

生肉骨糧 (BARF – Biologically Approved Raw Food)

好多時，狗主都會好奇兼好學地問，為什麼狗狗要食生肉骨糧？
究竟生肉骨有什麼好處？狗狗吃生肉骨糧之後，會否變得嗜血、變惡？
看完這篇文章，大家就自會得到有答案。

最天然食糧

在野外，狗狗都是靠狩獵得到食物來維持生命，獵物可以是一隻飛過的雀鳥，也可以小如一隻老鼠、兔、雞、鴨，更可以是大型動物如牛、羊、豬等等。當族群成員一起補獵成功之後，就會馬上把獵物吃掉。根據狗狗的社會架構 (social system)，最有營養的內藏會先由地位最高 (ranking) 的領袖 Alpha 來吃，順序到 Beta、Omega、Middle Rank，最後吃剩的少部份肉、皮、蹄、尾巴等最沒有營養價值的部份，就由最 Low Rank 的成員處理。

這個是原始世界中，食物鏈 (food chain) 裏面弱肉強食 (survival of the fittest) 的定律。我們要知道食物鏈中的基本食物是最天然的食糧，沒有經過化學加工，動物吸取之後往往會以最強姿態出現，就算在危機四伏的荒野，世世代代都能夠繁衍生存！

Dr Pitcairn's Complete Guide to Natural Health for Dogs and Cats, Richard H Pitcairn DVM, PHD and Susan Hubble Pitcairn, MS, Rodale Press Inc, 1995 裏面曾經調查家犬對抵抗蚤和牛蟬的能力，作者發現有些狗隻走入草叢裡面出來後，成身滿佈蚤和牛蟬，有些則半隻蚤和牛蟬都沒有依附在身上，身體好像有天然保護屏，防止防蚤、防牛蟬上身的 ability！後來作者發現，原來這些家犬最大的分別就是每日食物的來源，前者是食狗糧，後者是食全天然生肉骨！除此之外，這些食生肉骨糧的家犬，皮膚、毛髮都比食狗糧的狗更健康亮澤！

我們的家犬，要食得天然健康，就應該跟隨這個大方向，讓身體攝取最高營養，增強底抗能力，防止病魔入侵，保持強健體格。

熟食與生食

在原始世界，本來就沒有熟食的概念，人類都是森林大火之後，才發現用火燒過的獵物味道更好，慢慢發展到今日不同的烹調方法。

狗狗和其他動物一樣，天生都是吃生的，我們或許會問，狗狗吃生肉會否變得嗜血變惡、難以控制？狗狗變惡、難以控制絕對是因為行為問題，與吃生肉沒有任何關係，我們可以理性一點去分析一下。

在捕獵過程中，把獵物追捕、撲倒、最後廝殺而得到蛋白質是最原始、最予生俱來的本能。我們的家犬進食的生肉骨，都是從冰箱裏面取出並已經屠宰的肉，所有追捕、撲倒、廝殺等行為根本就沒有發生，沒有這些行為，我們的家犬又怎會因為數滴血而刺激牠變成猛獸呢？

然而，有些狗主習慣把生肉先煮熟，甚至乎連帶的骨頭都同樣煮熟，但家犬的腸胃總是接受不了而肚痾或嘔吐，原因有二：

1. 狗狗天生就吃生，身體上基本沒有消化熟肉的酵素（enzyme），不能消化的食物便往會引致不適，令狗狗肚痾或嘔吐。
2. 煮熟的骨頭會鈣化，變得硬而尖，不但難于消化，更會刺穿腸胃壁，對狗狗是非常危險的食物！

均衡營養

狗狗是肉食動物（carnivore），其主食都是肉類。在野外，狗狗同時會攝取不同的食物來維持均衡營養（balance diet），例如菜、草、水果、泥土等等，從而吸收必須維他命、礦物質。所以，如果我們在家裡提供生肉骨作為狗狗的食糧，也必須要提供其他食物來保持均衡的營養。

其中，菜草類這些提供纖維（roughage）的食物好重要，因為可以增加腸道的移動，減少便秘（constipation），其來源則大部份來自獵物胃裏面半消化的草。在家裏，如果狗狗不願意進食菜類的纖維食物，我們可以把菜先用攪伴機打爛，再混入生肉裏面，模仿原始世界動物胃內的環境，狗狗就自然馬上把肉菜吃掉。

很多人都有誤解，以為狗狗是雜食類動物（omnivore），又或者是食腐動物（scavenger）。其實，無論何種動物，只需要看一下牠們的牙齒結構（dental structure），就可知道是屬於哪一類別，從而知道牠們在食物鏈中的角色，判斷牠們的天然餐單。例如：人類屬於雜食類（omnivore），其牙齒結構可以有效地咬碎肉、菜、果實等不同食物；至于食腐動物（scavenger），我們較為熟識的則有鬣狗（hyena）、禿鷹（vultures）、科莫多龍（Komodo Dragon），這些動物的特色最主要是胃裏面有非常強勁的消化酵素（digestive enzyme），能夠把滿佈細菌兼腐爛的肉食有效地消化，變為身體的養份。

我們的家犬既然屬於肉食動物（carnivore），其牙齒結構（dental structure）就包括一個只可上下移動、咬合有力的顎骨（jaw）、又尖又長的犬齒（canine）、鋒利的前白齒和白齒（premolars and molars），全部都是有利于咬斃獵物、咬碎骨頭和把肉和骨分開的精密結構。

在街上的社區犬隻（即一般人認識的流浪狗），牠們多數都是靠食剩的食物來維生，有些太腐爛的食物，牠們根本沒法消化變為營養，原因是牠們胃內沒有像食腐動物（scavenger）一樣的強勁消化酵素（digestive enzyme），就算勉強進食了之後也會不舒服，身體差一點的甚至有可能會因食物中毒而死亡！所以，我們提供給狗狗的生肉骨，要特別注意溫度的處理，因為生肉骨在室溫之下會好快有大量細菌計滋生，而這些細菌，犬科動物的消化系統（digestive system）是沒法承受的！

市場上生肉骨糧牌子的選擇

在香港市場上，有好幾個從外國入口的生肉骨糧品牌，他們分別是（排名不分先後，按 alphabetical order）：

- Big Dog (www.bigdogpetfoods.com.au)
- Dr B (www.barf.com.hk)
- K9 Natural (www.k9natural.com.hk)

這些生肉骨狗糧是已經預先在外國包裝好，并保持低溫新鮮。除了標榜是狗狗天然食物之外，他們也標榜均衡營養，裏面的材料包括不同味道的新鮮肉（例如：牛、羊、鷄、火雞、兔、鹿、魚等等），也加入內臟、菜、和狗狗必須的維他命與礦物質。他們的標籤也列明犬隻的體重與食用份量，狗主可以自行到這些牌子的網站作進一步了解。





生肉骨的選擇







如果狗主能夠掌握營養均衡的要訣，自家準備的生肉骨也是一個不錯的選擇，其中可以考慮有信譽的凍肉公司出售的凍肉（frozen meat），注意是那些放在冰櫃裏面售賣，雪到硬繃繃的凍肉；根據研究，零下低溫處理過的新鮮肉達 4 個星期以上，就可以有效殺死（denature）讓狗狗消化系統感到不適的細菌。所以凍肉買回來後，我們應該同樣地放在雪櫃冰格低溫備用，食用前 24 小時就放到雪櫃下格解凍，洗乾淨後就可以給狗狗食用。





本人的 2 隻唐狗 Katy 与 Tiger Lily 食用生肉骨已經有 4 年多的時間，以下的凍肉類別都是既天然又有營養的選擇：

羊	羊比	
	羊肋排腩	
	羊肩	
	羊膝	

牛	牛林	
	牛湯骨	
	牛尾	
	牛展	
	牛坑腩	

牛面肉	
牛肋排	
牛筒骨	
牛根肉	
牛仔根	

<p>鷄、鴨</p>	<p>鷄比</p>	
	<p>鷄翼</p>	
	<p>鷄腳</p>	
	<p>火鷄</p>	
	<p>鴨比</p>	
	<p>鴨胸</p>	

其他	兔肉	
	駝鳥	
	鹿肉	
	鵪鶉	

生魚和生豬肉

大家都可能聽過狗狗不能吃豬肉，大概有 2 個說法：

1. 豬肉的蛋白質太複雜，狗狗沒有相應的酵素來消化，所以進食之後會不舒服，有些會嘔吐，有些則會肚痾！
2. 豬的體內實在有太多頑固的寄生蟲，要經過高溫處理才可以把牠們 100% 殺掉，生食會把這些寄生蟲食進體內影響身體健康，更嚴重的風險甚至會導致死亡！

至于食生的魚，大家都覺得好具爭議性，先不講現在海洋受到污染的問題，如果從犬系的祖先來看，則有阿拉斯加灰狼（Alaskan Gray Wolf）能夠用馴熟的手法，在加拿大北面水域補獵三文魚，然後也非常馴熟地食把魚肉和卵從又尖又細的魚骨分出來吃掉。

我相信，如果不是地域性的物競天擇（**natural selection**），令阿拉斯加灰狼有消化生魚的能力，更沒有媽媽的反芻和身教（**role model**）前提下，犬系幼兒對食一條活生生的魚，會有一定的風險！所以，如果大家要選擇餵魚類食物，還是煮熟後，小心把又尖又細的骨頭拿走後才餵飼家犬。



阿拉斯加灰狼（Alaskan Gray Wolf）用馴熟的手法在加拿大水域補獵三文魚

幼犬餵生肉注意事項

在野外，幼犬發育成熟之前，是不會跟族群去打獵，牠們會乖乖留在山洞（den）內等待。當族群成功打獵後，媽媽會盡量食多一點，然後返回地盤找尋自己的子女，反芻 (regurgitate) 半消化的生肉骨出來餵飼幼兒。

所以，我們餵飼幼犬生肉骨的時候，真的要特別小心：

1. 我們餵飼的一定不是半消化食物，如果幼犬年紀還是太少，身體還未夠成熟製造某種酵素去消化生肉骨，牠們會因消化不良而肚痾。
2. 骨頭的處理，媽媽反芻出來的食物，已經經過咬碎過程，好似肉醬加碎骨的軟糊狀 (mush food)，幼犬就可以輕易地吞下，不怕又硬又尖的骨頭刺傷牠們的腸胃。



狼媽媽正在反芻 (regurgitate) 半消化的生肉骨出來餵飼幼兒

小結

幾千年來，人類不斷尋求養生之道，就算不能長命百歲，都希望健健康康，無病無痛。其中一個方法，就是食得天然，盡量減少食快餐、微波爐或其他加工食物。我們的愛犬，是我們的寶貝，相信我們都會盡量為他們提供最接近天然的生活及飲食，減少他們進食加進添加劑、香料、色素的食材。希望以上有關餵飼生肉及生骨肉的分享，能釋除大家對餵飼生肉的疑慮，並且希望能夠讓大家的愛犬吃得更天然、更健康。