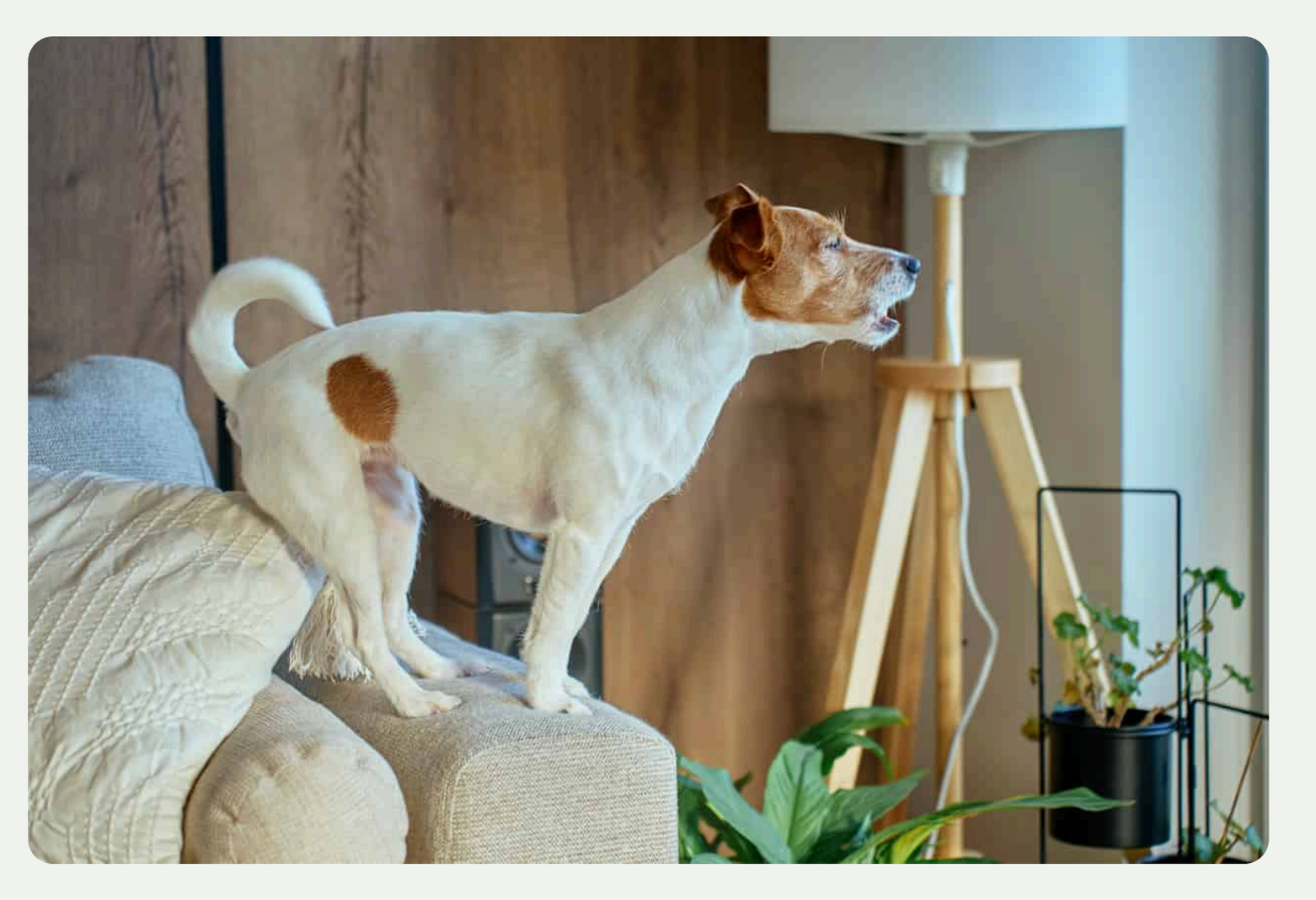
Pies nieustannie szczeka – przyczyny i co naprawdę pomaga

Vetura i Dr. Ilse Ertl • Ostatnia aktualizacja: 19. października 2026



Wielu właścicieli psów zna tę sytuację: pies szczeka nieustannie – czy to gdy jest sam w domu, w ogrodzie, gdy ktoś dzwoni do drzwi, czy też pozornie bez powodu. Zaczynasz się denerwować, sąsiedzi składają skargi, a ty zastanawiasz się, czy z twoim czworonogiem wszystko w porządku. Odpowiedź jest oczywista. Jeśli pies ciągle szczeka, nigdy nie dzieje się to przypadkowo, lecz zawsze jest to sygnał wskazujący na niezaspokojoną potrzebę, obciążenie emocjonalne lub problem zdrowotny, na przykład ból lub zespół zaburzeń poznawczych u psów (CDS).

Jako weterynarz spotykam się z tym problemem niemal codziennie. Poniżej omówię z tobą krok po kroku analizę przyczyn, diagnostykę różnicową, konkretny 4-tygodniowy plan treningowy oraz ramy prawne, a także wskażę, kiedy potrzebujesz profesjonalnego wsparcia.

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 w pobliżu Monachium i chętnie dzieli się swoją wiedzą z zainteresowanymi właścicielami psów.

Udostępnij wpis:

Warto wiedzieć

1. **Rozpoznanie i wyjaśnienie przyczyny**
Jeśli pies szczeka nieprzerwanie, jest to zawsze sygnał wskazujący na jakąś potrzebę, stres lub chorobę. W przypadku nagłego, długotrwałego szczekania należy najpierw przeprowadzić badanie weterynaryjne, aby wykluczyć ból lub zaburzenia funkcji poznawczych.
2. **Przeciwdziałać poprzez ukierunkowany trening**
W przypadku większości psów uporządkowany, 4-tygodniowy program szkoleniowy przynosi pierwsze efekty już po 10–14 dniach. Obroża antyszczekowa z impulsami elektrycznymi stanowi naruszenie ustawy o ochronie zwierząt i pogłębia problem!
3. **Należy przestrzegać ograniczeń prawnych**
Zgodnie z przepisami psy mogą w ciągu dnia szczekać zazwyczaj maksymalnie 10 minut bez przerwy i łącznie nie więcej niż 30 minut dziennie.

Spis treści

Chcesz przeczytać ten artykuł później? Pobierz artykuł w formacie PDF

Dlaczego psy szczekają bez przerwy? Najważniejsze pytanie w skrócie

Szczekanie jest typową dla gatunku formą komunikacji. Pojedyncze „hau" jest normalne i należy do psa tak samo jak merdanie ogonem. Nadmierne szczekanie jest natomiast patologiczne i nigdy nie powinno być lekceważone jako cecha charakteru. Jeśli Twój pies szczeka przez kilka minut, a nawet godzin, bez wyraźnego powodu, sygnalizuje to, że coś jest nie tak.

Czynniki wyzwalające można podzielić na trzy główne grupy. **Przyczyny związane z zachowaniem** takie jak nuda, zachowania terytorialne czy wyuczone dążenie do zwrócenia na siebie uwagi, **stres emocjonalny** takie jak niepewność, strach czy stres związany z rozstaniem, oraz **schorzenia medyczne** takie jak ból, zaburzenia funkcji poznawczych czy zaburzenia hormonalne. Te trzy osie stanowią plan przewodni dla dalszej części artykułu.

Szczekanie jako język: co wynika z badań nad zachowaniem

Badania przeprowadzone przez Pongrácza i współpracowników z Uniwersytetu ELTE w Budapeszcie wykazały, że psy wykorzystują różne konteksty szczekania, z których każdy charakteryzuje się specyficzną akustyką – od szczekania podczas zabawy, przez szczekanie ostrzegawcze, aż po szczekanie wynikające z samotności. Również amerykańska lekarka weterynarii Sophia Yin udokumentowała, że częstotliwość, wysokość dźwięku i długość przerw w szczekaniu pozwalają na precyzyjne wnioskowanie o stanie emocjonalnym zwierzęcia.

Ważne jest, aby psy szczekały do nas, ludzi, oraz do innych psów, a nie bez powodu. Jeśli więc twój pies szczeka nieprzerwanie, ta forma komunikacji pełni określoną funkcję, nawet jeśli z twojego punktu widzenia nie ma to sensu.

Rozpoznawanie rodzaju dzwonka: interpretacja częstotliwości, wysokości dźwięku i rytmu

Zwróć uwagę na poniższe kwestie i dodatkowo obserwuj mowę ciała. Wysokie, szybkie i nakładające się na siebie dźwięki dzwonka zazwyczaj wskazują na podekscytowanie lub strach i często występują również u bojaźliwego psa należy zwrócić uwagę. Głębokie, donośne szczekanie z przerwami jest typowe dla zachowań ostrzegawczych i terytorialnych. Monotonne, rytmiczne, nieprzerwane szczekanie bez wyraźnego powodu wskazuje na frustrację, nudę lub problemy poznawcze związane z podeszłym wiekiem.

Przez dwa do trzech dni zanotuj, w jakich sytuacjach pojawia się dany typ dźwięku. To stanowi podstawę każdej dalszej analizy.

Przyczyny behawioralne, dla których psy nieustannie szczekają

Czynniki behawioralne stanowią najczęstszą grupę i w większości przypadków można je skutecznie wyeliminować poprzez konsekwentne ćwiczenia, zapewnienie odpowiedniego poziomu aktywności oraz budowanie więzi. W poniższych podrozdziałach znajdziesz najważniejsze wzorce wraz z ich typowymi cechami rozpoznawczymi.

Nuda i brak wyzwań

Pies, który nie ma wystarczającej ilości zajęć, sam szuka sobie zajęcia, a szczekanie jest dla niego niezwykle satysfakcjonującą rozrywką. Typowe oznaki to szczekanie psa w chwilach odpoczynku, przy oknie lub w ogrodzie, albo rozpoczęcie szczekania, gdy tylko usiądziesz przy biurku.

Z punktu widzenia weterynarii zalecam, oprócz aktywności fizycznej, co najmniej 15–20 minut aktywności umysłowej dziennie, na przykład za pomocą dywanika węchowego, gier polegających na poszukiwaniu, zabawek do aportowania z karmą lub krótkich sesji ćwiczeń. Ważne jest odróżnienie tego od frustracji. Nuda wynika z braku bodźców, natomiast frustracja – z zablokowanej potrzeby, na przykład gdy pies dostrzega bodziec, ale nie może do niego dotrzeć.

Lęk przed rozłąką, gdy pies szczeka, gdy zostaje sam

Stres związany z rozstaniem Zależnie od badania dotyczy to od 14 do ponad 20 procent populacji psów domowych. Typowe objawy pojawiają się w ciągu 5–15 minut po Twoim wyjściu. Pies szczeka, pozostając sam w domu, co często towarzyszy dyszeniu, ślinieniu się, niszczeniu przedmiotów lub niekontrolowanemu oddawaniu moczu i kału.

Kluczowe znaczenie ma wyraźne odróżnienie tego stanu od nudy. Jeśli pies szczeka wyłącznie z powodu paniki, cierpi i nie jest w stanie się czymś zająć. Diagnoza ta powinna zostać postawiona przez lekarza weterynarii lub behawiorystę i wymaga opracowania indywidualnego planu terapii, który często trwa kilka miesięcy.

Zachowania terytorialne i instynkt stróżowania

Czy Twój pies szczeka przy każdym dzwonku do drzwi, przy ogrodzeniu, za oknem lub gdy przychodzi listonosz? W takim razie masz do czynienia z zachowaniem terytorialnym. Podstępne w tym wszystkim jest to, że szczekanie to samo się wzmacnia, ponieważ „intruz" faktycznie się oddala. Z punktu widzenia Twojego psa szczekanie zadziałało.

Niektóre rasy mają genetyczną predyspozycję do tego zachowania, zwłaszcza klasyczne psy stróżujące, takie jak owczarki, psy pasterskie oraz wiele terierów, np. jack russell terrier. W przeciwieństwie do szczekania spowodowanego strachem, pies wykazuje w tym przypadku wyraźne zachowanie ofensywne, charakteryzujące się wyprostowaną postawą, nastroszoną sierścią i wysuniętą klatką piersiową. Chce bronić, a nie uciekać.

Szukanie uwagi, wyuczone szczekanie

Przyczyną tego nie jest sam pies, lecz interakcja między człowiekiem a psem. Każde zwrócenie się do psa, spojrzenie na niego lub odprawienie go jest z punktu widzenia psa reakcją, a tym samym nagrodą za szczekanie. Cechą charakterystyczną jest to, że pies szczeka tuż przed tobą, patrzy na ciebie i przestaje, gdy tylko zareagujesz. Dobrą wiadomością jest to, że ten wzorzec zachowania można zazwyczaj zmienić w ciągu kilku tygodni dzięki konsekwentnym ćwiczeniom.

Niepewność i doświadczenia traumatyczne

Szczególnie często obserwuję ten wzorzec szczekania u psów z zagranicy oraz psów z schronisk o niejasnej przeszłości. Szczekanie służy tu w tym przypadku regulacji odległości. Pies chce zachować dystans. Można to rozpoznać po postawie ciała: pies przyjmuje pozycję skuloną, ogon ma schowany, a uszy odłożone do tyłu.

Przewlekły stres prowadzi do trwałego podwyższenia poziomu kortyzolu, co z kolei pociąga za sobą inne problemy związane z zachowaniem i zdrowiem. Ukierunkowane redukcja stresu jest to ważny element. Wymaga to dużej cierpliwości i taktu, a w żadnym wypadku nie konfrontacji ani karania.

Przyczyny medyczne – często pomijane w diagnostyce

W mojej praktyce często spotykam się z sytuacją, w której właściciele przez miesiące bezskutecznie próbują zmienić zachowanie psa, a potem okazuje się, że przyczyną jest choroba fizyczna. Moja zasada jest więc jasna. Jeśli pies *nagle* zaczyna ciągle szczekać lub jego zachowanie związane ze szczekaniem ulega wyraźnej zmianie w krótkim czasie, należy najpierw przeprowadzić badanie weterynaryjne.

Przegląd diagnostyki różnicowej

Poniższy przegląd przedstawia najważniejsze przyczyny medyczne, które mogą leżeć u podstaw ciągłego szczekania.

Choroba	Typowe objawy	Wskazówka na co dzień	zalecane badania diagnostyczne
Ból (układu mięśniowo-szkieletowego/narządów wewnętrznych)	Szczekanie przy ruchu, wrażliwość na dotyk, dyszenie	Występuje podczas wstawania lub wchodzenia po schodach	Badanie kliniczne, prześwietlenie, morfologia krwi
Zaburzenia funkcji poznawczych (CDS)	Pies szczeka w nocy, dezorientacja	Seniorzy od ok. 8 lat	Wywiad DISHA, badanie neurologiczne
Niedoczynność tarczycy	Zmiana zachowania, przyrost masy ciała, problemy ze szatą	Drażliwość, wahania nastroju	Badanie krwi na poziom T4/TSH
Utrata słuchu	Głośne, „dziwne" szczekanie	Nie reaguje już na wołanie	Test BAER, otoskopia
Neurologiczne (Padaczka/Tumor)	Stereotypowe szczekanie, napady	Nawet jeśli nikogo nie ma	Rezonans magnetyczny, badanie płynu mózgowo-rdzeniowego
Hiperadrenokortycyzm	Poliuria, polidypsja, niepokój	Pije dużo, dyszy w nocy	Test stymulacyjny ACTH

Rozpoznawanie szczekania spowodowanego bólem

Szczekanie spowodowane bólem ma wyraźne cechy charakterystyczne. Występuje w nocy, w momentach relaksu lub podczas wykonywania określonych ruchów, często w połączeniu z dyszeniem, zmianami w chodzie, sztywnością po wstaniu lub wrażliwością na dotyk w określonych obszarach ciała.

Częstymi źródłami bólu są artroza, zwłaszcza w biodrze, łokciu lub kręgosłupie, a także choroby zębów, bóle brzucha lub przepukliny dysków. Najważniejsze kryterium odróżniające jest jasne. Ból ten nie ulega zmianie ani pod wpływem rozmowy, ani wysiłku fizycznego. Ustępuje dopiero po wyleczeniu źródła bólu.

Zaburzenia funkcji poznawczych u starszych psów (CDS)

Jest to diagnoza, której brakuje w wielu poradnikach, mimo że coraz częściej występuje u psów w wieku powyżej ośmiu lat. CDS można porównać do demencji u ludzi. Pies szczeka w nocy, błąka się i wydaje się zdezorientowany. Niektóre zwierzęta wykazują dodatkowo objawy przypominające depresja u psów przypominać.

Do klasyfikacji klinicznej służy schemat DISHA, obejmujący **D**orientacja, **I**zmiana interakcji, **S**zaburzenia rytmu snu i czuwania, **H**brak czystości na zewnątrz i w pomieszczeniach oraz **A**zmiana aktywności. Diagnoza opiera się obecnie na międzynarodowe wytyczne dotyczące demencji u psów. W leczeniu stosuje się specjalne diety zawierające trójglicerydy o średniej długości łańcucha, przeciwutleniacze, terapię behawioralną, a w niektórych przypadkach selegilinę.

4-tygodniowy plan treningowy: jak krok po kroku oduczyć psa szczekania

Warunkiem jest wykluczenie chorób oraz to, aby Twój pies był zdrowy fizycznie i miał wystarczającą dawkę ruchu. Codziennie zaplanuj od 10 do 20 minut ukierunkowanych ćwiczeń, korzystaj z wysokiej jakości smakołyków i przerywaj ćwiczenia, gdy tylko pies zacznie wykazywać oznaki przeciążenia. Dodatkowo zapisuj na papierze czasy ćwiczeń, czynniki wyzwalające i reakcje.

1. **Tydzień 1: Obserwacja i dokumentowanie czynników wyzwalających.** Prowadź dziennik sygnałów. Zapisuj czas, sytuację, czas trwania i intensywność. Równolegle ćwicz codziennie przez 5 minut wyraźny sygnał markerowy („klik" lub „tak") i natychmiast nagradzaj. Celem jest to, aby pod koniec tygodnia poznać trzy najczęstsze czynniki wyzwalające.
2. **Tydzień 2: Ćwiczenie relaksacji i utrwalenie komendy „Spokój".** Ćwicz polecenie „Spokój" dwa razy dziennie po 5 minut, wykorzystując łagodne bodźce. Równolegle wyznacz stałe miejsce do leżenia z kocykiem, w którym pies będzie odpoczywał 3 razy dziennie po 10 minut. Pierwszym kamieniem milowym są pierwsze dobrowolne przerwy w szczekaniu po 10–14 dniach.
3. **Tydzień 3, praca nad progiem na spustem.** Wystawiaj psa na działanie najsłabszego bodźca, na przykład cichego dzwonka z telefonu komórkowego, i nagradzaj go natychmiast, zanim zacznie szczekać. Stopniowo zwiększaj intensywność. Codzienny czas treningu: 2 × 7 minut.
4. **Tydzień 4, uogólnienie i zastosowanie w życiu codziennym.** Wprowadź te ćwiczenia do codziennego życia. Dzwonek do drzwi, okna, podczas spacerów – za każdym razem stosując jasną procedurę składającą się z sygnału, miejsca leżenia i nagrody. Stopniowo zmniejszaj częstotliwość podawania smakołyków. Kamieniem milowym jest to, aby pies przestał szczekać na sygnał w ciągu 5 sekund.

Jeśli po czterech tygodniach nie zauważysz żadnych wymiernych postępów, zwróć się o pomoc do szkoły dla psów lub certyfikowanego trenera psów. Cofnięcie się w trzecim tygodniu jest zjawiskiem normalnym i nie stanowi powodu do przerwania programu.

Naturalne wsparcie w przypadku szczekania spowodowanego stresem

W przypadku szczekania spowodowanego stresem naturalne środki domowe mogą stanowić uzupełnienie treningu, ale go nie zastępują. Rumianek ma łagodne działanie uspokajające. Waleriana i melisa są tradycyjnie stosowane w weterynarii jako środki uspokajające. Najlepiej udokumentowany naukowo jest L-tryptofan, niezbędny aminokwas, który w mózgu pełni rolę prekursora serotoniny i który, jak wykazały badania, może w mierzalny sposób obniżyć poziom napięcia u psów.

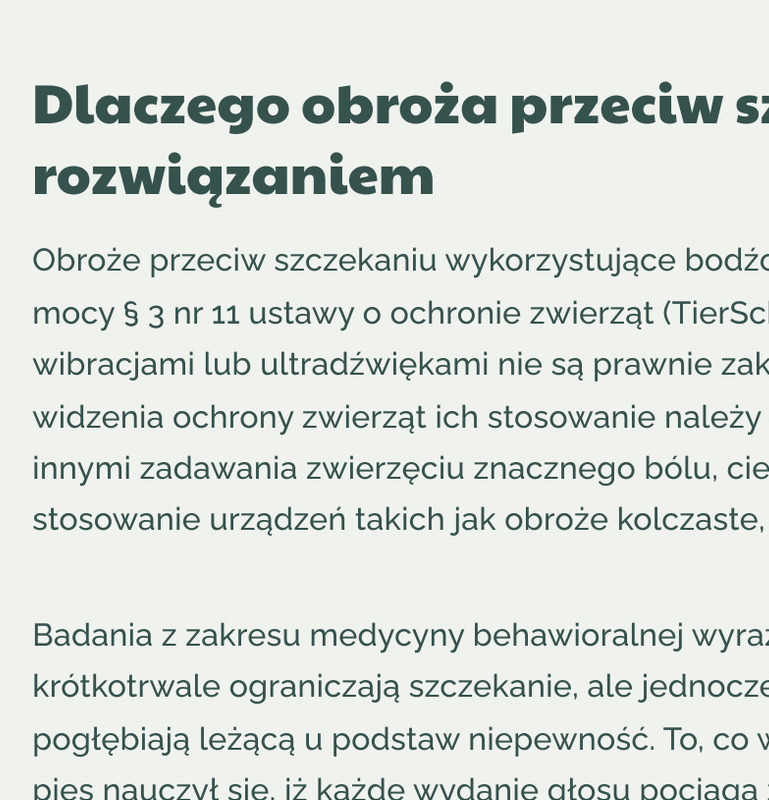
Dodatkowym wsparciem może być Preparat uspokajający dla psów firmy Vetura oferuje. Łączy w sobie L-tryptofan i magnez z wybranymi ziołami, takimi jak waleriana, passiflora, melisa i chmiel. Preparat ten może wspierać Twojego psa w okresach stresu, nie zastępuje jednak ustalenia przyczyny ani ukierunkowanego szkolenia.

Ważne jest, abyś skonsultował stosowanie tego preparatu ze swoim weterynarzem, zwłaszcza jeśli Twój pies przyjmuje inne leki lub cierpi na chorobę wątroby.

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

O produkcie →

W magazynie: w 3-4 dni robocze u ciebie



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

Dlaczego obroża przeciw szczekaniu nie jest rozwiązaniem

Obroże przeciw szczekaniu wykorzystujące bodźce elektryczne są w Niemczech zabronione na mocy § 3 nr 11 ustawy o ochronie zwierząt (TierSchG) – i to nie bez powodu. Obroże z rozpylaczem, wibracjami lub ultradźwiękami nie są prawnie zakazane w sposób ogólny, jednak z punktu widzenia ochrony zwierząt ich stosowanie należy oceniać krytycznie. Ustawa zabrania między innymi zadawania zwierzęciu znacznego bólu, cierpienia lub szkód, na przykład poprzez stosowanie urządzeń takich jak obroże kolczaste, elektryczne lub z aerozolem.

Badania z zakresu medycyny behawioralnej wyraźnie wskazują, że metody awersyjne wprawdzie krótkotrwale ograniczają szczekanie, ale jednocześnie znacznie podnoszą poziom kortyzolu i pogłębiają leżącą u podstaw niepewność. To, co wygląda na „sukces", w rzeczywistości oznacza, że pies nauczył się, iż każde wydanie głosu pociąga za sobą karę. Pies pozostaje w stanie ciągłej gotowości i może reagować innymi problemowymi zachowaniami, takimi jak agresja, apatia lub objawy somatyczne.

Sytuacja prawna: Jak często można szczekać?

W niemieckim orzecznictwie przyjęto pragmatyczną zasadę praktyczną. Psy mogą w ciągu dnia szczekać co do zasady maksymalnie 10 minut bez przerwy i łącznie nie dłużej niż około 30 minut dziennie. W godzinach ogólnego ciszy, zazwyczaj w nocy od 22:00 do 6:00 oraz często w południe, szczekanie należy w znacznym stopniu ograniczyć. Powtarzające się i poważne naruszenia mogą być karane grzywną jako wykroczenie zgodnie z § 117 OWiG.

Jeśli sąsiedzi składają skargi, pomocne może być następujące postępowanie. Najpierw spróbuj porozmawiać z nimi osobiście i wyjaśnij, że traktujesz ten problem poważnie. Równolegle dokumentuj swoje starania, odnotowując terminy zajęć w szkole dla psów, wizyty u weterynarza oraz prowadząc dziennik szczekania. Jeśli toczy się postępowanie urzędowe, przedłóż zaświadczenie weterynaryjne oraz plan szkolenia. Sądy zazwyczaj oceniają poważne starania o rozwiązanie problemu na korzyść właściciela.

Kiedy zwrócić się do specjalisty: trenera, weterynarza czy weterynarza behawiorysty?

Nie każdy problem związany z szczekaniem da się rozwiązać samodzielnie. Ogólna kolejność działań wygląda następująco: najpierw badania medyczne, potem praca behawioralna, a w złożonych przypadkach dodatkowo wsparcie ze strony medycyny behawioralnej. Taka kolejność chroni cię przed inwestowaniem czasu i pieniędzy w ćwiczenia, podczas gdy fizyczna przyczyna pozostaje nieleczona. Pierwszym krokiem jest zatem zawsze fachowe badanie w gabinecie, zwłaszcza w przypadku wystąpienia poniższych sygnałów ostrzegawczych.

- Nagłe pojawienie się ciągłego szczekania bez widocznej przyczyny
- Objawy bólu, takie jak dyszenie, sztywność, wrażliwość na dotyk
- Starsze zwierzęta w wieku od 8 lat, u których występuje nocne szczekanie lub dezorientacja
- Zaburzenia neurologiczne (napady, przechylona głowa, zaburzenia równowagi)
- Znaczne zmiany wagi, nawyki związane z piciem lub zachowaniu
- Zachowania autodestrukcyjne, gdy pies jest sam, jako potencjalne oznaki atak paniki u psa

Po wykluczeniu przyczyn medycznych w sprawach związanych z zachowaniem zwierzęcia należy zwrócić się do certyfikowanego trenera psów (IBH, BHV lub podobne stowarzyszenia). W przypadku złożonych przypadków, takich jak zaburzenia lękowe, silny stres rozłąkowy lub agresja, w których wskazane może być leczenie farmakologiczne, odpowiednią osobą do konsultacji jest weterynarz behawiorysta (specjalista w dziedzinie behawiorystyki zwierzęcej, GTVMT).

Najczęściej zadawane pytania dotyczące nieustannego szczekania

Jak długo trwa oduczenie psa szczekania? +

Które rasy psów najczęściej szczekają? +

Czy ignorowanie naprawdę pomaga? +

Czy mój szczeniak będzie tak samo szczekał za rok? +

Źródła i badania naukowe +

©2026 Vetura GmbH

Teksty na grafikach zostały przetłumaczone z języka niemieckiego z wykorzystaniem narzędzi AI, a następnie zredagowane i sprawdzone przez native speakera języka polskiego. Treść merytoryczna pozostała niezmieniona.

Informacje zawarte na tej stronie mają charakter ogólnych wskazówek i zostały starannie opracowane na podstawie dostępnych źródeł. Autorzy oraz operatorzy strony nie ponoszą odpowiedzialności za szkody materialne ani niematerialne powstałe w wyniku 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 leków przepisanych przez lekarza weterynarii. W razie wątpliwości przed zastosowaniem produktu należy zawsze skonsultować się z lekarzem weterynarii.