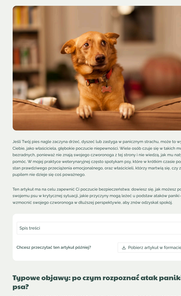
Ataki paniki u psów: co możesz teraz zrobić

Vetura | Dr. Ilse Ertl · Ostatnia aktualizacja: 19 października 2026



Dr. Ilse Ertl

Artykuł ten powstał we współpracy z lekarką weterynarii dr Ilse Ertl. Od 20 lat prowadzi ona własną praktykę weterynaryjną specjalizującą się w małych zwierzętach towarzyszących, ze szczególnym naciskiem dbanie na relacje między zachowaniem właścicielskim psów.

Udostępnij wpis:

Spis treści

Chcesz przeczytać ten artykuł później?

Pobierz artykuł w formacie PDF

Jesli Twój pies nagle zaczyna dróżeć, dyszeć lub zachowuje się panicznym strachu, może to wywołać u Ciebie jako właściciela, głębokie poczucie niepewności. Wiele osób czuje się w takich momentach bezradnych, ponieważ nie znają swojego czworonoga i są obcy i nie wiedzą, jak mu natychmiast pomóc. Warto przyjrzeć wetweryzmy czasu objawów, gdyż wiele z nich wiodłem czasie pojawiają w sytuacjach o dużym zaangażowaniu, oraz właściwości, którzy martwią się, czy z tych pupilem nie dzieje się coś poważnego.

Ten artykuł ma na celu zapewnić Ci poczucie bezpieczeństwa: dowiesz się, jak mozesz pomóc swojemu psu w kryzysowej sytuacji, jakie przyczyny mogą leżeć u podstaw ataków paniki oraz jak wzmocnić swojego czworonoga w dłuższej perspektywie, aby mniej odczuwał spięć.

Typowe objawy: po czym rozpoznać atak paniki u psa?

Atak paniki u psa można rozpoznać po tym, że zwierzę nagle wydaje się być w ogromnym stresie – bez żadnego oczywistego zagrożenia w otoczeniu. W tempie behawiorystycznym to wyraźne nasilenia na cel stanu lękowe. Rozróżnia się je panika jest znacznie intensywniejsza.

Do najczęstszych objawów należą:

- **Silne drżenie** oraz niekontrolowane poczucie ciała
- **Dyszenie**, mimo że pies nie wkłada w to żadnego wysiłku
- **Szeroko otwarte oczy**, rozszerzone źrenice
- **Skomlenie, wycie lub szczekanie**, czasami bez przerwy
- **Gwałtowne ruchy**, zachowanie szkodliwe lub bezsensowne w panice w tej i z powrotem
- **Brak reakcji**, jakby wyglądał się tyle, jak w tunelu
- **Próby ucieczki**, pies chce uciec lub ukryć, nawet się na ludzi
- **Zmiany w zachowaniu**, które pojawiają się nagle, na przykład to, że pies potrzeba przyjaciół pokarmu lub nie był, co ze sobą zrobić.

Niektórzy właściciele opisują to tak, jakby ich pies był „jakby w trakcie złego losu po LSD" – całkowicie przytłoczony i podświadomy kontrolę nad swoim zachowaniem. Oczywiście to porównanie ma charakter wyłącznie obrazowy, ale pokazuje, jak intensywne mogą być takie ataki paniki u psów.

Takie sytuacje mogą być spowodowane między innymi hałasem, bólem, problemami trawiennymi, nieleczoni hormonalnymi lub stresu zostać uruchomione. Wyższa Szkoła Weterynaryjna w Hannowerze informuje w badaniu przypadków, w których atak paniki fakty wywołane przez nieroszpanowe schorzenia, takie jak tzw. „zespół wilczaka" – co pokazuje, jak ważne jest dokładne zdiagnozowanie.

Uwaga: w takim przypadku atak paniki staje się stanem zagrożenia życia

Chociaż atak paniki same w sobie rzadko stanowią zagrożenie dla życia, podobne objawy mogą również wskazywać na poważne choroby. Jeżeli weterynarz zalecił mu tu tym, aby właściciel, który należy natychmiast zwrócić się o pomoc do weterynarza.

Proszę udać się bezpośrednio do kliniki lub gabinetu weterynaryjnego, jeśli:

- twój pies **nagle ale zapadł** lub ledwo można dopaść siadem,
- który **Wzdarcie brzucha** wskazuje na – podejrzenie skrętu żołądka (stan nagły!),
- jest **nie reaguje już** wykazuje także objawy, jak jest zdezorientowany,
- **Skurcze** można to wskazywać na napady padaczkowe,
- nagłe **silny ból** objawy takomiarne przy dotknięciu, zgarbiona postawa),
- **Podejrzenie zatrucia** może wynikać np. z łazić z widzącej diety, zepsutej paszy, środków czystości lub zwartuskanej sierści.

Jeżeli masz wrażenie, że Twój pies „nie jest sobą", nie czeka się tak naprawdę potrzebują się, kontrolnie należy to skonsultować z weterynarzem. Panika może być reakcją na bol, chorobę sensu problemy neurologiczne lub zaburzenia hormonalne. Szczególnie starsze psy częściej doświadczają w nocy atakow paniki powodowanych zmianami funkcji poznawczych i, po cost, czego wiele właściciel początkowo nie dostrzega.

Pomoc doraźna: co możesz zrobić TERAZ, gdy Twój pies wpadnie w panikę

Kiedy Twój pies przeżywa atak paniki, liczy się przede wszystkim jedno: zdolność do działania pomimo stresu. W mapę praktyce weterynaryjne wspomagania egzaminem właściwszem, że ich zachowanie w tych przeciwnych minutach może mieć ogromne znaczenie. Atak paniki są intensywne, ale mozesz pomoc swojemu psu szybkiej odzyskać równowagę.

Dedykowe wsparcie może pomóc Twojemu psu odzyskać w stresujących sytuacjach. To **Vetura – preparat uspokajający** należje się do tego jako naturalny dodatek w codziennym życiu.

5-etapowy plan działania w sytuacjach awaryjnych

1

Utrzymanie wewnętrznego spokoju

Psy w dużym stopniu kierują się tonem głosu i ciała z odbiorcem. Jeśli zachowasz spokój, pomożesz to przekazuje mu pogrzebu: ale jeszcze bardziej w stanie lęku. Mow cichy, unikaj gwałtownych ruchów i świadomie zwróć uwagę.

2

Ograniczenie bodźców

Przyciemnij światło, zamknij okna, zaciągnij zasłony i wyłącz głośne dźwięki. Wiele ataków paniki nasila się, gdy na psa oddziałuje zbyt wiele bodźców jednocześnie. Im spokojniejsze otoczenie, tym szybciej Twój pies odzyska równowagę.

3

Stworzenie bezpiecznej strefy

Zapewnij swojemu psu miejsce, w którym będzie mógł się wycofać – znany mu kącik, legowisko lub cicha pomieszczenie. Niektóre psy same szukają bliskości, inne najlepiej przebywają samotnie. Obie reakcje są w porządku. Ważne jest, aby nie czuł się ograniczony.

4

Oferowanie kontaktu fizycznego

Jeśli Twój pies szuka bliskości, możesz zaproponować mu delikatny kontakt fizyczny: połóż dłoń na jego klatce piersiowej, lekko ją uciśnij lub spokojnie pogłaszcz go o nawały wzd. Jeśli nie odtrąci, nie próbuj go łapać – w chwili paniki nie lubi on być zmuszać.

5

Kontrola oddechu i powolne ruchy

Wiele psów reaguje powtarzalnie: gdy oddychasz spokojnie obok nich i będziesz oddychać powoli, wyrzuć i niemotywnie. Nakłonie z nich od razu dostosowują się do tego rytmu. Również niewinnemie, powolne ruchy mogą pomóc rozładować napięcie w danej sytuacji.

Czego należy unikać podczas ataku paniki

Podczas ataku paniki pies nie reaguje już logicznie – działa pod wpływem czystego strachu. Dlatego reakcje wynikające z dobrych intencji mogą czasem przynieść odwrotny skutek. W praktyce weterynaryjnej spotykam się z sytuacjami, w których pomoc działania sprawdzą, że psy reagowały poczuciu właścicieli niepokojem, a nawet agresją wynikającą ze strachu.

Aby nie otrzymać dodatkowego zwrapnia psu, należy unikać następujących rzeczy:

- **Nie należy trzymać ani ściskać**. Gdy pies wpada w panikę, czuje się fizycznie może spotęgować jego strach. Niektóre psy popadają w pozycje wręcz paniki, pomimo mają pocztek, że nie mogą uciec.
- **Nie należy się krzyczeć ani podnosić głosu**. Panika nie jest „nieposłuszeństwem". Głośny głos tuli kary tylko potęguje stres i dodatkowo niepokoju psa.
- **Zabitych gwałtownych ruchów**. Szybkie, nieprzewidywalne ruchy mogą nasilić stan niepokoju. Spokojne, powolne gesty znacznie pomagają Twojemu psu.
- **Nie należy w sposób niekontrolowany wzmacniać bodźców**. Trzaskanie drzwami, głośna muzyka, jasnowe światło lub dużo osób w pomieszczeniu zazwyczaj pogarsza sytuację.
- **Nie próbuj „wyjaśniać przełomu" weryjąc psa**. Podczas ataku paniki pies nie jest w stanie „myśleć". Zwroty takie jak „To nic takiego!" czy ciągłe zachęcanie działają na wiele psów raczej dezorientująco niż uspokajająco.

Jeśli wezmiesz pod uwagę te wskazówki, stworzysz środowisko, w którym Twój pies – mimo paniki – ma stracz jeszcze bardziej równowagi. To da mu najlepszą szansę na powrót do spokojniejszego stanu.

Dlaczego mój pies ma ataki paniki? Najczęstsze przyczyny w skrócie

Chociaż często wydaje ci się, że panika pojawia się „znikąd", prawie zawsze kryje się za nią jakiś czynnik wywołujący. W mapę praej weterynaryjnej często spotykamy się z kilkoma głównymi przyczynami, z następującym przyczynami:

- **Dziś lub dolegliwości fizyczne**. Ptaszy, bruzch, zęby lub bodźce neurologiczne mogą wywołać atak paniki, ponieważ pies nie rozumie, co dzieje się w jego organizmie.
- **Odgłosy**: burza, sylwestry, dźwięki, odgłosy kolnika na klatce schodowej – ale także dźwięki, których my, ludzie, nie słyszymy.
- **Lek przed rozstaniem & Stres**. Zmiany w mieszkańcu, samotność lub nadmierne obciążenie stresującymi codziennymi.
- **Doświadczenia traumatyczne**. Zajęcie, miejsca lub ruch mogą wywołać dawne reakcje lękowe.
- **Wiek i osłabnięci i wtórnego**. Szczególnie w wieku starsze psy mogą wzrastać w panikę.
- **Metaforyczne pokarmowe lub nudności**. Niektóre ataki paniki pojawiają się, ponieważ pies musi wczesnej stres dolegliwości związanych.

Jeśli zauważysz takie schematy, warto to dokładnie dbadać – wiele czynników wywołujących te objawy da się skutecznie leczyć lub znacznie złagodzić.



Naturalne wsparcie: łagodne środki przeciwko lękowi i niepokojowi wewnętrznemu

Wiele psów bardzo wrażliwie reaguje na stres – czy to z głośnych dźwiękach, wizyty u weterynarza, lęku przed rozstaną, czy też zmian w codziennym życiu. Typowe oznaki: ślina jak dyszenie, skomlenie, wycofanie się lub całkowita paniczna reakcja. Te Twój pies jest przytłoczony. Jeśli wczesnie rozpoznasz te sygnały, możesz wtedy zrobić, aby stresu nie utrwalił się.

W sytuacjach silnego stresu pomocne są proste wszystkim Twój spokój, łagodny ton głosu oraz bezpieczne miejsce, w którym pies może się schronić. Niektórym psom dodatkowo pomaga naturalne, delikatne wsparcie.

Pasze uzupełniające, taka jak **Vetura – preparat uspokajający** pomoc Twojemu psu złagodzić wewnętrzny niepokój. Krajze zawierają składniki pochodzenia roślinnego, takie jak waleriana, passiflora i melisa, i mogą je łatwo dodać do karmy lub wody pitnej – idealne rozwiązanie podczas burzy w Sylwestra, w podróży lub w codziennych sytuacjach stresujących.

Dzięki połączeniu pięciu ruchowych czynników, bliskości i naturalnych środków pomocniczych Twój pies krok po kroku odzyska poczucie bezpieczeństwa i spokoju.

Możesz bez ryzyka przetestować ten produkt dzięki naszej **60-dniowej gwarancji zwrotu pieniędzy**. Jeśli złożysz zamówienie przed godziną 15:00, zamówisz zostanie ono dostarczone już następnego dnia i będziesz mógł od razu skorzystać z produktu.

Trening i terapia behawioralna: jak długofalowo zapobiegać napadom paniki

Aby ataki paniki nie powtarzały się, wazne jest, aby Twój pies krok po kroku nauczył się lepiej radzić sobie w stresujących sytuacjach. W mapę praej z psami, które odczuwają nieprzewidzi, właściwie przydatne są, że właściciele bezpieczeństwa wyniku ze szkolenia, pomych strukturę i pozytywnych doświadczeń, a nie z „presowaniu" trudnych sytuacji czy hamana.

Pierwszym ważnym elementem jest to, aby Twój pies miał pewność, czego może się spodziewać w codziennym życiu. **Stałe rytuały, płynne przejścia i wyraźnie zasady** bez wiedz zmniejszają stres. Ponadto bardzo pomocne może być połączenie desensytyzacji (powolnego przyzwyczajenia się do czynników wywołujących niepokój i przeciwwarunkowania (czynnik wywołujący niepokój – coś przyjemnego). Te przynajmniej w przypadku leku przed hałasem, takiu przed rozstaną lub niepewności w nowych miejscach.

Również **małe ćwiczenia w codziennym życiu** Pomóż swojemu psu stać się odważniejszym: spokojnie ćwiczenia „zostań", „usiądź", krótkie zabawy w ruchanie, kontrolowane spotkania lub spacery w nowych miejscach, w których psy będzie mógł się stopniowo zapoznawać. Ważne jest, aby wszystkie ćwiczenia były krótkie i nie nadmierzać wspólnego z dodatkowo/zmian behawioralnym lub treserm psów, aby opracować indywidualnie dostosowane działania.

Dzięki cierpliwości, jasnej komunikacji i drobnym pozytywnym sukcesom możesz pomóc swojemu psu w odzyskaniu większego poczucia bezpieczeństwa w dłuższej perspektywie.

Kiedy koniecznie powinieneś udać się do weterynarza

Chociaż wiele atakow paniki wygląda „jylko" jak skrajny stroch, podobne objawy mogą wskazywać na poważne schorzenia. Dlatego ważne jest, aby zacznieć czujnosć i w razie wątpliwości zasięgnąć porady weterynarza. W mapej praktyce często spotykam psy, u których na rzekomą panikę kryły się ciężkie innego – od bólu po problemy neurologiczne.

Powinieneś swojego psa **natychmiast** należy zgłosić się do weterynarza, jeśli:

- atak paniki jest niezwykle silny lub długotrwały
- twój pies **nie reaguje** wyraźnie wyjścia lub traci orientację
- nagle pojawił się stany lub brzuchu **wzdęty** (podejrzenie skrętu żołądka – stan zagrożenia życia!
- **Skurcze**, mogą wystąpić dziwne lub niekontrolowane ruchy
- Twój pies podczas dotykania **krzyczy głośno** lub unika silny ból,
- podejrzenie o **zatrucie** (np. zjedzenie kości do czasu, niezwykłe źródła pożywienia, środki czystości)

Jeśli ataki paniki wystąpują regularnie lub nasilają się, również warto to zbadać. Im wczesnej zostanie zidentyfikowana przyczyna, tym szybciej uda się pomóc. Ze Twój pies odzyska poczucie bezpieczeństwa i spokoju.

Wniosek: Dzięki odpowiedniemu wsparciu wiele psów odzyskuje spokój

Ataki paniki mogą na pierwszy rzut oka budzić strach – zarówno u ciebie, jak i u twojego czworonoga. Jednak dzięki odpowiedniej wiedzy i spokojnemu podejściu możesz krok po kroku przywrócić psu poczucie bezpieczeństwa. Wiele psów już teraz reaguje znacznie spokojniej na nawet niewielkie zmiany w codziennym życiu i poczucie bezpieczeństwa.

Nie jesteś sam, a twój pies nie jest ani „zepsuty", ani „chorny" z powodu tego wyzwania. Przy odrobinie zrozumienia, cierpliwości i odpowiedniej opieki weterynaryjnej atak paniki u psów da się skutecznie opanować. W ten sposób też przy mnie dnia ponownie nauczyć się czuć się bezpiecznie i pewnie w swoim świecie.

Najczęściej zadawane pytania dotyczące ataków paniki u psów

Co najczęściej pomaga w sytuacji nagłej?

Czy mój pies doznał traumy?

Które środki uspokajające są bezpieczne?

Czy ataki paniki mogą być niebezpieczne?

Czy mój pies może reagować agresywnie z powodu strachu?

Produkt dodatkowo dla psów
został opracowany, aby pomagać psom w sytuacjach stresu i lęku.
O produkcie →
W magazynie: ok. 2 kg (60 miesięcy przy 1 kapsułce)

© Treść na prawach ochrony prawnoautorskiej i praw intelektualnych zastrzeżonych. Kopiowanie, rozpowszechnianie lub wykorzystywanie bez zgody zabronione.

Informacje zawarte na tej stronie mają charakter ogólnych wskazówek i zostały stworzone opracowane w połączeniu dostępnych źródeł. Autorzy oraz operatorzy strony nie ponoszą odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikające z zastosowania przedstawionych informacji. Nie zastępują one konsultacji z lekarzem weterynarii, jak również w przypadku jakichkolwiek wątpliwości dotyczących zdrowia Twojego zwierzęcia należy skontaktować się z lekarzem weterynarii.

Informacje zawarte na tej stronie mają charakter ogólnych wskazówek i zostały stworzone opracowane w połączeniu dostępnych źródeł. Autorzy oraz operatorzy strony nie ponoszą odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikające z zastosowania przedstawionych informacji. Nie zastępują one konsultacji z lekarzem weterynarii, jak również w przypadku jakichkolwiek wątpliwości dotyczących zdrowia Twojego zwierzęcia należy skontaktować się z lekarzem weterynarii. W celu zapewnienia jak najlepszej opieki nad naszymi zwierzętami, zalecamy regularne konsultacje z lekarzem weterynarii.