Pomocy, mój pies boi się burzy: najlepsze porady dla właścicieli psów

Vetura / Dr. Ilse Erti • Ostatnia aktualizacja: 29. października 2025



Dr. Ilse Erti

Artykuł ten powstał we współpracy z lekarką weterynarii dr Ilse Erti. Od 20 lat prowadzi ona własną praktykę weterynaryjną specjalizującą się w małych zwierzętach w pobliżu Monachium i chętnie dzieli się swoją wiedzą z zaniepokojonymi właścicielami psów.

Udostępnij wpis:

Wielu właścicieli psów zna ten problem: gdy tylko na niebie pojawiają się ciemne chmury, czarowanie zaczyna się niepokoić. Grzmoty, błyskawice i ulewny deszcz wywołują u wielu psów nie tylko strach, ale wręcz panikę. Niektóre zwierzęta chowają się w kącie mieszkania, inne wyją, dyszą lub szukają schronienia w łazience. Dla Ciebie, jako właściciela psa, widok tak zestresowanego zwierzęcia może być trudny do zniesienia. Co jednak możesz zrobić, jeśli Twój pies boi się burzy – i jak można trwale złagodzić ten strach przed burzą?

Spis treści

Chcesz przeczytać ten artykuł później? Pobierz artykuł w formacie PDF

Przyczyny: Dlaczego psy boją się burzy?

Burza to dla psów coś zupełnie innego niż dla ludzi. Podczas gdy my postrzegamy grzmoty i błyskawice jako głośne, ale zrozumiałe zjawiska, psy – dzięki swojemu wyczulonemu słuchowi i wrażliwemu organizmowi – reagują znacznie intensywniej na każdą zmianę. Już niewielki spadek ciśnienia powietrza może być dla nich wyraźnym sygnałem, że zbliża się burza.

Wiele psów kojarzy niezmiane dźwięki i efekty świetlne z niebezpieczeństwem. Dla nich burza to sytuacja, której nie potrafią ocenić – i właśnie to wywołuje stres i strach.

Astrafobia u psów: termin specjalistyczny określający lęk przed burzą

Wyraźny lęk przed burzą ma swoją nazwę: *Astrafobia*. Jest to jeden z najczęstszych rodzajów lęku przed hałasem u psów. Typowe objawy to drżenie, dyszenie, ochrypły głos, przylegające uszy lub chowanie się w „bezpieczną" kryjówkę – na przykład pod sofą, w łazience, a nawet w wannie. Niektóre psy obłizują rowniez wargi, mają szeroko otwarte oczy lub intensywniej poszukują Twojej bliskości.

Przyczyny astrafobii mogą być bardzo różne. Niektóre psy mają genetyczną predyspozycję, u innych natomiast rozwijają się strach z powodu negatywnych doświadczeń lub braku przyzwyczajenia w procesie wychowania.

Ważne jest, aby: Lęk przed burzą jest poważny i należy go traktować poważnie – twój pies „nie przesadza".

Typowe czynniki wywołujące: grzmoty, błyskawice, ciśnienie atmosferyczne i zapachy

Istnieje kilka czynników, które mogą wywołać u Twojego psa lęk przed burzą:

- **Grzmoty i pomruki grzmotów:** Niskie, nagłe dźwięki, które dla wrażliwego słuchu twojego psa wydają się niezwykle głośne.
- **Błyskawice:** Nagłe światło, które rozjaśnia niebo i jest odbierane jako bodziec wywołujący strach.
- **Ciśnienie powietrza i spadek ciśnienia:** Wiele psów wykazuje oznaki niepokoju już na kilka godzin przed burzą, ponieważ wyczuwają zmiany ciśnienia atmosferycznego.
- **Zapach i zmiany w jakości powietrza:** Burza zmienia stan powietrza i niesie ze sobą nowe zapachy – dla psów jest to dodatkowy sygnał zbliżającej się burzy.
- **Wiatr i burza:** Również nietypowe odgłosy wiatru i deszczu mogą potęgować strach.

Połączenie odgłosów, błysków światła i zmian w otoczeniu sprawia, że Twój pies nie potrafi zorientować się, co się dzieje podczas burzy. To pozcuje utraty kontroli wywołuje u wielu psów strach i panikę.

Lęk przed hałasem u psów – burza to tylko część problemu

Pies, który boi się burzy, często wykazuje reakcje stresowe również w reakcji na inne dźwięki. Fajerwerki, głośne odroki lub nieoczekiwany huk w mieszkaniu mogą wywołać podobną panikę. Ten lęk przed hałasem to poważny problem, który dotyka wiele psów.

Jeśli twój pies drży, dyszy lub szuka schronienia przy każdej burzy, często jest to po prostu objaw jego ogólnej wrażliwości. Dlatego warto obserwować psa nie tylko podczas burzy, ale także w innych sytuacjach, w których występuje hałas – dzięki temu łatwiej zorientujesz się, w jakim stopniu hałas wpływa na jego zachowanie.

Objawy: w ten sposób pies okazuje swój strach przed burzą

Objawy lęku przed burzą u psów mogą być bardzo zróżnicowane. Niektóre zwierzęta reagują już na pierwszy grzmot lub pomruk burzy na niebie, inne wykazują wyraźne objawy stresu dopiero wtedy, gdy pojawiają się błyskawice lub ulewny deszcz. Typowe jest to, że w takiej sytuacji pies nagle zmienia swoje normalne zachowanie.

Drżenie, sapanie i niepokój

Jednym z najczęstszych objawów lęku przed burzą jest drżenie. Twój pies zaczyna drżeć całym ciałem, czemu często towarzyszy intensywne dyszenie. Takie zachowanie wskazuje, że odczuwa stres i próbuje rozładować wewnętrzne napięcie.

Wiele psów krąży niespokojnie po mieszkaniu, nie potrafi znaleźć stałego miejsca i ogólnie sprawia wrażenie spłoszonych. Ogon jest często schowany, uszy przylegają do głowy, a oczy wydają się szeroko otwarte. Niektóre zwierzęta zaczynają dodatkowo skomleć lub piszczeć – są to wyraźne oznaki, że sytuacja ta stanowi dla nich prawdziwą próbę wytrzymałości.

Zachowania polegające na ukrywaniu się i unikaniu

Kolejnym typowym objawem lęku przed burzą jest chowanie się. Wiele psów szuka sobie małej, bezpiecznej kryjówki – na przykład pod sofą, w łazience, a nawet w wannie. Miejsca te dają poczucie bezpieczeństwa, ponieważ hałas jest tam stłumiony, a błyski światła mniej widoczne.

Inne psy próbują znaleźć schronienie w bliskości człowieka i prawie nie odstępują cię na krok. Takie zachowanie wskazuje jest instynktowną próbą opanowania strachu. Dla ciebie, jako właściciela psa, ważne jest, aby traktować te sygnały poważnie i zapewnić psu poczucie bezpieczeństwa w takich momentach.

Co zrobić, jeśli Twój pies boi się burzy?

Jeśli Twój pies wpada w panikę podczas burzy, musisz podjąć szybkie, a jednocześnie delikatne działania. Wiadom, aby sam zachowywał spokój – psy w dużym stopniu wzorują się na zachowaniu swoich właścicieli. Jeśli zachowasz spokój, zapewnisz swojemu czworonogowi poczucie bezpieczeństwa.

Działania natychmiastowe w sytuacjach kryzysowych

W sytuacji gwałtownej burzy nawet niewielkie zmiany mogą pomóc w złagodzeniu stresu u Twojego psa.

1. **Stworzyć miejsce, w którym można się wycofać.** Wyznacz psu stałe miejsce, na przykład w spokojnym kącie mieszkania lub pod sofą. Koc ja lub koszyk mogą pełnić rolę bezpiecznej kryjówki.
2. **Wyłączyć/zatrzymać dźwiękowego.** Cicha muzyka, włączony telewizor lub równomiernie pracujący wentylator mogą zagłuszyć głośne odgłosy grzmotów i wiatru. Takie odwrócenie uwagi pomaga wielu psom lepiej radzić sobie ze strachem.
3. **Zamknij okno:** W ten sposób błyskawice i hałas stają się łagodniejsze. Nawet ulewny deszcz i burza wydają się wtedy mniej groźne.
4. **Oferowania kontaktu fizycznego:** Niektóre psy uspokajają się, gdy się je głaszcze. Inne wolą się wycofać. Obserwuj, co w tej sytuacji działa na twojego psa korzystnie.
5. **Smakołyki i odwrócenie uwagi:** Daj psu coś do gryzienia lub przeprowadź krótki trening, aby odwrócić jego uwagę od strachu.

To doraźne środki nie rozwiązują przyczyny lęku przed burzą, ale mogą pomóc Twojemu zwierzakowi lepiej przetrwać tę trudną sytuację.

Domowe sposoby na naturalne wsparcie

Wielu właścicieli psów stosuje dodatkowo łagodne domowe sposoby, aby złagodzić strach przed burzą. Ważne jest, aby pamiętać, że środki te mają charakter wspomagający – nie zastąpią sytuacji, gdy pies potrzebuje pomocy. Twojemu psu w stresujących sytuacjach.

- **Herbaty ziołowe:** Schłodzona herbata rumiankowa może działać uspokajająco i jest dobrze przyjmowana przez niektóre psy.
- **Kwiaty Bacha lub krople ziołowe:** Są często stosowane przez właścicieli psów w celu łagodnego złagodzenia lęku i niepokoju.
- **Rytuały i nawyki:** Stały wieczorny rytuał, pieszczoty lub masaż sierści zapewniają Twojemu psu poczucie bezpieczeństwa.
- **Karmy uspokajające o działaniu uspokajającym:** Specjalnie opracowane mieszanki mogą sprzyjać wewnętrznemu spokojowi i dodaje się je do karmy tak jak zwykłą karmę.

Aby zapewnić wsparcie w sytuacjach stresowych, w Vetura znajdziesz specjalny Kompleks Uspokajający, która może pomóc Twojemu psu spokojnej znosić burze i inne hałasy.



Szkolenie i profilaktyka: Przyzwyczajanie psa do burzy

W dłuższej perspektywie możesz pomóc swojemu psu przezwyciężyć lęk przed burzą, delikatnie go do tego przyzwyczajając. Nie chodzi tu o całkowite „wyeliminowanie" tego lęku, ale o wyposażenie psa w narzędzia, które pozwolą mu lepiej radzić sobie ze stresem i paniką. Kluczowe znaczenie mają tu cierpliwość i konsekwencja.

Odczulanie za pomocą dźwięków

Sprawdzoną metodą jest odczulanie. Polega ona na stopniowym przyzwyczajaniu psa do dźwięków towarzyszącego burzy.

- Wykorzystaj nagrania odgłosów grzmotów i deszczu, odtwarzając je na bardzo niskim poziomie głośności.
- Połącz te dźwięki z pozytywnymi doświadczeniami – na przykład z smakołykami, zabawą lub przytulaniem się na kanapie.
- Zwiększaj głośność stopniowo, w ciągu kilku tygodni, nie przeciążając przy tym swojego psa.

Ważne: Gdy tylko Twój pies zacznie wykazywać oznaki stresu, takie jak drżenie, dyszenie lub przestrzenie, ponownie zmniejsz głośność. Celem jest to, aby pies kojarzył te dźwięki z czymś neutralnym, a nawet pozytywnym, zamiast reagować strachem.

Wzmocnienie pozytywne i rutyny

Oprócz przyzwyczajania do hałasów kluczową rolę odgrywa również pozytywne wzmocnienie. Nagradzaj swojego psa, gdy zachowuje spokój w stresującej sytuacji lub samodzielnie udaje się do swojego bezpiecznego miejsca. W ten sposób coraz bardziej kojarzy burzę z bezpieczeństwem i kontrolą.

Pomocne są również stałe rutyny. Jeśli Twój pies wie, że podczas burzy zawsze ma to samo bezpieczne miejsce i że zawsze mu towarzyszy poziom stresu spada. Niektóre psy lepiej się relaksują, gdy spokojnie uciążliwość stałe rytuały. Inne wolą nieco większy dystans – w tym przypadku ważne jest, aby zwracać uwagę na indywidualne potrzeby swojego zwierzaka.

Regularne treningi i przejrzysta struktura codziennego życia sprawiają, że Twój pies z czasem będzie lepiej radzić sobie ze strachem przed burzą.

Leki: kiedy warto zwrócić się o pomoc do weterynarza

Niektóre psy tak bardzo się burzy, że domowe sposoby, szkolenie i odwracanie uwagi już nie wystarczają. Jeśli pomimo wszystkich podjętych działań Twój pies wpada w panikę, trudno go uspokoić lub strach trwale zmienia jego zachowanie, warto rozważyć skorzystanie z pomocy weterynarza.

Istnieje kilka możliwości:

- **Suplementy roślinne** tak jak nasze Formuła uspokajająca zawierają starannie dobrane składniki, które cieszą się popularnością wśród wielu właścicieli psów. Wówczas zwierzęta są wrażliwe na hałas lub zmiany.
- **Leki weterynaryjne:** W szczególnie ciężkich przypadkach leki przeciwlękowe lub uspokajające mogą pomóc w tym, by sytuacja stała się dla Twojego psa bardziej znośna. Środki te można podawać wyłącznie pod nadzorem weterynarza, ponieważ dawkowanie i ewentualne skutki uboczne muszą być dokładnie dostosowane.
- **Połączenie z treningiem:** Leki nie są rozwiązaniem długoterminowym. Mogą jednak okazać się przydatne w łagodzeniu ostrych sytuacji stresowych, umożliwiając jednocześnie prowadzenie treningu opartego na pozytywnym wzmocnieniu lub desensytyzacji.

Uwaga: Lekkie nie należy nigdy podawać bez konsultacji z weterynarzem. Każde zwierzę reaguje inaczej i tylko fachowa ocena pozwoli ustalić, jakie postępowanie będzie najlepsze dla Twojego psa.

Podsumowanie: Jak złagodzić lęk przed burzą u psa dzięki cierpliwości

Strach przed burzą stanowi dla wielu psów prawdziwe obciążenie – a dla Ciebie, jako właściciela psa, często jest to trudne do zniesienia. Połączenie grzmotów, błyskawic, hałasu, spadku ciśnienia atmosferycznego i nieznanych dźwięków wywołuje u wrażliwych zwierząt stres i panikę. Dzięki natychmiastowym działaniom, domowym sposobom, bezpiecznemu schronieniu i długoterminowemu treningowi możesz pomóc swojemu psu w bardziej zrelaksowanym radzeniu sobie z burzami.

Jeśli jednak strach jest tak silny, że trwale wpływa na zachowanie Twojego psa, warto skonsultować się z weterynarzem. Dzięki cierpliwości, zrozumieniu i odpowiedniemu wsparciu możesz znacznie poprawić jakość życia swojego psa.

Najczęściej zadawane pytania dotyczące lęku przed burzą u psów

Dlaczego mój pies drży i dyszy podczas burzy?

Co czują psy podczas burzy?

Jak uspokoić psa, gdy się trzęsie?

Jak uspokoić psa, gdy się boi?

Preparat uspokajający dla psów został opracowany, aby pomagać psom w sytuacjach stresu i lęku.

O produkcie

W magazynie w 2-4 dni roboczych u siebie.

Teksty na grafikach mogły przetłumaczone z języka niemieckiego z wykorzystaniem narzędzi AI, a następnie zredagowane i sprawdzone przez native speakera języka polskiego. Treści merytoryczne pozostały niezmienione.

Informacje zawarte na tej stronie mają charakter ogólnych wskazówek i służą wyłącznie zgromadzeniu informacji. Autorzy oraz operatorzy strony nie ponoszą odpowiedzialności za szkody materialne ani niematerialne powstałe w wyniku korzystania z przedstawionych informacji lub zastosowania korzystania z nich, jak również w wyniku wykorzystania informacji błędnych lub niekompletnych. Przedstawione tutaj produkty nie są lekami, lecz suplementami diety dla zwierząt lub produktami pielęgnacyjnymi. W związku z tym nie są przeznaczone do diagnozowania, leczenia, łagodzenia ani zapobiegania chorobom. Nie zastępują również porady lekarza weterynarii ani także przepisanych przez lekarza weterynarii. W razie wątpliwości przed zastosowaniem produktu należy zawsze skonsultować się z lekarzem weterynarii.