

Les guides Caats



# Prendre soin d'un *chat sénior*

---

Petit guide pour t'aider à prendre soin  
de ton chat vieillissant.

**Caats**

“

**Le temps passé  
avec un chat n'est  
jamais perdu.**

*- Sigmund Freud-*

# Sommaire

**LE MOT DE LA TEAM**

---

**01. CHANGEMENTS  
PHYSIOLOGIQUES**

---

**02. L'ALIMENTATION  
DES SENIORS**

---

**03. ADAPTER SES  
ESPACES**

---

**04. COMPRENDRE  
ET STIMULER**

---

**05. HYGIÈNE & SANTÉ**

# Le mot de la *team*

Si tu es ici, c'est que tu tiens à offrir à ton chat senior tout le confort et l'amour qu'il mérite dans cette belle étape de sa vie. Avec le temps, nos compagnons à moustaches changent : les premiers signes de vieillissement peuvent apparaître dès l'âge de 8 ans. Leur métabolisme ralentit progressivement, ils deviennent plus sensibles et nécessitent une attention particulière pour rester en pleine forme et épanouis..

Ce guide est là pour t'aider à accompagner ton félin au quotidien. Que ce soit pour comprendre les changements liés à l'âge, ajuster son alimentation, réorganiser son environnement ou veiller à sa santé, tu trouveras ici des conseils simples et adaptés à ses besoins.

Prends le temps de choyer ton félin comme il le mérite pour lui offrir une vieillesse paisible et pleine de douceur !

*La team Caats*

01



# *Changements* **physiolo- giques**

---

3 changements à surveiller

# 3 *changements* à surveiller

## 1. Problèmes articulaires

---

Tout comme les humains, les articulations des chats s'usent naturellement avec l'âge. Une hésitation à sauter, monter les escaliers ou un manque d'activité pourraient révéler une arthrose fréquente chez nos vieux matous.

L'arthrose use progressivement le cartilage, réduisant son rôle de coussin protecteur entre les os et entraînant des frottements douloureux pour ton chat. Il est essentiel de repérer les symptômes suivants pour accompagner au mieux ton chat :

**Baisse d'activité :** Il évite de courir, sauter ou se déplacer et peut boiter après un effort.

**Toilette réduite :** L'inconfort articulaire l'empêche d'atteindre certaines zones, entraînant une négligence du toilettage.

**Malpropreté :** Accéder à la litière devient douloureux, le poussant à faire ses besoins ailleurs.

**Changement alimentaire :** Manger devient difficile, surtout si les gamelles sont en hauteur ou nécessitent une inclinaison du cou.

Bien sûr, les symptômes peuvent varier d'un chat à un autre. Certains matous pourront s'isoler et souffrir en silence, d'autres miauleront excessivement ou deviendront plus agressifs. Si tu as le moindre doute, n'hésite surtout pas à consulter ton vétérinaire qui pourra lui prescrire des traitements appropriés.

## 2. Problèmes rénaux

---

Avec l'âge, les reins du chat s'usent, et ont plus de mal à assurer leur fonction. En France, près d'un tiers des chats de plus de dix ans souffrent de problèmes rénaux, pouvant parfois être fatals.

Le problème, c'est que les symptômes peuvent être difficiles à détecter tôt, car ils apparaissent progressivement. Si tu constates un ou plusieurs de ces signes chez ton chat, n'hésite pas à consulter rapidement ton vétérinaire :

**Déshydratation** : Il urine et boit plus fréquemment.

**Diminution de l'appétit** : Il devient plus sélectif et mange moins.

**Perte de poids** : Il maigrit même sans changement alimentaire.

**Troubles digestifs** : Il vomit ou souffre de diarrhées ou constipations.

**Mauvaise haleine** : Odeur d'ammoniaque dans son souffle.

**Baisse d'énergie** : Il est léthargique, dort davantage ou s'isole.

**Changement de pelage** : Son poil est terne, moins doux.

Par prévention, on te recommande de faire des bilans sanguins et urinaires annuels de ton chat senior pour détecter, le plus tôt possible, le moindre signe d'une maladie rénale. Pour protéger les reins fragiles de ton matou senior, il faudra aussi ajuster son alimentation.

Même si la dégradation des reins restera irréversible, un traitement et une alimentation adaptée pourront permettre d'en ralentir la progression.

### 3. Évolution du poids

---

Avec l'âge, le métabolisme et le mode de vie de ton chat évoluent, entraînant parfois des **variations de poids**. Or, ce facteur est particulièrement crucial chez un chat âgé, car un poids inadapté peut impacter directement sa santé et sa longévité.

Un **excès de poids** accentue les douleurs articulaires, limite sa mobilité et favorise des maladies comme le diabète ou les troubles cardiovasculaires.

À l'inverse, une **perte de poids** peut être le signe d'une **maladie** sous-jacente, d'une **fonte musculaire** ou d'une **baisse d'appétit** liée à des troubles digestifs, sensoriels ou dentaires.

De plus, un **chat amaigri devient plus vulnérable aux infections** et récupère moins bien en cas de maladie.

Son métabolisme ralentissant, il est donc essentiel de surveiller son poids. Pour cela, il faudra adapter son alimentation à ses nouveaux besoins pour éviter les carences, prévenir les complications et préserver sa vitalité. Un suivi régulier permettra d'anticiper d'éventuels problèmes de santé et d'assurer son bien-être au fil des années.

02



# *L'alimenta- tion* des chats sénior

---

Besoins nutritionnels spécifiques

L'importance de l'alimentation humide

Les compléments alimentaires

“

Un chat domestique vit en moyenne entre 12 et 16 ans, mais certains atteignent 20 ans et plus avec de bons soins.

# Besoins *nutritionnels* spécifiques

## Renforcer son organisme devenu plus fragile.

Les chats seniors ont des besoins nutritionnels spécifiques pour s'adapter à leur métabolisme plus lent et à d'éventuels problèmes de santé liés à l'âge. Voici les points clés à prendre en compte :

### Un apport énergétique modéré.

Les chats seniors sont souvent moins actifs, il faut donc veiller à ce que leur alimentation ne soit pas trop riche en calories afin d'éviter une prise de poids excessive. L'obésité accentue les problèmes articulaires (arthrose), cardiaques et favorise l'apparition de maladies comme le diabète. Nous te recommandons donc d'ajuster les portions en fonction de l'état de santé de ton matou senior et de son mode de vie.

### Une teneur adaptée en protéines.

Pour maintenir leur masse musculaire, nos moustachus âgés ont besoin d'une alimentation riche en protéines. Une carence en protéines peut également affaiblir son système immunitaire mais aussi diminuer sa vitalité. Mais attention au dosage et surtout à la qualité des protéines !

Pour les matous seniors aux reins déjà fragilisés, un excès de protéines peut surmener les reins, car leur élimination repose principalement sur la fonction rénale. C'est la raison pour laquelle un chat souffrant

d'insuffisance rénale doit généralement suivre un régime moins riche en protéines. C'est pour ça qu'il est important d'adapter le dosage en fonction des besoins nutritionnels spécifiques de ton chat.

Pour vérifier la quantité de protéines réellement consommée par ton matou, il est utile de regarder le **rapport protido-calorique (RPC)**, c'est-à-dire la proportion de protéines par rapport à l'apport calorique total de l'aliment.

### Comment calculer le RPC ?



#### 💡 Méthode 1 :

Si tu connais la densité énergétique de l'aliment ("énergie métabolisable"):

$$\text{RPC} = \text{Protéines (en \%)} / \text{densité énergétique (kcal/100g)} * 1000$$

#### 💡 Méthode 2 :

Si la densité énergétique n'est pas renseignée par le fabricant, le calcul est un peu plus complexe:

$$\text{RPC} = \text{Protéines (en \%)} / (3,5 \times \text{protéines (en \%)} + 9 \times \text{matières grasses (en \%)} + 4 \times \text{glucides(en \%)}) \times 100\ 000$$

Idéalement, voici à quoi le RPC devrait correspondre :

- **Chat adulte entier et actif** : RPC > 75 g/mcal
- **Chat adulte stérilisé ou sédentaire** : RPC > 87 g/mcal
- **Chat adulte stérilisé et sédentaire** : RPC > 100 g/mcal

## La qualité des protéines

Cependant, la quantité n'est pas le seul critère à prendre en compte. La qualité des protéines est un élément crucial dans le choix de l'alimentation de ton chat âgé.

Lorsque le chat ingère des protéines animales de faible qualité, il ne les assimile pas pour son métabolisme ; elles sont alors éliminées par les urines. Plus il en consomme, plus ses reins sont sollicités, ce qui peut, à

long terme, favoriser l'apparition d'une maladie rénale chronique.

## Reconnaitre des protéines de bonne qualité



Il y a quelques éléments à vérifier sur la composition des croquettes et des pâtées :

- **L'origine de la protéine animale est clairement indiquée** : "poisson", "poulet", "boeuf".
- Les ingrédients sont **classés par ordre d'importance** pondérale : si la viande ou le poisson apparaît parmi les premiers ingrédients, c'est un bon signe.
- Méfie-toi **si les céréales ou sources de glucides** (maïs, blé, soja) sont **listées en premier**, car cela peut indiquer que la part de protéines animales est relativement faible.
- Tu peux regarder le **rapport protido-calorique (RPC)** pour vérifier qu'il y a suffisamment de protéines rapportées aux calories totales.

## Une faible teneur en phosphore

Le phosphore est un **minéral très répandu** dans de nombreux **aliments d'origine animale et végétale**. Ce minéral a des **effets positifs pour le métabolisme** du chat. Par exemple, à chaque fois que Minou court derrière son laser favori ou qu'il saute sur la table de la cuisine, l'ATP, qui est une molécule, **libère de l'énergie** grâce à sa structure riche en phosphore.

Cependant, comme **l'élimination** du phosphore passe **par les reins**, un **excès** peut les **endommager**. Encore une fois, tout est une question de dosage et de qualité des ingrédients.

Un **taux trop élevé** de phosphore dans la nourriture de ton matou peut être le signe que l'aliment est formulé avec des **matières premières de qualité médiocre** ou qu'il n'a pas été conçu avec un souci d'équilibre nutritionnel optimal pour nos félins.

Pour les chats seniors, dont les **reins sont déjà fragilisés** par la vieillesse, le taux de phosphore ne devrait **pas dépasser les 0,8 %** et pour ceux souffrant d'une maladie rénale, il devrait rester inférieur à 0,6 %.

## Une alimentation faible en glucides

Les chats produisent peu d'enzymes nécessaires à la décomposition des glucides. En conséquence, leur **organisme peut vite arriver à saturation**, risquant de provoquer des diarrhées en cas d'excès. De plus, **trop de glucides** pourront finir par être **stockés sous forme de graisse**, entraînant des risques de surpoids et de diabète. De manière générale, que le chat soit senior ou non, il faut donc privilégier une **alimentation faible en glucides**. Le **taux de glucides** devrait idéalement être inférieur à **20% pour les croquettes** et inférieur à **5% pour la pâtée**.

Bien évidemment, il faut prendre en compte **l'état de santé de ton chat** et son mode de vie pour adapter au mieux son alimentation. Si tu as besoin d'un accompagnement, notre service client est à disposition pour t'aider à prendre soin de ta boule de poils.

## Respecter la transition alimentaire

Quand tu introduis une nouvelle alimentation à ton chat senior, il est essentiel d'effectuer une transition alimentaire progressive pour éviter les troubles digestifs, qui peuvent être plus fréquents avec l'âge.

Commence par mélanger une petite quantité du nouvel aliment avec l'ancien, puis augmente progressivement la proportion sur une période de minimum 10 à 15 jours. Les chats âgés ayant parfois un appétit plus capricieux ou des habitudes bien ancrées, une adaptation plus longue peut être nécessaire.

Cette approche permet à son système digestif fragile de s'habituer en douceur et limite les risques de diarrhées, vomissements ou refus alimentaire. Pense à surveiller son comportement, son appétit, son poids et la qualité de ses selles pendant cette période. N'hésite pas à contacter notre service client si tu as le moindre doute.

Si ton chat n'est pas fan de la pâtée, voici quelques astuces pour lui faire accepter.

## 4 astuces pour lui faire apprécier la pâtée



- 1 **Familiarise son odorat** avec ce nouvel aliment en plaçant un peu de pâtée près de sa gamelle habituelle pendant quelque temps.
- 2 **Sers-la à température ambiante** ou légèrement réchauffée pour en augmenter l'attrait.
- 3 **Saupoudre quelques croquettes** sur la pâtée pour l'inciter à y goûter.
- 4 **Explore nos différentes saveurs et textures** de pâtée pour découvrir sa préférence.

Enfin, **sois patient** : chaque chat est unique, et **certains pourraient avoir besoin de plus de temps** pour accepter cette alimentation.

# L'alimentation *complémentaire*

## Les compléments alimentaires

Pour les chats seniors, les compléments alimentaires peuvent être un excellent moyen de répondre à leurs besoins spécifiques liés au vieillissement, comme le soutien des articulations, des reins, du système immunitaire, et du pelage. Attention cependant à toujours demander l'avis d'un expert avant d'en donner à ton chat.

Voici les compléments les plus recommandés et leurs bénéfices :

### Les oméga-3

Les oméga-3 sont des graisses essentielles que ton chat ne peut pas produire et doit puiser dans son alimentation, notamment via les poissons gras, l'huile de poisson et certaines huiles végétales. Leurs propriétés anti-inflammatoires soulagent les douleurs articulaires, hydratent la peau, apaisent les irritations et renforcent le pelage pour le rendre plus fort et brillant.

De nombreuses croquettes et pâtées, pour chats seniors, contiennent déjà des oméga-3. Mais si tu le souhaites tu peux en ajouter sous forme d'huile de saumon à son alimentation. Reste prudent avec le dosage, car un excès peut causer des troubles digestifs ou déséquilibrer son alimentation. En cas de doute, n'hésite pas à contacter notre team !

### Les antioxydants

Les antioxydants comme la vitamine E, la vitamine C et le sélénium protègent les cellules, soutiennent les organes vitaux et aident les chats âgés à rester en bonne santé. Les aliments pour chats seniors contiennent souvent ces antioxydants, mais ils existent aussi en compléments (poudres, huiles).

## Les probiotiques

Les probiotiques sont de bonnes bactéries qui aident à garder l'intestin de ton chat senior en forme ! Avec l'âge, son système digestif devient plus capricieux, mais les probiotiques peuvent aider à rééquilibrer sa flore intestinale, faciliter sa digestion et réduire les diarrhées, les constipations et les ballonnements. Ils améliorent aussi l'absorption des nutriments, essentiels pour nos vieux félin.

En plus, ils participent à renforcer le système immunitaire et sont aussi utiles en cas de stress ou après un traitement antibiotique pour rétablir l'équilibre digestif. Tu peux trouver des probiotiques sous forme de poudre à mélanger à sa nourriture.

# Nos *produits* adaptés aux chats seniors

## Les croquettes



-  Riches en poulet frais
-  Sans céréales et allégées en glucides
-  Composition réduite en glucides
-  Taux de phosphore 0,8%
-  Développées par nos vétérinaires
-  Fabriquées en France

+

## Les pâtées

Effilochés en sauce



 **Aliments complets**

 Sans céréales

 Très faibles en glucides

Effilochés en gelée



 Très riches en protéines animales

 Développées par nos vétérinaires

 Favorisent l'hydratation

Mousse



 Différentes textures et saveurs

 Fabriquées en France et en Europe

=



# Nos extras pour *prendre soin* de ton chat senior

## Filets



-  Sans céréales
-  100% naturel
-  Ultra riche en viande ou poisson frais
-  Super appétant

## Huile de saumon



-  Riche en Oméga 3 et 6
-  Bienfaits peau et poils
-  Défenses immunitaires
-  Fabriqué en France

## Probiotiques



-  Bien-être intestinal
-  Défense immunitaire
-  Convient à tous les chats
-  Fabriqué en France

## Friandises



-  Sans céréales
-  100% naturel
-  Au saumon
-  Fabriqué en France

03



# Adapter ses *espaces*

---

Accès aux ressources essentielles

Créer un espace sécurisé et calme

“

**60 % des chats de plus de 12 ans ont des signes d'arthrose visibles.**

# Accès aux ressources

Comme les chats âgés sont moins agiles et que certains mouvements peuvent être inconfortables ou difficiles, il va falloir adapter l'accès à leurs ressources.

 **Les gamelles : place-les au sol**, à un endroit facile d'accès. Elles peuvent être **légèrement surélevées** pour que ton matou puisse boire et manger dans une posture qui demandera moins d'effort à ses articulations.

 **L'eau** : Il est important que ton matou senior s'hydrate régulièrement. Pour l'inciter à boire plus souvent, tu peux **installer plusieurs points d'eau** à des endroits facilement accessibles et pas trop éloignés de ses spots préférés pour limiter les grands déplacements. Et tu peux **investir dans des fontaines à eau** pour le stimuler et l'amuser un peu plus.

 **Le bac à litière** : Si ça devient **trop compliqué ou douloureux** pour ton matou d'aller à la litière, il commencera à faire ses besoins ailleurs ou pire, il se retiendra plus longtemps pour limiter les déplacements vers son bac, ce qui n'est pas bon pour ses reins.

Pour éviter tout ça, il est préférable d'opter pour un bac à litière avec des rebords plus petits et surtout ouvert, car la petite porte peut devenir un obstacle. Pour éviter les accidents de parcours liés à de l'incontinence ou des déplacements trop long ou douloureux, n'hésite pas à ajouter des bacs à litières à différents endroits stratégiques de la maison.

 **L'arbre à chat** : il existe des arbres à chat pour les seniors. L'accès est facilité grâce à des rampes ou des marches. Donc même âgé, ton matou pourra assouvir son besoin d'observer son royaume de haut, depuis le sommet de son arbre.

Nous te recommandons d'investir dans plusieurs gamelles, litières et griffoirs pour pouvoir en disposer à plusieurs endroits ou à chaque étage, si tu as une maison à plusieurs paliers. Ça limitera les déplacements trop long et possiblement douloureux pour ton matou. De plus, s'il commence à perdre son orientation, avoir accès à ses ressources à plusieurs endroits lui facilitera la vie.

### Pour aller plus loin



Si tu as assez d'espace chez toi, tu peux également investir dans des **rampes** ou des **petits escaliers**, spécialement conçus pour les chats seniors. Tu peux en mettre une devant ton canapé au cas où Minou déciderait de te rejoindre pour une soirée Netflix ou mettre une rampe sur son bac à litière ou son arbre à chat pour qu'il puisse y accéder plus facilement.

Ils peuvent également devenir plus vulnérables face au stress ou aux changements, en raison d'une diminution de leur confiance ou de leurs capacités sensorielles (vision, ouïe, odorat). Un environnement adapté leur permet de continuer à se sentir à l'aise et en sécurité, tout en répondant à leurs nouveaux besoins.

# 4 bienfaits de *l'humide*

1

## Hydratation

Les chats ne ressentent pas toujours le besoin de boire de l'eau de manière proactive, car à l'état sauvage, ils s'hydratent principalement grâce à leurs proies. L'alimentation humide, composée de 70 à 80 % d'eau, leur permet de compenser ce manque et de couvrir leurs besoins hydriques. Cela aide à préserver leur fonction rénale et à limiter les risques de calculs urinaires ou d'insuffisance rénale en vieillissant.

2

## Maintient du poids

Les pâtées ont un effet plus rassasiant que les croquettes, sans excès calorique. Cela est idéal pour un chat senior moins actif, elles aident à prévenir le surpoids et le diabète.

3

## Meilleure appétence

Les pâtées ont souvent une odeur et des textures plus attractives que les croquettes, ce qui est un atout pour les chats âgés, dont l'odorat et le goût peuvent diminuer avec le temps.

4

## Facilite la mastication

La baisse d'appétit chez les chats seniors peut être dû à des douleurs dentaires et des difficultés à mastiquer correctement. La texture tendre des aliments humides, comme les mousses, est donc idéale et facilitera l'ingestion.

# Un espace *calme* *et sécurisé*

## Les coins repos

Avec l'âge, les chats peuvent être plus sensibles aux bruits et aux changements de températures, ce qui peut leur ajouter un stress supplémentaire. Il faudra donc surclasser ses spots douilletts !

Choisis des endroits calmes, facilement accessibles, où la température n'est ni trop chaude ni trop froide. Tu pourras y installer un panier ou un gros coussin directement au sol. Idéalement, les coins douilletts doivent s'adapter aux saisons pour que ton chat n'ait ni trop chaud en été et ni trop froid en hiver.

Par exemple, tu peux installer un panier à proximité d'un radiateur : l'été, il sera éteint et l'hiver, Minou pourra profiter du chauffage. Tu peux aussi prévoir un coussin chauffant pour garder ton félin bien au chaud en hiver et simplement l'installer dans un spot à l'ombre l'été.

## Sécuriser son environnement

Pour les chats ayant des problèmes de vision, la stabilité de leur environnement est cruciale :



Garde son environnement bien éclairé, surtout près de ses ressources.



Assure-toi également que les endroits qu'il fréquente souvent soient dégagés d'obstacles ou d'objets qu'il pourrait heurter.



Évite de changer fréquemment l'emplacement des meubles, gamelles ou litières, afin qu'il puisse se repérer facilement.



Assure sa sécurité en bloquant l'accès aux zones dangereuses, comme les escaliers raides ou les fenêtres ouvertes.

04



# Comprendre et *stimuler*

---

Changements de comportement

L'importance de la stimulation

# Changements de *comportement*

Avec l'âge, ton chat senior peut connaître des évolutions de comportement, la plus courante étant le fait de devenir moins actif et dormir plus longtemps. Cependant il est important de surveiller ces changements afin de s'assurer qu'ils ne révèlent pas de problèmes de santé plus sérieux.

## Activité réduite

Avec l'âge, un chat devient naturellement moins actif. Il passe plus de temps à dormir, bouge moins et évite les efforts inutiles comme sauter ou courir. Son métabolisme ralentit, et s'il souffre d'arthrose ou de douleurs articulaires, il peut hésiter à grimper sur ses endroits favoris. Il joue moins souvent et se fatigue plus vite après une activité. Il est donc important de respecter son rythme tout en l'encourageant à bouger avec des stimulations adaptées, comme des jouets interactifs ou des séances de jeu plus courtes.

## Changements dans l'interaction sociale

Le comportement social d'un chat âgé peut évoluer de différentes manières. Certains deviennent plus affectueux, recherchant davantage le contact et les câlins, tandis que d'autres préfèrent s'isoler et tolèrent moins la présence d'autres animaux ou humains. Il peut aussi se montrer plus irritable, notamment s'il souffre de douleurs chroniques ou s'il est perturbé par des changements dans son environnement. Observer et respecter ses nouveaux besoins relationnels est essentiel pour lui offrir un quotidien apaisant et rassurant.

## Désorientation

Ton chat peut sembler perdu dans sa propre maison ou se mettre à errer sans but. Il est possible qu'il oublie ses routines ou qu'il ne se rappelle plus où sont situées ses gamelles et sa litière, ce qui peut l'amener à uriner en dehors. Ces cycles de sommeil peuvent aussi être affectés. Ton matou pourrait être plus actif à des heures inhabituelles, comme tôt le matin ou la nuit.

### Comment l'aider ?

**Attention à ses ressources :** ne déplace pas ses ressources principales (gamelles, litière, spot de sieste) et n'hésite pas à en ajouter dans différentes pièces pour en faciliter l'accès.

**Ne déplace pas les meubles :** Évite de changer la position des meubles de la maison. En plus de créer du stress pour ton félin, cela peut le désorienter encore plus.

**Aide-le à mieux dormir :** si ce n'est pas déjà fait, installe un coin douillet à côté de ton lit. Tu peux aussi placer une veilleuse près de ses ressources pour l'aider à se repérer la nuit.



## Miaulements inhabituels

Ces vocalisations peuvent indiquer de l'anxiété, de la confusion ou des douleurs (comme l'arthrose). Elles sont souvent plus fréquentes la nuit, car le chat peut se sentir isolé ou désorienté dans l'obscurité.

### Comment l'aider ?

**Rassure-le la nuit :** en plus d'installer son couchage près de toi ou dans une pièce où il se sent en sécurité, tu peux ajouter des couvertures ou un coussin chauffant pour plus de confort, surtout s'il souffre d'arthrose.

**Utilise des phéromones apaisantes :** les diffuseurs de phéromones peuvent aider à réduire son anxiété.

**Stimule-le en journée :** assure-toi qu'il reste actif pendant la journée pour qu'il dorme mieux la nuit. Des jouets interactifs ou des séances de jeu simples peuvent l'aider.



## Stress et anxiété

Les chats âgés peuvent devenir plus sensibles aux changements. Leur sens peuvent diminuer, provoquant un sentiment d'insécurité. Les changements soudains, comme un déménagement, l'arrivée d'un nouvel animal, ainsi que les douleurs chroniques comme l'arthrose peuvent amplifier leur anxiété. Ce stress pourra se traduire par un toilettage excessif ou au contraire négligé, de l'isolement ou encore de l'agressivité.

### Comment l'aider ?

**Respecter ses moments de calme** : il faudra lui préparer des espaces où il peut se retirer en toute tranquillité, loin des perturbations.

**Surveiller sa prise alimentaire** : tout en respectant son besoin de calme, surveille s'il mange ou boit normalement.

**Passer du temps avec lui** : si son isolement devient extrême, essaie de passer plus de temps avec lui dans un environnement apaisant pour l'encourager à interagir.

**Le rassurer** : lorsqu'ils sont anxieux, certains chats vont chercher à se rassurer en étant excessivement affectueux. Il faudra donc renforcer son sentiment de sécurité sans perturber sa routine. Passer plus de temps avec lui, utiliser des diffuseurs de phéromones ou installer des cachettes dans des endroits tranquilles peuvent le rassurer et l'apaiser.

**Maintenir une routine stable** : il faudra éviter de changer trop brusquement son environnement. Si un déménagement ou l'arrivée d'un bébé est inévitable, il faudra introduire ce changement en douceur.



Certains de ces changements peuvent aussi être le signe de maladies sous-jacentes. Si tu en constates, rends-toi chez ton vétérinaire pour qu'il puisse poser un diagnostic précis.

“

**Un vieux chat, c'est une  
âme sereine qui a appris  
à savourer chaque rayon  
de soleil et chaque  
caresse.**

# L'importance de la *stimulation*

## Pour son activité physique

Les jeux ne sont pas réservés qu'aux chatons ! Même en vieillissant, ton chat a besoin de bouger pour rester en forme. Son énergie diminue, mais il peut toujours s'amuser avec des jeux adaptés à son âge et à sa condition physique.

**Privilège des mouvements lents :** évite les gestes brusques et rapides, qui peuvent être inconfortables pour ses articulations.

**Choisis des jouets doux et faciles à attraper :** une perche à plumes, des balles molles ou des jouets en tissu seront plus agréables pour ses pattes et ses dents.

**Réduis la durée des séances :** quelques minutes suffisent pour le stimuler sans le fatiguer.

**Encourage les petits déplacements :** place des friandises ou ses jouets préférés à des endroits faciles d'accès pour l'inciter à bouger sans trop d'effort.

## Pour son mental

En plus de son activité physique, il est aussi important de stimuler sa curiosité naturelle et ses instincts de chasseur avec des jeux de parcours, des puzzles ou une petite chasse au trésor dans le salon. De cette façon, il continuera à être mentalement stimulé, tout en bougeant son popotin !



**Organise une mini chasse au trésor :** cache des friandises dans des coins accessibles pour l'encourager à explorer.



**Propose des jeux interactifs :** puzzles alimentaires, tapis de fouille ou distributeurs de croquettes rendent ses repas plus amusants.



**Crée un parcours simple :** quelques cartons ou tunnels ouverts peuvent suffire à éveiller son intérêt.



**Continue à interagir avec lui :** câlins, moments de complicité et jeux légers lui feront autant de bien que l'activité physique.

Même avec un rythme plus calme, ton chat senior a toujours besoin de stimulation. En adaptant ses jeux, tu l'aides à rester actif et heureux !

05



# Hygiène & *santé*

---

Les bonnes habitudes d'hygiène

Surveiller sa santé

Accompagner sa fin de vie

# Les *bonnes habitudes* d'hygiène pour ton chat senior



## Le brossage :

À cause du manque de souplesse et de certaines douleurs articulaires dû à la vieillesse, ton matou senior pourrait avoir du mal à atteindre certains endroits lorsqu'il lèche son pelage. Or, le toilettage est indispensable pour bien entretenir son pelage et sa peau.

Il est donc important d'aider ton senior à bien faire sa toilette. Brosse-le plusieurs fois par semaine pour éviter les nœuds tout en vérifiant qu'il n'ait pas de lésions ou de parasites. Tu peux même en profiter pour le masser afin de favoriser sa circulation sanguine !



## Les griffes :

Un chat adulte en bonne santé peut facilement entretenir ses griffes seul grâce aux griffoirs (ou au canap'), en les usant naturellement dehors, ou en se toilettant. Chez les chats âgés, elles s'usent moins facilement en raison du manque d'activité et de leur fragilité. Elles peuvent même pousser vers l'intérieur, risquant de blesser les coussinets.

Pour éviter ce problème, contrôle et coupe (si nécessaire) les griffes de ton senior tous les 10 à 15 jours. Utilise un coupe-griffes spécial et coupe uniquement la partie transparente. Si tu n'es pas à l'aise, demande à ton vétérinaire de te montrer comment faire.



## Les dents :

Les problèmes dentaires, tels que la gingivite et le tartre, sont fréquents chez les chats âgés et peuvent affecter leur bien-être. Pour préserver la santé bucco-dentaire de ton senior, habitue-le doucement au brossage avec des séances courtes et des récompenses pour l'encourager. Utilise une brosse souple ou un doigtier, ainsi qu'un dentifrice adapté (pas de dentifrice humain, qui est toxique pour eux).

Prévois des contrôles réguliers chez le vétérinaire qui pourra si besoin procéder à un détartrage.

# Surveiller sa *santé*

Avec l'âge, la santé de ton félin peut évoluer rapidement, et certaines maladies s'installent sans signes visibles au début. C'est pourquoi un suivi vétérinaire régulier est crucial pour détecter et prévenir d'éventuels problèmes. Il est recommandé d'emmener ton chat en consultation tous les six mois, même en l'absence de symptômes.

## Pourquoi ces visites sont importantes ?



Détection précoce des maladies liées au vieillissement (insuffisance rénale, diabète, arthrose, hyperthyroïdie...).



Adaptation de son alimentation et de ses soins en fonction de son état de santé.



Contrôle du poids pour éviter la fonte musculaire ou le surpoids, deux facteurs de risque chez les seniors.

### Un bilan de santé approfondi peut inclure :

- ✓ Un examen clinique complet (poids, état du pelage, palpation des articulations).
- ✓ Des analyses sanguines et urinaires pour surveiller le fonctionnement des reins, du foie et dépister le diabète.
- ✓ Un contrôle bucco-dentaire pour prévenir ou traiter les douleurs dentaires et gingivales.



Les chats sont experts pour masquer leur inconfort, il faut donc être attentif à tout changement dans leur comportement ou leur routine. Tu trouveras à la page suivante une liste des signes pouvant alerter.

# Les *signes de douleur* pouvant alerter



## Changements physiques

- Perte ou prise de poids soudaine
- Pelage terne, gras ou négligé (moins de toilettage)
- Griffes trop longues ou cassantes
- Gonflements ou masses inhabituelles
- Odeur inhabituelle de la bouche (haleine forte, ammoniaquée)
- Yeux ou nez qui coulent en permanence



## Changements dans l'alimentation

- Perte d'appétit ou refus de manger
- Augmentation soudaine de la faim ou de la soif
- Difficulté à mâcher ou bave en mangeant
- Urine plus fréquente ou au contraire absence d'urination



## Changements comportementaux

- Fatigue excessive, manque d'énergie
- Désorientation, regard perdu
- Agressivité soudaine ou isolement
- Miaulements excessifs, surtout la nuit
- Recherche inhabituelle d'attention ou au contraire, indifférence



## Changements dans l'hygiène et la mobilité

- Problèmes de propreté (urine ou selles en dehors de la litière)
- Difficulté à sauter, grimper ou marcher
- Boiterie ou raideur après le repos
- Litière plus sale que d'habitude (diarrhée, constipation, sang dans les selles)

# Accompagner sa *fin de vie*

Voir son chat vieillir et approcher la fin de sa vie est une épreuve difficile, mais lui offrir du confort, de la sérénité et de l'amour est le plus beau cadeau que tu puisses lui faire.

## L'accompagnement physique

Chaque chat vit cette étape différemment, et ton rôle est d'adapter son quotidien à ses besoins pour lui garantir une fin de vie paisible. Tu pourras, comme abordé dans les pages précédentes de ce guide, adapter son environnement pour lui faciliter le plus possible l'accès à ses ressources, surveiller de près son état et soulager ses douleurs (avec l'aval de ton vétérinaire).

## L'accompagnement émotionnel

Cette période est difficile aussi bien pour ton chat que pour toi. Prends le temps de lui offrir des moments de tendresse et de l'accompagner en douceur. Lui parler, le rassurer et rester à ses côtés l'aidera à se sentir en sécurité. Certains chats apprécieront plus de contact et de câlins, tandis que d'autres préféreront être tranquilles : respecte ses besoins et reste à son écoute. L'important est de lui offrir une fin de vie digne et sereine, entouré de ton amour, jusqu'au bout.

Si son état se détériore et que la souffrance devient trop présente, il peut être temps de discuter des options avec un vétérinaire.

“

**Un chat, c'est  
un cœur avec  
du poil autour.**

*- Brigitte Bardot -*

Nous espérons que ce guide t'a aidé à mieux comprendre les besoins de ton chat senior pour lui offrir un quotidien doux et épanoui. Profite de chaque instant à ses côtés, des séances de câlins aux petites routines du quotidien, car ces moments sont précieux.

Et lorsque la fin de son voyage approchera, sache que tu n'es pas seul. Le deuil d'un chat est une épreuve difficile, que chacun traverse à son rythme. C'est pourquoi nous avons aussi créé un guide, qui pourra t'aider le moment venu à comprendre tes émotions et à honorer la mémoire de ton compagnon.

*La team Caats* 🐾💖

*Ccats*

