریمینگ را غیرممکن یا خطرناک کند. تمام مراحل زیر باید با «حساسیت‌زدایی (Desensitization)» و پاداش‌های فراوان همراه باشند تا سگ شما بیاموزد این رسیدگی‌ها، بخشی لذت‌بخش از زندگی مشترک شماست.

برس‌کشی درست برای موی دوبل و بازکردن گره‌ها چگونه است؟

پوشش دولایه‌ی ژرمن شپرد از دو لایه تشکیل شده است: ۱. **لایه‌ی زیرین (Undercoat)** موهای نرم، کرکی و متراکم که عایق دما هستند. این همان لایه‌ای است که در فصل ریزش (Shedding Season) منفجر می‌شود. ۲. **لایه‌ی رویی (Guard Coat)** موهای بلندتر، زبرتر و محافظ که پوست را در برابر آب، آفتاب و خاک محافظت می‌کنند.

اشتباه رایج: استفاده از برس سیمی ساده (Bristle Brush) این برس‌ها فقط سطح موهای رویی را لمس می‌کنند و به لایه‌ی زیرین متراکم (جایی که مشکل اصلی نهفته است) نمی‌رسند.

ابزارهای ضروری برای ژرمن شپرد:

۱. **چنگک لایه‌ی زیرین (Undercoat Rake):** مهم‌ترین ابزار شما. این چنگک دارای دندان‌های بلند فلزی است که به‌طور ایمن به عمق پوشش نفوذ کرده و موهای مرده‌ی لایه‌ی زیرین را بدون آسیب رساندن به لایه‌ی رویی، بیرون می‌کشد.
۲. **برس اسلیکر (Slicker Brush):** دارای دندان‌های سیمی کوتاه و زاویه‌دار است. برای موهای بلندتر (مانند «شلوار» یا پرهای پشت پا) و اطراف گردن مفید است، اما باید به‌آرامی استفاده شود تا باعث خراشیدگی پوست حساس سگ (Brush Burn) نشود.
۳. **شانه فلزی (Greyhound Comb):** برای بررسی نهایی کار و باز کردن گره‌های کوچک پشت گوش.

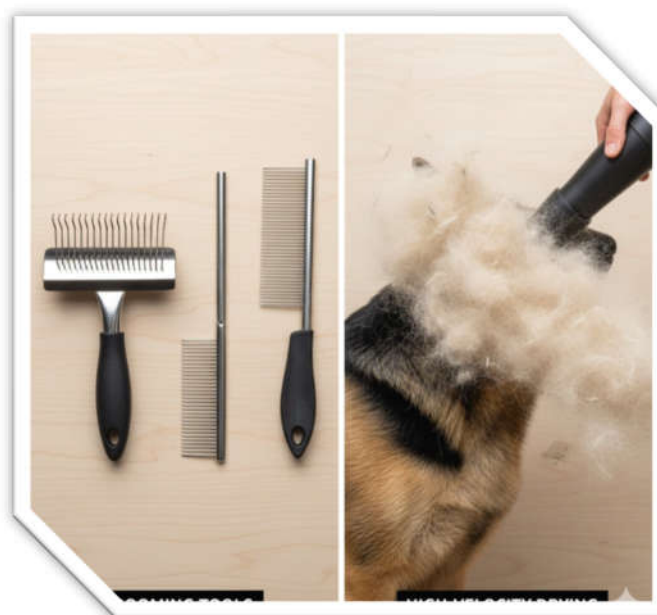
گره‌ها در ژرمن شپرد: ژرمن شیردها به ندرت دچار «گره‌های» نمدی (Mats) مانند نژاد شیتزو می‌شوند. مشکلی که آن‌ها پیدا می‌کنند، «تراکم» یا «فشرده شدن» (Impaction) «لایه‌ی زیرین مرده است، مخصوصاً پشت گوش‌ها، زیر بغل و در ناحیه‌ی «شلوار» (Pants) «پشت پاهای عقب. این موهای فشرده اجازه‌ی رسیدن هوا به پوست را نمی‌دهند و بستر ایده‌آلی برای «هات اسپات» (Hot Spots) «و عفونت‌های قارچی ایجاد می‌کنند.

مراحل برس کشی صحیح:

۱. **برنامه ریزی:** این کار را بیرون از خانه انجام دهید، مگر اینکه بخواهید خانه تان پر از مو شود.
۲. **شروع با چنگک:** همیشه در جهت رشد مو برس بزنید. از گردن شروع کنید و به صورت لایه به لایه به سمت دم حرکت کنید. چنگک را عمیقاً وارد مو کنید و به آرامی بکشید. شما از حجم موهای مرده ای که خارج می شود شگفت زده خواهید شد.
۳. **تمرکز بر نقاط حساس:** به نواحی پشت گوش، زیر بغل و شلوار توجه ویژه داشته باشید.
۴. **باز کردن تراکم:** اگر به توده ای فشرده رسیدید، هرگز آن را با فشار نکشید (باعث درد شدید می شود). ابتدا با انگشتان خود سعی کنید آن را باز کنید. سپس با نوک شانه ی فلزی یا چنگک، به آرامی و لایه به لایه، از انتهای گره به سمت پوست، آن را باز کنید.
۵. **بررسی نهایی:** پس از اتمام کار با چنگک، با شانه ی فلزی تمام بدن را شانه کنید. شانه باید به راحتی تا پوست برسد و حرکت کند. اگر گیر کرد، یعنی هنوز موی مرده ی فشرده وجود دارد.

دوره زمانی:

- خارج از فصل ریزش: هفته ای ۲ تا ۳ بار.
- در فصل ریزش: **(Coat Blow)** روزانه. چاره ای جز این نیست.



حمام و سشوار ایمن و کم استرس را چگونه انجام دهیم؟

اشتباه رایج: حمام کردن زیاد ژرمن شپرد. پوشش ژرمن شپرد دارای روغن های طبیعی است که آن را ضد آب و تمیز نگه می دارد. حمام زیاد این روغن ها را از بین برده، پوست را خشک، حساس و مستعد خارش کرده و در واقع «ریزش مو» را بدتر می کند.

دوره زمانی: یک ژرمن شپرد فقط زمانی نیاز به حمام کامل دارد که واقعاً کثیف یا بدبو شده باشد (هر ۳ تا ۴ ماه یکبار کافی است).

گام های حمام کم استرس:

۱. **برس کشی کامل (قبل از حمام):** مهم ترین گام. هرگز یک ژرمن شپرد را بدون برس کشی کامل حمام نکنید. آب، موهای فشرده ی لایه ی زیرین را تبدیل به «نمد سیمانی» می کند که باز کردن آن تقریباً غیرممکن است.

۲. **آماده سازی محیط:** از یک پد ضد لغزش در کف وان یا حمام استفاده کنید تا سگ احساس امنیت کند. آب باید ولرم باشد (نه داغ).

۳. **شامپوی مناسب:** از شامپوی مخصوص سگ باکیفیت استفاده کنید - شامپوی جو دوسر یا هیپوآلرژنیک برای پوست حساس ژرمن شپرد عالی است - هرگز از شامپوی انسانی استفاده نکنید - pH پوست سگ متفاوت است -

۴. **آبکشی، آبکشی و دوباره آبکشی:** این مرحله حیاتی است. باقی ماندن ذره ای شامپو در لایه ی زیرین متراکم، عامل شماره یک ایجاد «هات اسپات» (عفونت پوستی) پس از حمام است. آبکشی باید حداقل دو برابر زمانی که صرف شامپو زدن کرده اید، طول بکشد.

گام های سشوار ایمن:

خطر: باقی ماندن رطوبت در لایه ی زیرین. یک ژرمن شپرد که در ظاهر خشک به نظر می رسد اما لایه ی زیرینش مرطوب است، مستعد عفونت های قارچی و باکتریایی است.

۱. **خشک کردن با حوله:** تا جایی که ممکن است با حوله های ضخیم، آب را بگیرید (فشار دهید و نمالید).

۲. **سشوار صنعتی (High-Velocity Dryer):** این بهترین ابزار است. این سشوارها با «حرارت» کار نمی کنند، بلکه با «فشار هوای بالا» آب و موهای مرده ی باقیمانده را از لایه ی زیرین به بیرون «پرتاب» می کنند.
۳. **حساسیت زدایی:** صدای این سشوارها بلند است. هفته ها قبل از استفاده، سگ را با صدای آن (از فاصله دور، سپس نزدیک تر) در حالی که تشویقی می گیرد، آشنا کنید.
۴. **سشوار انسانی (جایگزین ضعیف):** اگر مجبورید، فقط از باد سرد (Cool Setting) استفاده کنید. باد داغ به راحتی پوست سگ را می سوزاند. این کار بسیار زمان بر خواهد بود.
۵. **برس کشی نهایی:** همزمان با سشوار کشیدن، با برس اسلیکر در جهت مخالف خواب مو برس بزنید تا هوا به عمق پوست برسد. مطمئن شوید که سگ ۱۰۰٪ تا پوست خشک شده است.

مسواک زدن روزانه (ضروری) و کوتاه کردن ناخن را چطور راحت کنیم؟

۱. مسواک زدن روزانه

ژرمن شپردها از دهان خود زیاد استفاده می کنند و مستعد تجمع پلاک و جرم دندانی هستند که منجر به بیماری های لته، بوی بد دهان و حتی مشکلات قلبی و کلیوی می شود.

۱. **ابزار:** خمیر دندان آنزیمی مخصوص سگ (هرگز از خمیر دندان انسانی استفاده نکنید؛ فلوراید و زایلیتول سمی هستند) و یک مسواک نرم انسانی یا مسواک انگشتی.

۲. حساسیت زدایی (روند یک هفته ای):

- **روز ۱-۲:** کمی خمیر دندان (که طعم گوشت می دهد) روی انگشت خود بگذارید و اجازه دهید سگ آن را بلیسد (این یک تشویقی است).
- **روز ۳-۴:** در حالی که خمیر دندان را می لیسد، به آرامی انگشت خود را روی لته ها و دندان های نیش بکشید.
- **روز ۵-۶:** مسواک (بدون خمیر دندان) را معرفی کنید. فقط اجازه دهید آن را بو کند و به دندان ها تماس دهید.
- **روز ۷:** مسواک آغشته به خمیر دندان را برای چند ثانیه روی دندان های نیش و آسیاب (پشت) بکشید.

۳. **تکنیک:** شما فقط باید سطح «بیرونی» دندان ها (سمت گونه) را مسواک بزنید. تمرکز اصلی بر دندان های نیش و آسیاب بزرگ در عقب است.

۲. کوتاه کردن ناخن

این مورد، پراسترس ترین بخش گریمنگ برای اکثر صاحبان ژرمن شپرد است، زیرا ناخن های آن ها معمولاً سیاه است.

• **چالش ناخن سیاه:** در ناخن های روشن، «کوئیک (Quick)» «یا همان پالپ صورتی رنگ (رگ خونی و عصب) قابل مشاهده است. در ناخن های سیاه، کوئیک دیده نمی شود و خطر بریدن آن (که بسیار دردناک و پرخونریزی است) بالاست.

• **ابزار مناسب:**

۱. **ناخن گیر انبری (Plier-Style):** برای ناخن های ضخیم ژرمن شپرد، ناخن گیرهای گیوتینی ضعیف هستند.

۲. **سوهان برقی (Dremel/Grinder):** بهترین و ایمن ترین راه حل برای ژرمن

شپرد. سوهان برقی به شما اجازه می دهد لایه های نازک از ناخن را بردارید. شما می توانید نزدیک شدن به کوئیک را ببینید (یک نقطه ی تیره رنگ کوچک در مرکز ناخن ظاهر می شود). این ابزار ناخن را صاف می کند و ریسک بریدن کوئیک را به حداقل می رساند.

• **حساسیت زدایی (برای سوهان برقی):**

۱. پنجه های سگ را لمس کنید و نگه دارید (پاداش).

۲. سوهان را در حالت خاموش به ناخن ها بزنید (پاداش).

۳. سوهان را روشن کنید (از فاصله دور) تا سگ به صدا عادت کند (پاداش).

۴. سوهان روشن (بدنه ی آن، نه سر سوهان) را به سگ بزنید تا به لرزش عادت کند (پاداش).

۵. برای یک ثانیه نوک یک ناخن را سوهان بزنید (جشن و پاداش بزرگ).

• **در صورت خطا:** اگر کوئیک را زدید، آرام بمانید. پودر استیپتیک (Styptic Powder) یا حتی آرد ذرت را روی نوک ناخن فشار دهید تا خونریزی بند بیاید.



مراقبت از چشم (کنترل لکه اشکی) و گوش و علائم هشدار در گریمینگ چیست؟

گریمینگ یک «چکاپ سلامت» هفتگی است. شما اولین کسی هستید که علائم هشدار را کشف می کنید.

۱. مراقبت از چشم

- لکه اشکی: این مورد برخلاف نژادهای کوچک، مشکل رایج ژرمن شپرد نیست. ترشحات عادی (قی) در گوشه‌ی چشم طبیعی است و می توان آن را با یک پد پنبه‌ای مرطوب (آب گرم) پاک کرد.
- **خطر واقعی ژرمن شپرد - پانوس Pannus** - - ژرمن شپردها مستعد یک بیماری چشمی به نام «کراتیت سطحی مزمن (Pannus)» هستند. هنگام چک کردن چشم‌ها، به دنبال موارد زیر باشید:
 - ایجاد یک لایه‌ی ابری، مه‌آلود یا صورتی‌رنگ که به نظر می‌رسد از گوشه‌ی چشم روی قرنیه رشد می‌کند.
 - قرمزی مزمن سفیدی چشم.
 - اقدام: در صورت مشاهده‌ی این علائم، فوراً به دامپزشک مراجعه کنید.

۲. مراقبت از گوش

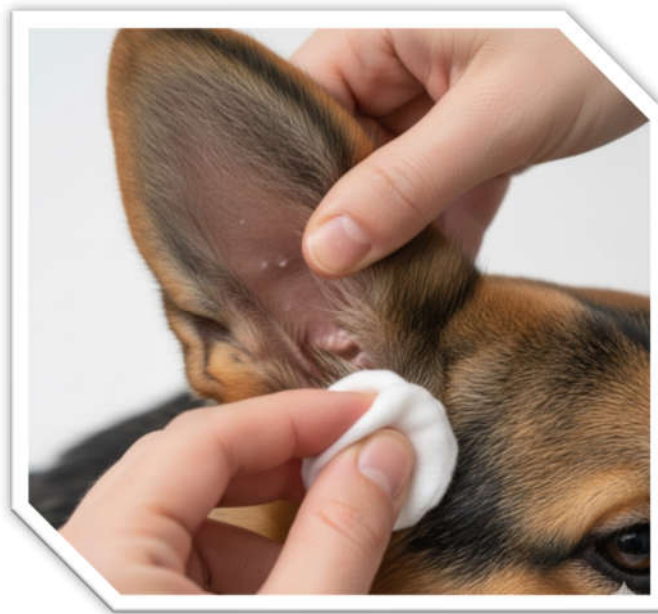
گوش‌های ایستاده و بزرگ ژرمن شپرد اجازه‌ی جریان هوای عالی را می‌دهند، اما آن‌ها همچنین «شاخص» اصلی آلرژی‌های محیطی (Atopy) هستند.

- **چکاپ هفتگی:** داخل گوش را نگاه کنید. باید صورتی کم‌رنگ، تمیز و بدون بو باشد.
- **روش تمیز کردن (فقط در صورت نیاز):**
 ۱. از محلول شستشوی گوش مخصوص سگ (تایید دامپزشک) استفاده کنید.
 ۲. محلول را داخل کانال گوش بریزید (تا پر شود).
 ۳. پایه‌ی گوش (قسمت غضروفی پایین) را برای ۲۰ ثانیه ماساژ دهید (باید صدای «چلپ چلپ» بدهد).
 ۴. کنار بایستید و اجازه دهید سگ سرش را به‌شدت تکان دهد.
 ۵. با یک پد پنبه‌ای یا گاز تمیز، فقط قسمت‌های قابل مشاهده و چین‌وچروک‌های گوش خارجی را پاک کنید. هرگز از گوش‌پاک‌کن (Q-tip) در عمق کانال استفاده نکنید.

علائم هشداردهنده در گریمینگ

هنگام برس کشی، حمام یا کوتاه کردن ناخن، به دنبال این موارد باشید:

- **پوست:** هرگونه قرمزی، بثورات، پوسته پوسته شدن، نقاط سیاه (مدفوع کک)، کنه های چسبیده، توده های جدید یا برآمدگی های غیرعادی، یا شروع «هات اسپات» (ناحیه ی مرطوب و ملتهب).
- **گوش:** هرگونه بوی بد (بوی مخمر، بوی ترشیدگی)، قرمزی شدید، ترشحات قهوه ای یا زرد، یا تکان دادن مداوم سر.
- **چشم:** ترشحات غلیظ زرد یا سبز، ابری شدن قرنیه.
- **پاها:** ترک خوردگی پنجه ها، قرمزی و التهاب بین انگشتان (نشانه ی آلرژی)، یا ناخن شکسته ای که دردناک است.
- **ناحیه مقعد:** کشیدن باسن روی زمین (Scooting) ، که می تواند نشانه ی نیاز به تخلیه ی غدد مقعدی باشد -اگرچه در ژرمن شپرد ها کمتر شایع است-.



فصل ۱۰: ایمنی، رفتار و شرایط اضطراری

هوش بالای ژرمن شپرد، وفاداری عمیق و غرایز محافظتی ذاتی، او را به یکی از تواناترین سگ های همراه تبدیل کرده است. اما همین ویژگی ها، در صورت عدم مدیریت صحیح، می توانند به چالش های ایمنی و رفتاری تبدیل شوند. یک ژرمن شپرد، نژادی نیست که بتوانید غرایز او را نادیده بگیرید. او یک «نگهبان» است، به «گله ی» خود (شما) به شدت وابسته است و نسبت به محیط اطرافش هوشیار است.

این فصل به شما نمی آموزد که چگونه این غرایز را «سرکوب» کنید؛ بلکه به شما می آموزد چگونه آن ها را «مدیریت» کرده و کانالیزه کنید تا سگ شما در دنیای مدرن شهری، یک شهروند نمونه، ایمن و بااعتمادبه نفس باشد. ما همچنین برای لحظات بحرانی که هر ثانیه در آن حیاتی است، آماده خواهیم شد.

پارس های خبری را چگونه کم کنیم تا همسایه ها اذیت نشوند؟

اولین و مهم ترین درک: ژرمن شپرد شما وقتی به صدای زنگ در، صدای آسانسور یا رد شدن غریبه ای از جلوی پنجره پارس می کند، «سگ بدی» نیست. او دقیقاً همان کاری را انجام می دهد که هزاران سال برای آن پرورش یافته است: «خبر دادن به گله». او به شما می گوید: «رئیس، یک چیزی آنجاست! چک کن»!

هدف ما «سکوت کامل» نیست (این غیرطبیعی است)، بلکه «مدیریت» است. ما می خواهیم پارس خبری را به یک «تک پارس» تبدیل کنیم و به سگ بیاموزیم که پس از اعلام خطر، وظیفه اش تمام شده و مدیریت اوضاع با شماست.

تکنیک: «ممنونم، مدیریت می کنم»

۱. **لحظه ی پارس:** به محض اینکه سگ شروع به پارس کردن به سمت در یا پنجره کرد، فریاد نزنید

«ساکت شو!». از نظر سگ، شما هم دارید پارس می کنید و با او همراه شده اید.

۲. **تایید و بررسی:** با آرامش اما قاطعیت به سمت سگ بروید. کنار او بایستید و به همان سمتی که او

نگاه می کند، نگاه کنید (مثلاً از پنجره بیرون را نگاه کنید یا به در نزدیک شوید).

۳. **فرمان کلامی:** در حالی که او را به آرامی لمس می کنید، با لحنی آرام اما مطمئن بگویید: «ممنونم!

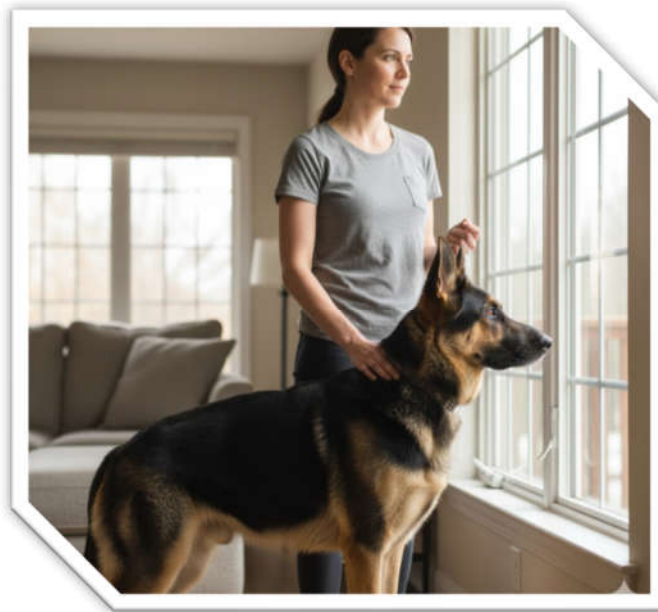
دیدم. کافیه.» (یا هر فرمان دیگری مانند «بس کن»). شما به او پیام می دهید که «خطر را دیدم و از این به بعد با من است».

۴. **تغییر مسیر (Redirect):** بلافاصله پس از آن، فرمانی را بخواهید که با پارس کردن مغایرت دارد.

بهترین فرمان، «برو سر جات» (فرمان/Place جا که در فصل ۶ آموختیم (یا «بشین» است).

۵. **پاداش سکوت:** لحظه ای که سگ پارس را متوقف کرد و به سمت جای خود رفت یا نشست، به او پاداش دهید. شما به «پارس کردن» پاداش نمی دهید؛ شما به «تصمیم او برای سکوت کردن و اطاعت از فرمان شما» پاداش می دهید.

۶. **مدیریت محیط:** اگر سگ شما تمام روز کنار پنجره می نشیند و به عابران پارس می کند، با بستن پرده ها یا استفاده از برچسب های مات کننده ی شیشه، این محرک بصری را حذف کنید. روشن گذاشتن رادیو یا دستگاه نویز سفید (White Noise) می تواند صداهای راهرو را بپوشاند.



اضطراب جدایی را با چه برنامه ای آرام و پایدار درمان کنیم؟

ژرمن شیردها به «سگ های چسبناک (Velcro Dogs)» معروف اند. آن ها برای بودن با انسان ها ساخته شده اند و تنهایی طولانی مدت می تواند منجر به اضطراب جدایی (Separation Anxiety - SA) واقعی شود. این مشکل صرفاً «بی حوصلگی» نیست؛ بلکه یک حمله ی پانیک (Panic Attack) واقعی است که سگ در غیاب شما تجربه می کند.

علائم اضطراب جدایی واقعی شامل: تخریب شدید (مخصوصاً درهای خروجی، پنجره ها و باکس)، زوزه کشیدن و پارس کردن مداوم (که باعث آزار همسایه ها می شود)، دفع ادرار و مدفوع در خانه (فقط در زمان تنهایی) و گاهی خودآزاری است.

درمان SA یک فرآیند «آرام و پایدار» است و یک شبه اتفاق نمی افتد.

برنامه گام به گام حساسیت زدایی:

۱. تغییر الگوهای خروج: (Desensitization to Cues) سگ شما باهوش است. او می داند

که برداشتن کلید، پوشیدن کفش و برداشتن کیف یعنی «شما دارید می روید». این نشانه ها باعث شروع اضطراب (حتی قبل از خروج شما) می شوند.

- **تمرین:** این نشانه ها را «بی معنی» کنید. کلیدهای خود را بردارید، اما بنشینید و تلویزیون تماشا کنید. کفش هایتان را بپوشید و در آشپزخانه قدم بزنید. این کار را روزی ده بار تکرار کنید تا این نشانه ها دیگر ماشه ی اضطراب نباشند.

۲. خروج و ورود «خسته کننده»: «خدا حافظی های دراماتیک و احساسی («عزیزم، زود برمی گردم، دلم برات تنگ میشه...») اضطراب سگ را تغذیه می کند.

- **تمرین:** ۵ دقیقه قبل از خروج، به سگ بی توجهی کنید. در زمان خروج، فقط یک اسباب بازی جویدنی عالی (مثل کنگ یخ زده که در فصل ۷ گفتیم) به او بدهید و بدون کلمه ای حرف، خارج شوید.

- **بازگشت:** هنگام بازگشت (حتی پس از ۸ ساعت)، اگر سگ در حال پریدن و هیجان است، او را نادیده بگیرید. صبر کنید تا آرام شود، سپس با آرامی به او سلام کنید.

۳. افزایش تدریجی زمان تنهایی (اصل درمان):

- این بخش نیازمند صبر است. شما باید از «آستانه ی» سگ خود شروع کنید (زمانی که قبل از شروع اضطراب می تواند تحمل کند). برای برخی سگ ها این زمان ۱۰ دقیقه و برای برخی فقط ۱۰ ثانیه است.

- **تمرین:** خارج شوید. ۱ ثانیه بیرون بمانید. برگردید (آرام). تکرار کنید.
- سپس ۵ ثانیه، سپس ۳۰ ثانیه، سپس ۱ دقیقه، سپس ۵ دقیقه.
- **قانون طلایی:** هرگز بیشتر از آنچه سگ می تواند تحمل کند، بیرون نمانید. اگر سگ شروع به زوزه کشیدن کرد، یعنی شما «زیادی» رفته اید. دفعه ی بعد زمان را کوتاه تر کنید.

۴. **مدیریت در زمان درمان:** تا زمانی که سگ درمان نشده، نباید او را تنها رها کنید (این کار تمام پیشرفت شما را از بین می برد). از مهد سگ، پرستار سگ (Pet Sitter) یا دورکاری استفاده کنید. استفاده از دوربین های مدار بسته (Pet Cam) برای نظارت بر آستانه ی اضطراب سگ بسیار مفید است.

اجتماعی سازی ایمن با آدم ها و حیوانات دیگر را چگونه جلو ببریم؟

اجتماعی سازی یک ژرمن شپرد، با اجتماعی سازی یک گلدن رتریور متفاوت است.

- **هدف گلدن رتریور:** -من عاشق همه ی آدم ها و سگ ها هستم!-
- **هدف ژرمن شپرد:** -من نسبت به غریبه ها خنثی (Neutral) و با اعتماد به نفس هستم. من نیازی به تعامل با آن ها ندارم، اما از آن ها نمی ترسم و به آن ها واکنش تهاجمی نشان نمی دهم».

یک ژرمن شپرد که به درستی اجتماعی نشده باشد، به دلیل غریزه ی حفاظتی اش، می تواند ترسو (Fearful) یا واکنش گر (Reactive) شود، که در یک سگ قوی بسیار خطرناک است.

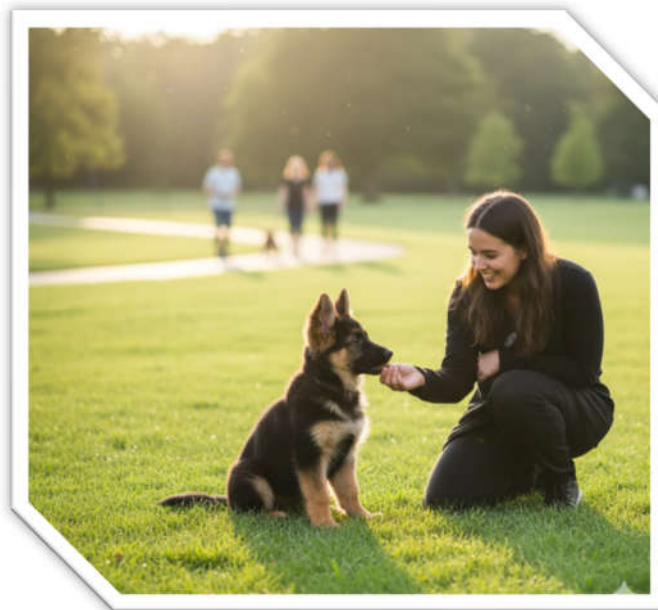
اجتماعی سازی «کیفیت» است، نه -کمیت - بردن سگ به -پارک سگ (Dog Park) - و رها کردن او در میان ۱۰ سگ غریبه، اجتماعی سازی نیست؛ این -غرق کردن (Flooding) - است و می تواند فاجعه بار باشد.

۱. اجتماعی سازی با انسان ها:

- **هدف: غریبه ها = چیزهای خوب.**
- **روش:** در یک پارک روی نیمکت بنشینید (با فاصله از مسیر اصلی). هر بار که یک غریبه (کودک، مرد کلاه دار، فردی با عصا) از «فاصله ی امن» (جایی که سگ شما آن ها را می بیند اما پارس نمی کند) رد می شود، به سگتان تشویقی بدهید. سگ یاد می گیرد: «دیدن غریبه ها مساوی است با دریافت تشویقی از صاحبم».
- **قانون طلایی ژرمن شپرد:** به غریبه ها اجازه ندهید ناگهان بالای سر توله ی شما خم شوند و او را بغل کنند. از آن ها بخواهید به سگ شما فضا بدهند و اجازه دهید «سگ» تصمیم بگیرد که آیا می خواهد جلو برود یا خیر.

۲. اجتماعی سازی با سگ‌های دیگر:

- **ممنوعیت سلام کردن روی قلاده: (On-Leash Greetings)** برخورد رودرروی دو سگ با قلاده، بسیار تنش‌زا، غیرطبیعی و عامل اصلی واکنش‌گری است.
- **روش صحیح: پیاده‌روی موازی. (Parallel Walking)**
 - با یک دوست که سگ آرام و بالایی دارد، هماهنگ کنید.
 - در یک جهت، اما با فاصله‌ی ۵ تا ۱۰ متر از یکدیگر، شروع به قدم زدن کنید. سگ‌ها یکدیگر را می‌بینند، اما مجبور به تعامل نیستند. آن‌ها یاد می‌گیرند که در حضور سگ‌های دیگر، آرام راه بروند.
 - به تدریج در طول چندین جلسه، این فاصله را کم کنید.



جدول چک لیست اجتماعی سازی توله ژرمن شپرد- قبل از ۱۶ هفتگی-

دسته	موارد برای مواجهه مثبت (از فاصله امن)
انسان ها	افراد با کلاه / عینک آفتابی / ریش / ماسک
	افراد با عصا / چتر / ویلچر
	کودکان در حال دویدن و جیغ زدن (از فاصله)
	افراد با یونیفرم (پستچی، پلیس)
صداها	صدای ترافیک شهری، کامیون زباله
	رعد و برق و باران (ضبط شده با صدای کم)
	صدای جاروبرقی، مخلوط کن
مکان ها	لابی دامپزشکی (فقط برای سلام کردن و گرفتن تشویقی)
	کنار یک زمین بازی شلوغ (از فاصله)
	پیاده روی کوتاه در یک منطقه ی تجاری آرام
سطوح	راه رفتن روی چمن، آسفالت، شن، پل فلزی مشبک

جعبه کمک های اولیه خانگی، شماره های ضروری و نقشه اقدام فوری چه باشد؟

آمادگی، تفاوت بین یک حادثه و یک فاجعه است.

۱. شماره های ضروری (روی یخچال بچسبانید)

- دامپزشک شما: نام و شماره تماس -
- بیمارستان اورژانس ۲۴ ساعته: نام، آدرس کامل، شماره تماس - قبل از وقوع حادثه، مسیر را یک بار رانندگی کنید.
- مرکز کنترل سموم حیوانات: - (Pet Poison Helpline) شماره را ذخیره کنید.

۲. نقشه اقدام فوری- مخصوص نفخ-GDV/

همانطور که در فصل ۱ و ۳ تاکید شد، GDV (نفخ) تهدید شماره یک ژرمن شپرد است.

۱. شناسایی علائم: عرق زدن خشک (بدون خروجی)، بی قراری شدید، شکم سفت و متورم، آبریزش دهان.

۲. **اقدام فوری: منتظر نمانید.** این یک اورژانس ۱ ساعته است.
۳. **تماس:** فوراً با بیمارستان اورژانس ۲۴ ساعته تماس بگیرید و بگویید: «من یک ژرمن شپرد با علائم GDV در راه دارم.» (این کار به آن‌ها اجازه می‌دهد تیم جراحی را آماده کنند).
۴. **داروی موقت:** (اختیاری و فقط با مشورت قبلی دامپزشک) دادن داروی ضد گاز (مانند سایمتیکون / Gas-X) ممکن است کمی زمان بخرد، اما جایگزین مراجعه به بیمارستان **نیست**.
۵. **حرکت:** فوراً به سمت بیمارستان حرکت کنید.



۳. جعبه کمک های اولیه تخصصی ژرمن شپرد

جعبه ی کمک های اولیه

دسته	آیتم	کاربرد مخصوص ژرمن شپرد
اورژانس GDV	سایمتیکون (Gas-X)	(فقط با تایید دامپزشک) برای خرید زمان در مسیر اورژانس.
زخم و خونریزی	گاز استریل (بسته های زیاد)	برای فشار مستقیم روی زخم.
	باند کشی (Vet Wrap)	برای ثابت نگه داشتن گاز (به پوست نمی چسبد).
	پودر بندآور خون (Styptic Powder)	حیاتی برای بریدن کوئیک ناخن سیاه ژرمن شپرد (فصل ۹).
	قیچی با نوک کند	برای بریدن باند یا موهای اطراف زخم.
پوست و آلرژی	محلول ضد عفونی کننده (کلرهگزیدین)	برای تمیز کردن خراش ها یا شروع هات اسپات.
	دیفن هیدرامین (Benadryl)	(دوز دقیق را از دامپزشک بپرسید) برای واکنش های آلرژیک حاد (نیش زنبور).
	دستمال مرطوب هیپوآلرژنیک	برای پاک کردن پنجه ها پس از پیاده روی (حذف آلرژن ها).
ابزارها	ترمومتر دیجیتال (رکتال)	دمای طبیعی سگ (۳۸ تا ۳۹.۲ درجه سانتی گراد).
	موچین یا انبرک کنه کش	برای بیرون کشیدن ایمن کنه ها.
	سرنگ بدون سوزن	برای خوراندن داروهای مایع یا شستشوی زخم با آب نمک.
	محلول سالین (سرم نمکی)	برای شستشوی چشم ها در صورت ورود خاک.
آسیب مفصلی	کمپرس سرد/گرم فوری	برای پیچ خوردگی یا کشیدگی عضلانی (آسیب احتمالی دیسپلازی).
	پوزبند نرم (Basket Muzzle)	حیاتی. سگی که درد شدید دارد (حتی مهربان ترین ژرمن شپرد) ممکن است گاز بگیرد.

فصل ۱۱: ۵۰ پرسش رایج و بسیار مهم در مورد نگهداری از سگ ژرمن شپرد

دسته ۱: خصوصیات نژادی و بیولوژی

۱. ژرمن شپرد «کاری (Working Line)» - با -نمایشی (Show Line) «چه فرقی دارد؟
این دو، اساساً دو شاخه‌ی متفاوت از یک نژاد هستند.

- **خط کاری (Working Lines):** برای «کار» (پلیس، ارتش، شوتز هوند) پرورش داده می‌شوند. تمرکز بر هوش، شجاعت، «درایو» (انگیزه) و استقامت است. ظاهر آن‌ها معمولاً ساده‌تر، بدنشان صاف‌تر (کمر شیب‌دار ندارند) و انرژی‌شان بسیار بالاست.
- **خط نمایشی (Show Lines):** برای «زیبایی» و مطابقت با استانداردهای نمایش پرورش داده می‌شوند. تمرکز بر ظاهر، رنگدانه‌ها و آناتومی (مانند کمر شیب‌دار معروف) است. معمولاً انرژی ذهنی آن‌ها کمی کمتر از خط کاری است، اما همچنان یک ژرمن شپرد هستند و به کار ذهنی نیاز دارند.

۲. آیا کمر شیب‌دار (Roached Back) در خط نمایشی یک نقص است؟ این یکی از بحث‌برانگیزترین موضوعات در مورد ژرمن شپرد است. یک «شیب (Angulation)» «ملایم که از کتف به سمت دم می‌رود، بخشی از استاندارد نژاد است. اما «شیب افراطی» یا «کمر قوزدار (Roached/Banana Back)» که در آن پاهای عقب بسیار ضعیف به نظر می‌رسند، یک اغراق غیراستاندارد است که توسط برخی پرورش‌دهندگان خط نمایشی ایجاد شده و می‌تواند منجر به مشکلات ستون فقرات و ضعف پاهای عقب شود.

۳. ژرمن شپرد تا چه سنی «توله» حساب می‌شود و چه زمانی به بلوغ کامل ذهنی می‌رسد؟
ژرمن شپردها دیر بالغ می‌شوند. آن‌ها از نظر فیزیکی تا حدود ۱.۵ تا ۲ سالگی رشد می‌کنند (بلوغ اسکلتی)، اما از نظر ذهنی، اغلب تا ۳ سالگی یک «نوجوان پرنرژی» باقی می‌مانند. انتظار نداشته باشید سگ یک ساله‌ی شما رفتاری شبیه به یک سگ بالغ و آرام داشته باشد.

۴. آیا ژرمن شپردها ذاتاً «تهاجمی» هستند؟ خیر. آن‌ها ذاتاً «محافظ (Protective)»، «هوشیار (Alert)» و «محتاط در برابر غریبه‌ها (Reserved)» هستند. یک ژرمن شپرد با خلق و خوی صحیح (و اجتماعی‌سازی درست)، هرگز نباید تهاجمی یا ترسو باشد. او باید با اعتماد به نفس و خشی باشد. پرخاشگری تقریباً همیشه ناشی از اجتماعی‌سازی ضعیف، ترس، یا آموزش نادرست است.

۵. **درايو (Drive) «در ژرمن شپرد چیست؟»** درايو همان «انگيزه»ی ذاتی برای انجام یک کار است. ژرمن شپرد ها «درايو» بالایی دارند.

• **درايو شکار (Prey Drive)** تمایل به تعقیب هر چیزی که سریع حرکت می کند (توپ، گربه، دوچرخه سوار).

• **درايو دفاعی (Defense Drive)** تمایل به محافظت از خود یا صاحبش در برابر یک تهدید درک شده.

• **درايو غذا (Food Drive)** انگيزه برای کار کردن در ازای غذا (عالی برای آموزش). مدیریت این درايوها (مخصوصاً درايو شکار) کلید یک ژرمن شپرد خوش رفتار است.

۶. **آيا ژرمن شپرد می تواند با گربه ها یا سگ های کوچک زندگی کند؟** بله، اما با مدیریت دقیق. اگر ژرمن شپرد «از تولگی» با گربه یا سگ کوچک بزرگ شود، معمولاً آنها را به عنوان عضوی از «گله» می پذیرد. معرفی یک ژرمن شپرد بالغ به گربه ی جدید بسیار چالش برانگیز است، زیرا «درايو شکار» قوی آنها می تواند گربه را یک «طعمه» ببیند، نه یک دوست.

۷. **آيا ژرمن شپرد برای کسی که «اولین بار» سگ می گیرد، مناسب است؟** معمولاً خیر. ژرمن شپرد ها «سگ های زیادی (a lot of dog)» هستند. هوش بالای آنها به این معنی است که اگر شما آنها را آموزش ندهید، «آنها شما را آموزش می دهند». آنها به زمان، تعهد به آموزش مداوم، مدیریت انرژی و درک غرایزشان نیاز دارند. یک مالک تازه کار ممکن است به سرعت مغلوب هوش و انرژی آنها شود.

۸. **عمر متوسط ژرمن شپرد چقدر است و چرا نسبتاً کوتاه است؟** متأسفانه عمر متوسط آنها ۹ تا ۱۳ سال است. به عنوان یک نژاد بزرگ، آنها سریع تر پیر می شوند و همانطور که در فصل ۸ دیدیم، مستعد بیماری های ژنتیکی جدی (دیسپلازی، DM، نفخ) هستند که می تواند عمر آنها را کوتاه کند.

۹. **چرا ژرمن شپرد من اینقدر «دهانی (Mouthy)» است و همه چیز را با دهانش می گیرد؟** ژرمن شپرد ها نژادی «دهانی» هستند. آنها دنیا را با دهانشان کشف می کنند. این بخشی از «درايو بازی» و تمایل آنها برای -گرفتن- (Grip) است. این رفتار باید از تولگی با آموزش -مهار گاز گرفتن- (Bite Inhibition) و هدایت آن به سمت اسباب بازی های جویدنی مناسب، مدیریت شود.

۱۰. **چرا گوش های توله ی من هنوز نیفتاده؟ کی می ایستند؟ و اگر نیفتادند چه؟** گوش های توله ژرمن شپرد معمولاً بین ۸ هفته ی تا ۶ ماهگی (همزمان با درآوردن دندان های دائمی) شروع به ایستادن می کنند.

در این مدت، ممکن است گوش‌ها یکی در میان بایستند، بیفتند یا شبیه «چادر» شوند. این طبیعی است. اگر تا ۷-۸ ماهگی گوش‌ها نایستادند، احتمالاً دیگر نخواهند ایستاد. برخی پرورش‌دهندگان از «چسب زدن» (Taping) برای کمک به ایستادن غضروف استفاده می‌کنند.

دسته ۲: زندگی روزمره و آپارتمان‌نشینی

۱۱. آیا واقعاً می‌توان یک ژرمن شپرد را در آپارتمان نگه داشت؟ بله، اما با یک شرط بزرگ: «کیفیت زندگی» یک ژرمن شپرد به «اندازه‌ی حیاط» او بستگی ندارد، بلکه به «میزان تعامل و کار ذهنی» که از شما دریافت می‌کند، بستگی دارد. یک ژرمن شپرد در آپارتمان که روزی ۲ ساعت فعالیت فیزیکی و ذهنی شدید دارد، خوشحال‌تر از ژرمن شپرد است که تمام روز در یک حیاط بزرگ تنها رها شده است.

۱۲. آیا ژرمن شپرد ماده نگهبان بهتری است یا نر؟ هر دو نگهبانان عالی هستند. تفاوت‌ها ظریف‌اند:

- **نرها:** معمولاً بزرگتر، قوی‌تر و کمی «نمایشی‌تر» در نگهبانی هستند. ممکن است بیشتر به چالش کشیدن رهبری شما (مخصوصاً در نوجوانی) تمایل داشته باشند.
- **ماده‌ها:** کمی کوچکتر، چابک‌تر و اغلب «جدی‌تر» در محافظت هستند. آن‌ها ممکن است بیشتر محافظ «خانواده» باشند تا «قلمرو». آموزش آن‌ها اغلب کمی آسان‌تر تلقی می‌شود.

۱۳. چرا ژرمن شپرد من مدام مرا از اتاقی به اتاق دیگر «دنبال» می‌کند؟ این همان رفتار «سگ چسبناک» (Velcro Dog) است که در فصل ۱۰ به آن اشاره شد. ژرمن شپرد‌ها پیوند عمیقی با صاحب خود برقرار می‌کنند و غریزه‌ی «گله‌داری» آن‌ها باعث می‌شود بخواهند گله‌ی خود (شما) را همیشه در دید داشته باشند. این نشانه‌ی وفاداری است، اما اگر مدیریت نشود، می‌تواند به اضطراب جدایی تبدیل شود.

۱۴. چرا ژرمن شپرد من به من «خیره» می‌شود؟ این نشانه‌ی هوش بالای اوست. او در حال «خواندن» شماست. ژرمن شپرد‌ها استاد درک زبان بدن انسان هستند. او منتظر کوچکترین اشاره (Cue) از شماست تا بفهمد کار بعدی چیست. این خیره شدن، نشانه‌ی یک سگ درگیر و آماده‌ی «کار» است.

۱۵. چرا ژرمن شپرد من با سر کج (Head Tilt) به صداها گوش می‌دهد؟ این یکی از جذاب‌ترین رفتارهای ژرمن شپرد است. آن‌ها این کار را برای «مکان‌یابی» بهتر صدا انجام می‌دهند. با کج کردن

سر، موقعیت گوش های بزرگ خود را تغییر می دهند تا صدا را از زوایای مختلف دریافت کنند و دقیقاً بفهمند صدا از کجا می آید.

۱۶. چرا بینی ژرمن شپرد من گاهی صورتی یا روشن می شود؟ (Snow Nose) این پدیده «بینی زمستانی» یا «Snow Nose» نامیده می شود و در ژرمن شپرد ها رایج است. در ماه های زمستان، بینی سیاه سگ ممکن است به قهوه ای روشن یا صورتی تغییر رنگ دهد. این معمولاً موقتی است و با بازگشت نور خورشید در بهار، رنگدانه برمی گردد. این یک بیماری نیست.

۱۷. چطور از شر «اثر بینی» روی شیشه ها و پنجره ها خلاص شوم؟ (سوال رایج اما بامزه!) شما نمی توانید! این «هنر بینی (Nose Art)» بخشی از زندگی با یک ژرمن شپرد هوشیار است که مدام در حال نظارت بر محیط بیرون است. تمیز کردن مکرر تنها راه حل است.

۱۸. آیا ژرمن شپرد ها از آب و شنا خوششان می آید؟ متفاوت است. برخلاف رتریورها، آن ها ذاتاً سگ های آب نیستند. برخی عاشق شنا هستند (که ورزشی عالی برای مفاصلشان است) و برخی دیگر فقط تا میچ پا وارد آب می شوند. آن ها را مجبور نکنید، اما از تولگی آن ها را به طور مثبت با آب آشنا کنید.

۱۹. بهترین اسباب بازی ها برای ژرمن شپرد که همه چیز را نابود می کند چیست؟ ژرمن شپرد ها «جویده کنندگان قدرتمند (Power Chewers)» هستند. به دنبال اسباب بازی هایی باشید که برای این کار ساخته شده اند:

- **برندهای (Kong مدل - Extreme مشکی):** بسیار بادوام و عالی برای پر کردن (فصل ۷).
- **برندهای GoughNuts:** اغلب دارای ضمانت تعویض هستند.
- **شاخ گوزن (Antlers):** بسیار سفت و بادوام (اما مراقب دندان ها باشید).
- **اجتناب کنید:** اسباب بازی های پلاستیکی نرم، عروسک های پارچه ای (مگر تحت نظارت) و توپ تنیس (که ساینده ی دندان است).

۲۰. آیا ژرمن شپرد ها به یک نفر (One-Person Dog) وفادار می مانند؟ آن ها تمایل دارند که یک «فرد اصلی» را در خانواده انتخاب کنند (کسی که آن ها را آموزش می دهد و تغذیه می کند)، اما یک ژرمن شپرد با اجتماعی سازی خوب، با تمام اعضای خانواده مهربان و محافظ است.

دسته ۳: آموزش پیشرفته و رفتارشناسی

۲۱. شوتز هوند (Schutzhund / IPO / IGP) «چیست و آیا برای ژرمن شپرد من لازم است؟» IGP (که قبلاً شوتز هوند نامیده می شد) یک ورزش سگ سه بخشی است: اطاعت (Obedience)، ردیابی (Tracking) و محافظت (Protection). این ورزش برای آزمایش خلق و خو و توانایی کاری ژرمن شپرد ها طراحی شده است.

• آیا لازم است؟ خیر. اما این «بهترین» کانال برای تخلیه انرژی ذهنی و فیزیکی یک ژرمن شپرد خط کاری است. کار محافظت در «IGP آموزش حمله» نیست؛ بلکه «کنترل» شدید روی گرایز سگ است.

۲۲. ژرمن شپرد من خیلی باهوش است و حوصله اش سر رفته، چه «کار ذهنی» پیشرفته ای به او بدهم؟ «کار با بینی (Nose Work)» را امتحان کنید. بینی ژرمن شپرد میلیون ها بار از شما قوی تر است. آموزش ردیابی یا پیدا کردن بوهای خاص - مانند بوی دارچین یا میخک که در ورزش K9 Nose Work استفاده می شود - مغز آنها را به شدت خسته و راضی می کند.

۲۳. تفاوت «محافظت (Protectiveness)» و «تهاجم (Aggression)» در ژرمن شپرد چیست؟

• **محافظت:** یک سگ با اعتماد به نفس است که تهدید واقعی را ارزیابی می کند. او ممکن است پارس کند، بین شما و تهدید بایستد، اما به دنبال دعوا نیست. او «کنترل» دارد.

• **تهاجم (اغلب ناشی از ترس):** یک سگ بی اعتماد به نفس است که به هر محرکی (حتی غیر تهدید آمیز) با شدت واکنش نشان می دهد (پارس کردن، حمله کردن، غرش کردن). او «کنترل» ندارد.

۲۴. چرا ژرمن شپرد من موقع بازی خیلی خشن غرش می کند؟ آیا این نشانه پرخاشگری است؟ در ژرمن شپرد ها، این رفتار معمولاً «بازی پر سر و صدا (Vocalization)» است. آنها دوست دارند هنگام بازی (مخصوصاً طناب کشی) غرش کنند. زبان بدن آنها را بخوانید: اگر بدن شل است، دم تکان می خورد و حرکات بازیگوشانه (Play Bow) انجام می دهد، این فقط بازی است.

۲۵. واکنش گری روی قلاده (Leash Reactivity) چیست و چرا در ژرمن شیردها شایع است؟ این وضعیتی است که سگ در حالی که روی قلاده است، به سگ های دیگر یا مردم پارس می کند و حمله می کند، اما وقتی قلاده اش باز است (در محیط کنترل شده) ممکن است رفتار خوبی داشته باشد. این اغلب در ژرمن شیردها دیده می شود، زیرا قلاده احساس «محدودیت» و «ناتوانی در فرار» (غریزه جنگ یا گریز) را به آن ها می دهد و غریزه ی محافظتی آن ها را تشدید می کند.

۲۶. آیا باید به ژرمن شیرد خود اجازه ی «نگهبانی» از خانه را بدهم؟ او این کار را چه شما بخواهید چه نخواهید انجام خواهد داد. وظیفه ی شما (همانطور که در فصل ۱۰ گفته شد) این است که به او بیاموزید «قوانین» نگهبانی چیست (مثلاً: پارس خبری مجاز است، اما پارس مداوم یا تهاجم به مهمانان ممنوع است).

۲۷. چطور به ژرمن شیرد یاد بدهم به مهمان ها نپرد؟ به دلیل جثه ی بزرگشان، این یک مشکل ایمنی است. از فرمان «جا» (Place) استفاده کنید. وقتی مهمان می آید، سگ را به «جای» خود بفرستید. یا، سگ را روی قلاده نگه دارید و هر بار که می خواهد بپرد، او را به «بشین» هدایت کنید. فقط زمانی که «هر چهار پا روی زمین است» به او پاداش و توجه بدهید.

۲۸. آیا استفاده از «کلیکر» برای آموزش ژرمن شیرد مناسب است؟ بله، کلیکر (Clicker Training) یک ابزار عالی برای ژرمن شیرد است. از آنجایی که آن ها بسیار باهوش و سریع هستند، کلیکر به شما اجازه می دهد دقیقاً لحظه ای را که سگ رفتار درست را انجام می دهد، «علامت گذاری» (Mark) کنید. این کار سرعت یادگیری را به شدت بالا می برد.

۲۹. ژرمن شیرد من از غریبه ها می ترسد (Fear Aggression)، چه کنم؟ این یک وضعیت جدی است. فوراً از یک مربی یا رفتارشناس حرفه ای (که در کار با ژرمن شیردها تجربه دارد) کمک بگیرید. درمان شامل «حساسیت زدایی» (Desensitization) و «شرطی سازی متقابل» (Counter-Conditioning) است؛ یعنی یاد دادن به سگ (از فاصله ی بسیار امن) که دیدن غریبه ها منجر به اتفاقات خوب (مانند دریافت تشویقی بالارزش) می شود.

۳۰. آیا ژرمن شیردها می توانند سگ «سرویس» (Service Dog) یا «تراپی» (Therapy Dog) باشند؟ بله. هوش، آموزش پذیری و پیوند عمیق آن ها، آن ها را به سگ های سرویس عالی (برای معلولیت های حرکتی، PTSD، یا تشخیص پزشکی) تبدیل می کند. اولین سگ راهنمای نابینایان یک ژرمن شیرد بود. برای سگ تراپی (Therapy Dog) بودن، آن ها باید خلق و خوی بسیار آرام و دوستانه ای داشته باشند.

دسته ۴: سلامت و تغذیه پیشرفته

۳۱. آیا ژرمن شپرد ها واقعاً مستعد «حساسیت» هستند؟ بله. آلرژی های پوستی (Atopy) (به گرده گیاهان، گرد و غبار) و حساسیت های غذایی (اغلب به پروتئین های رایج مانند مرغ یا گندم) در این نژاد بسیار شایع است. علائم شامل خارش، لیسیدن پنجه ها و عفونت مکرر گوش است (فصل ۸ و ۹).

۳۲. نارسایی اگزوکراین پانکراس (EPI) چیست؟ یک بیماری ژنتیکی جدی و شایع در ژرمن شپرد. لوزالمعده آنزیم های گوارشی تولید نمی کند. سگ هر چقدر هم غذا بخورد، گرسنه است، به شدت وزن کم می کند و مدفوع بسیار حجیم، چرب و بدبو (خاکستری یا زرد) دارد. درمان، افزودن پودر آنزیم به هر وعده غذا برای تمام عمر است.

۳۳. آیا «رژیم غذایی خام (BARF/Raw)» برای ژرمن شپرد با معده ی حساس مناسب است؟ این موضوع بسیار بحث برانگیز است. برخی صاحبان ژرمن شپرد گزارش می دهند که رژیم خام مشکلات آلرژی و گوارشی سگشان را حل کرده است. در مقابل، دامپزشکان نگران خطرات باکتریایی (سالمونلا) و (مهم تر از همه) عدم تعادل تغذیه ای هستند که می تواند مشکلات اسکلتی را تشدید کند. اگر این راه را انتخاب می کنید، فقط با نظارت یک متخصص تغذیه ی دامپزشکی این کار را انجام دهید.

۳۴. پانوس (Pannus) چیست و آیا قابل پیشگیری است؟ (اشاره شده در فصل ۹). این یک بیماری خودایمنی چشمی و شایع در ژرمن شپرد است که در آن سیستم ایمنی به قرنیه ی چشم حمله می کند و باعث ایجاد یک لایه ی ابری و در نهایت کوری می شود. تصور می شود که توسط اشعه ی UV خورشید تشدید می شود. قابل پیشگیری کامل نیست، اما استفاده از عینک سگ (Doggles) در آفتاب شدید و ارتفاعات بالا می تواند کمک کننده باشد.

۳۵. چرا ژرمن شپرد من زیاد گاز معده (Flatulence) دارد و چطور آن را کم کنم؟ این اغلب نشانه ی حساسیت غذایی یا هضم ضعیف است.

- مطمئن شوید که از غذای باکیفیت و با پروتئین قابل هضم استفاده می کنید.
- از ظرف آرام خور (Slow Feeder) استفاده کنید تا سگ هوا نبلعد (فصل ۲).
- افزودن پروبیوتیک ها می تواند به تعادل باکتری های روده کمک کند.

۳۶. آیا عقیم کردن ژرمن شپرد بر سلامتی مفاصل یا رفتار او تأثیر می گذارد؟ بله. تحقیقات جدید نشان می دهد که عقیم سازی زودهنگام (قبل از بلوغ کامل اسکلتی، یعنی قبل از ۱.۵ تا ۲ سالگی) در نژادهای بزرگ مانند ژرمن شپرد، می تواند ریسک پارگی رباط صلیبی (CCL) و برخی انواع دیسپلازی را افزایش دهد، زیرا هورمون های جنسی برای بستن صفحات رشد ضروری هستند. اکثر متخصصان اکنون توصیه می کنند که برای ژرمن شپرد تا حداقل ۱۸ ماهگی صبر کنید.

۳۷. بهترین مکمل ها برای یک ژرمن شپرد سالمند (Senior) چیست؟ علاوه بر گلوکوزامین و امگا-۳ (برای مفاصل)، به این موارد فکر کنید:

- پروبیوتیک ها: برای کمک به هضم در حال پیر شدن.
- آنتی اکسیدان ها) مانند ویتامین E و C) برای حمایت از سیستم ایمنی.
- روغن MCT یا نارگیل: (در مقادیر کم) که ممکن است به عملکرد شناختی (مغز) در سگ های پیر کمک کند.

۳۸. چرا ژرمن شپرد من مدام پنجه هایش را می لیسد؟ این تقریباً همیشه نشانه ی «آلرژی» است. آلرژن های محیطی (گرده، چمن) روی پنجه ها می نشینند و باعث خارش می شوند. (راه حل: پس از هر پیاده روی، پنجه ها را با دستمال مرطوب هیپوآلرژنیک پاک کنید).

۳۹. سندرم دم اسبی (Cauda Equina) چیست؟ یک بیماری ستون فقرات شایع در ژرمن شپرد های مسن. اعصابی که در انتهای نخاع (شبیه دم اسب) قرار دارند، به دلیل تنگی کانال نخاعی یا آرتروز فشرده می شوند. علائم شامل درد در ناحیه ی کمر و لگن، مشکل در برخاستن، لنگش پاهای عقب و بی اختیاری ادرار است.

۴۰. آیا ژرمن شپرد من در زمستان به لباس نیاز دارد؟ (اشاره شده در فصل ۷). خیر. یک ژرمن شپرد بالغ و سالم دارای یکی از بهترین پوشش های عایق در دنیای سگ ها است. آن ها برای هوای سرد ساخته شده اند. پوشاندن لباس می تواند باعث فشرده شدن موها و کاهش کارایی عایق طبیعی آن ها شود. (استثنا: سگ های بسیار مسن یا بیمار).

دسته ۵: افسانه ها و موارد متفرقه

۴۱. آیا ژرمن شپرد های -سفید- White- ژرمن شپرد- خالص هستند؟ آیا «نابینا» یا «کر» هستند؟ ژرمن شپرد سفید، یک ژرمن شپرد خالص است. این یک «آلینو» نیست، بلکه یک رنگ مغلوب ژنتیکی (مانند موی بلوند در انسان ها) است. آن ها هیچ مشکل سلامتی مرتبط با رنگشان (مانند کوری یا کری) ندارند. آن ها فقط به دلیل رنگشان (که در کار نگهبانی «استتار» محسوب نمی شد) از استاندارد نژاد ژرمن شپرد حذف شدند و اکنون اغلب به عنوان یک نژاد جداگانه (White Swiss Shepherd) شناخته می شوند.

۴۲. آیا ژرمن شپرد های مو بلند - Long-Haired ژرمن شپرد - باهوش ترند؟ خیر. موی بلند یک ژن مغلوب است. تفاوت اصلی این است که آن ها معمولاً لایه ی زیرین (Undercoat) کمتری دارند یا اصلاً ندارند. این باعث می شود موهایشان نرم تر باشد، اما عایق بندی کمتری در برابر آب و هوا داشته باشند. خلق و خوی آن ها تفاوتی با هم تیان مو کوتاه خود ندارد.

۴۳. آیا «کینگ شپرد (King Shepherd)» یا «شایلو شپرد (Shiloh Shepherd)» همان ژرمن شپرد غول پیکر هستند؟ خیر. این ها نژادهای جدیدی هستند که در دهه های اخیر با «هدف» ایجاد یک ژرمن شپرد غول پیکرتر و آرام تر، از ترکیب ژرمن شپرد با نژادهای دیگر (مانند مالاموت آلاسکا یا پیرنه بزرگ) ایجاد شده اند. آن ها نژادهای جداگانه ای هستند.

۴۴. آیا ژرمن شپرد ها با بچه ها خوب هستند؟ یک ژرمن شپرد با خلق و خوی خوب که به درستی اجتماعی شده باشد، می تواند یکی از بهترین سگ ها برای کودکان باشد؛ وفادار، محافظ و ملایم. اما به دلیل جثه ی بزرگ و غریزه ی گله داری، ممکن است سعی کنند بچه های در حال دویدن را با «گاز گرفتن (Mouth)» یا «تنه زدن (Herding)» کنترل کنند. همیشه باید بر تعاملات آن ها نظارت داشت.

۴۵. ژرمن شپرد من مدفوع می خورد (Coprophagia)، آیا این طبیعی است؟ این رفتار ناخوشایند، در ژرمن شپرد ها به طرز شگفت آوری رایج است. دلایل متعددی وجود دارد:

- **پزشکی:** حتماً ابتدا EPI (نارسایی پانکراس) را بررسی کنید. سگ گرسنه است زیرا غذا را هضم نمی کند.
- **تغذیه ای:** کمبود مواد مغذی.
- **رفتاری:** خستگی، جلب توجه، یا یک رفتار آموخته شده.

۴۶. چطور یک توله ژرمن شپرد «خوب» از یک پرورش دهنده معتبر انتخاب کنیم؟ پرورش دهنده معتبر (Breeder) باید:

- سلامتی والدین را برای دیسپلازی هیپ و آرنج- گواهی OFA یا SV- و DM (تست ژنتیک) آزمایش کرده باشد و نتایج را به شما نشان دهد.
- توله ها را در محیط خانگی و تمیز بزرگ کند (نه در قفس).
- از شما به اندازه ی سگ سوال بپرسد (آن ها می خواهند بهترین خانه را برای توله های شان پیدا کنند).
- به شما اجازه بازدید از مادر (و در صورت امکان پدر) را بدهد.

۴۷. هزینه ی نگهداری یک ژرمن شپرد در سال چقدر است؟ بالا. ژرمن شپرد ها نژاد گرانی هستند. غذا (به دلیل جثه ی بزرگ)، هزینه های دامپزشکی (به دلیل استعداد بیماری)، تجهیزات (باکس بزرگ، اسباب بازی های مقاوم) و هزینه های احتمالی آموزش حرفه ای، همگی گران هستند.

۴۸. آیا ژرمن شپرد من می تواند در حیاط تنها زندگی کند؟ مطلقاً خیر. ژرمن شپرد سگی نیست که در حیاط رها شود. همانطور که گفتیم، او یک «سگ گله (Velcro Dog)» است. رها کردن او در تنهایی، منجر به مشکلات رفتاری شدید (پارس مداوم، تخریب، واکنش گری، و تلاش برای فرار) می شود. او باید عضوی از خانواده ی «داخل خانه» باشد.

۴۹. ژرمن شپرد من از رعد و برق و آتش بازی می ترسد، چه کنیم؟ این ترس ها (Noise Phobia) رایج اند.

- در طول طوفان، سگ را در امن ترین و مرکزی ترین اتاق خانه (بدون پنجره) قرار دهید.
- از دستگاه نویز سفید (White Noise) یا موسیقی آرام بخش برای پوشاندن صدا استفاده کنید.
- استفاده از «جلیقه های ضد اضطراب (Thundershirt)» یا مشورت با دامپزشک برای داروهای کوتاه مدت ضد اضطراب (در موارد شدید) می تواند کمک کننده باشد.

۵۰. آیا دو ژرمن شپرد بهتر از یکی است؟ این بستگی به شما دارد. دو ژرمن شپرد می توانند همبازی های عالی برای هم باشند و انرژی یکدیگر را تخلیه کنند. اما این به معنای دو برابر غذا، دو برابر هزینه ی دامپزشکی و دو برابر پتانسیل مشکلات رفتاری (اگر آموزش نبینند) است. هرگز برای حل مشکل «اضطراب جدایی» سگ اول، سگ دوم نیاورید؛ این کار معمولاً فقط اضطراب را به سگ دوم نیز منتقل می کند.

فصل ۱۲: ۵۰ اشتباه رایج صاحبان ژرمن شپرد (و راه حل های تخصصی آن ها)

نگهداری از یک ژرمن شپرد مانند رانندگی یک ماشین اسپرت با عملکرد بالا است؛ در دست یک راننده ای آگاه، نتیجه شگفت انگیز است، اما در دست یک فرد بی تجربه، اشتباهات کوچک می توانند به سرعت منجر به عواقب بزرگ شوند. هوش سرشار، غرایز کاری و حساسیت های فیزیکی این نژاد به این معنی است که «اشتباهات رایج» در مالکیت سگ، در مورد ژرمن شپرد بسیار جدی تر هستند.

این فصل، چک لیست نهایی شما برای ارتقاء مالکیت خود از سطح «خوب» به سطح «عالی» است. ما در اینجا ۵۰ اشتباه رایج را فهرست نمی کنیم؛ بلکه بر **مهم ترین و فاجعه بارترین** اشتباهاتی تمرکز می کنیم که متخصصان هر روز با آن ها مواجه می شوند و راه حل های تخصصی آن ها را ارائه می دهیم.

دسته ۱: اشتباهات مربوط به ذهنیت و درک نژاد

۱. اشتباه: دست کم گرفتن هوش آن ها

- **شرح/اشتباه:** رفتار کردن با ژرمن شپرد مانند یک سگ خانگی معمولی که فقط به غذا، آب و پیاده روی کوتاه نیاز دارد. نادیده گرفتن کامل نیازهای ذهنی او.
- **نتیجه:** **فاجعه بار:** سگی که به شدت «خسته» (Bored) است. این خستگی در ژرمن شپرد خود را به صورت تخریب وسایل گران قیمت، پارس کردن های مداوم، کندن حیاط، یا رفتارهای وسواسی-اجباری (مانند دنبال کردن دم) نشان می دهد. آن ها برای خود «کار» می تراشند.
- **راه حل تخصصی:** پذیرش این واقعیت که ۱۰ دقیقه «کار ذهنی» متمرکز، سگ شما را بیشتر از یک ساعت دویدن خسته می کند. روزانه (همانطور که در فصل ۶ تاکید شد) روی آموزش ترفندهای جدید، «کار با بینی» (Nose Work) «یا ارائه ی وعده های غذایی در پازل های غذایی پیچیده سرمایه گذاری کنید».

۲. اشتباه: سرکوب غرایز به جای هدایت آن ها

- **شرح/اشتباه:** تنبیه کردن سگ برای رفتارهای غریزی. فریاد زدن بر سر سگ برای «پارس خبری» به زنگ در، یا تنبیه او برای تعقیب گربه (درایو شکار).

- نتیجه‌ی فاجعه‌بار: سگی گیج و مضطرب که نمی‌فهمد چرا برای کاری که برای آن پرورش یافته تنبیه می‌شود. این سرکوب اغلب منجر به واکنش‌گری (Reactivity) یا ترس می‌شود.
- راه‌حل تخصصی: «مدیریت» و «هدایت» گرایز. برای پارس خبری، از تکنیک «ممنونم، مدیریت می‌کنم» (فصل ۱۰) استفاده کنید. برای درایو شکار بالا، آن را به بازی‌های کنترل‌شده مانند طناب‌کشی (Tug)، فیچ (Fetch) یا ورزش‌هایی مانند «فلرت پُل (Flirt Pole)» «هدایت کنید».

۳. اشتباه: انسان‌انگاری (Humanizing) سگ

- شرح/اشتباه: تفسیر رفتارهای سگ بر اساس احساسات انسانی. «او از روی لجبازی این کار را کرد»، «او می‌خواست از من انتقام بگیرد»، «او می‌داند کار اشتباهی کرده و خجالت‌زده است».
- نتیجه‌ی فاجعه‌بار: شکست کامل در آموزش. مالکی که به جای ارائه‌ی «رهبری» واضح، با سگ خود «مذاکره» احساسی می‌کند.
- راه‌حل تخصصی: ژرمن شپرد‌ها به قوانین واضح، مرزهای مشخص و رهبری منصفانه و ثابت‌قدم نیاز دارند. آن‌ها در یک ساختار قابل پیش‌بینی شکوفا می‌شوند. به جای «لجبازی»، به دنبال «سردرگمی» یا «عدم انگیزه» در سگ بگردید. ثبات قدم، کلید ارتباط با ژرمن شپرد است.

۴. اشتباه: فکر کردن که «محافظت» نیازی به آموزش ندارد

- شرح/اشتباه: فرض اینکه غریزه‌ی محافظتی ژرمن شپرد به‌طور خودکار به شکل صحیح بروز می‌کند.
- نتیجه‌ی فاجعه‌بار: سگی که تفاوت بین «تهدید واقعی» (یک مهاجم) و «محرک عادی» (پستچی یا مهمان) را نمی‌داند. این منجر به پرخاشگری ناشی از ترس یا واکنش‌گری شدید می‌شود.
- راه‌حل تخصصی: غریزه‌ی محافظت باید با «اجتماعی‌سازی» سنگین (فصل ۱۰) متعادل شود. سگ باید یاد بگیرد که دنیا در حالت عادی امن است و «خنثی بودن» در برابر غریبه‌ها رفتار مطلوب است.

دسته ۲: اشتباهات حیاتی در سلامت و تغذیه

۵. اشتباه: تغذیه‌ی نادرست توله (اشتباه رشد سریع)

- شرح/اشتباه: تلاش برای «درشت کردن» سریع توله ژرمن شپرد. دادن غذای پرکالری بزرگسالان، تغذیه‌ی آزاد (Free-Feeding)، یا (بدتر از همه) افزودن مکمل کلسیم به رژیم غذایی.

- نتیجه‌ی فاجعه‌بار: آسیب دائمی و جبران‌ناپذیر به مفاصل و صفحات رشد. این کار مستقیماً باعث تشدید «دیسپلازی هیپ و آرنج» می‌شود (فصل ۲ و ۴).
- راه‌حل تخصصی: پذیرش اصل «رشد آهسته و پیوسته». استفاده/جباری از غذای باکیفیت مخصوص «توله نژاد بزرگ (Large Breed Puppy)» که نسبت کلسیم به فسفر آن به دقت کنترل شده است.

۶. اشتباه: نادیده گرفتن ریسک نفخ (GDV)

- شرح/اشتباه: دادن یک وعده‌ی غذایی غذایی بسیار بزرگ در روز، اجازه دادن به سگ برای «بلعیدن» غذا در ۳۰ ثانیه، و بردن سگ برای دویدن یا بازی شدید بلافاصله قبل یا بعد از غذا.
- نتیجه‌ی فاجعه‌بار: افزایش شدید خطر «نفخ» یا پیچ‌خوردگی معده (GDV)، که یک اورژانس کشنده است و در عرض ۱ تا ۲ ساعت سگ را می‌کشد (فصل ۱ و ۳).
- راه‌حل تخصصی: تقسیم جیره‌ی روزانه به حداقل ۲ (ترجیحاً ۳) وعده‌ی کوچکتر. استفاده/جباری از «ظرف آرام‌خور (Slow-Feeder Bowl)» «ممنوعیت کامل فعالیت شدید یک ساعت قبل و دو ساعت بعد از غذا».

۷. اشتباه: نادیده گرفتن علائم اولیه ارتوپدی

- شرح/اشتباه: مشاهده‌ی علائمی مانند «دویدن خرگوشی (Bunny Hopping)»، مشکل در برخاستن از خواب، یا لنگش خفیف پس از بازی، و توجه آن به عنوان «درد طبیعی رشد» یا «خستگی».
- نتیجه‌ی فاجعه‌بار: از دست دادن زمان طلایی برای مدیریت «دیسپلازی» یا «پارگی رباط صلیبی». زمانی که سگ به لنگش واضح می‌افتد، آرتروز شدید قبلاً مفصل را تخریب کرده است (فصل ۸).
- راه‌حل تخصصی: هرگونه لنگش مزمن یا مشکل در برخاستن در ژرمن شپرد باید جدی گرفته شود. فوراً برای معاینه‌ی ارتوپدی به دامپزشک مراجعه کنید.

۸. اشتباه: تراشیدن موها در تابستان (Shaving)

- شرح/اشتباه: تصور اینکه تراشیدن پوشش دولایه‌ی ضخیم ژرمن شپرد در تابستان به خنک شدن او کمک می‌کند.
- نتیجه‌ی فاجعه‌بار: از بین بردن سپر محافظ طبیعی سگ. لایه‌ی رویی، سگ را از اشعه‌ی مستقیم UV خورشید محافظت می‌کند. تراشیدن موها خطر آفتاب‌سوختگی، گرم‌زدگی و آسیب دائمی به فولیکول‌های مو را به شدت افزایش می‌دهد (فصل ۷ و ۹).

- **راهمحل تخصصی:** هرگز یک ژرمن شپرد را تتراشید. خنک سازی فقط از طریق برس کشی منظم (برای حذف لایه ی زیرین مرده و ایجاد جریان هوا)، دسترسی به سایه و آب تازه انجام می شود.

دسته ۳: اشتباهات در آموزش و اجتماعی سازی

۹. اشتباه: اجتماعی سازی به سبک «پارک سگ»

- **شرح/اشتباه:** بردن یک توله ژرمن شپرد ۳ ماهه به پارک سگ های شلوغ و رها کردن او در میان سگ های غریبه با این تفکر که «باید یاد بگیرد گلیمش را از آب بکشد».
- **نتیجه ی فاجعه بار:** -غرق شدن - (Flooding) یک تجربه ی بد (مانند مورد آزار قرار گرفتن توسط سگ های دیگر) کافی است تا در ذهن توله ی شما ثبت شود و او را به یک سگ ترسو یا -واکنش گر- (Reactive) در آینده تبدیل کند (فصل ۱۰).
- **راهمحل تخصصی:** اجتماعی سازی به معنای «مواجهه ی مثبت و خنثی از فاصله ی امن» است. هدف، آموزش اعتماد به نفس و خنثی بودن در برابر محرک هاست، نه تعامل اجباری.

۱۰. اشتباه: شکست در آموزش «دکمه ی خاموش (Off-Switch)»

- **شرح/اشتباه:** تمرکز وسواسی بر تخلیه ی فیزیکی. «من سگم را هر روز ۵ کیلومتر می دوام تا خسته شود».
- **نتیجه ی فاجعه بار:** ایجاد یک «ورزشکار معتاد به آدرنالین». شما سگی می سازید که استقامت بدنی اش روز به روز بیشتر می شود، اما هرگز یاد نمی گیرد چگونه در خانه «آرام» باشد. او دائماً بی قرار است و ناله می کند.
- **راهمحل تخصصی:** آموزش فعالانه ی «آرامش». استفاده از فرمان -جا- (Place/Mat) (فصل ۶) برای آموزش دادن به سگ که «هیچ کاری نکردن» نیز یک رفتار پاداش بگیر است.

۱۱. اشتباه: مسموم کردن فرمان «بیا (Poisoning the Recall)»

- **شرح/اشتباه:** صدا زدن سگ («فیدو، بیا!») و سپس انجام کاری که سگ از آن متنفر است (گرفتن ناخن، سرزنش کردن او برای کاری که ۵ دقیقه پیش انجام داده، یا بستن قلاده برای رفتن از پارک).
- **نتیجه ی فاجعه بار:** سگ باهوش شما یاد می گیرد که «آمدن به سمت شما» منجر به پایان تفریح یا تنبیه می شود. فرمان «بیا» (حیاتی ترین فرمان ایمنی) غیرقابل اتکا و بی اثر می شود.

- راه حل تخصصی: فرمان «بیا» باید همیشه (۱۰۰٪ مواقع) مثبت ترین تجربه ی روز سگ باشد. همیشه با جشن و پاداش با ارزش همراه باشد. برای خروج از پارک، به سمت سگ بروید و قلاده را ببندید، او را صدا نزنید.

۱۲. اشتباه: تنها رها کردن سگ در حیاط

- شرح/اشتباه: «ژرمن شپرد سگ بزرگی است، پس جایش در حیاط است».
- نتیجه ی فاجعه بار: این نژاد یک «سگ گله» و «چسبناک (Velcro Dog)» است (فصل ۱۰ و ۱۱). او برای بودن با «گله ی» انسانی خود زندگی می کند. رها کردن او در تنهایی در حیاط، دستورالعملی مستقیم برای ایجاد اضطراب جدایی، پارس های مداوم، کندن زمین و تلاش برای فرار است.
- راه حل تخصصی: ژرمن شپرد یک سگ «داخل خانه» است که نیاز به فعالیت «بیرون از خانه» دارد. او باید جایی بخوابد که گله اش می خوابد.

پایان کتاب