

“猫大爷” 主人请您进水啦

夏日炎炎,然而自家的“猫主子”却丝毫没有补水的自觉,往往渴得近乎脱水,这可急坏了一众“猫奴”。

为何猫咪不爱喝水呢?原来,猫在被驯化以前几乎都是纯正的食肉动物(而许多犬科动物都有食腐习性),它们主要从鲜肉和脏器当中获取水分。此外,猫咪的排泄物一般为“浓缩尿”,并不需要大量水分。所以,猫咪天生没有很强的补水意识。

但毕竟现在猫咪的食谱与野生猫科动物大相径庭,并且在酷暑中还是有脱水和引发尿路感染的风险。故而,对于补水,各位“猫奴”还是不能掉以轻心,用对待补水意识强的汪星人的放养方式对待喵星人,下面就为大家支几招:



有条件的“猫奴”可以装上个猫喷泉,或许能够引起它的饮水兴趣。

1. 选取合适的猫粮

一般来说,合格的猫粮当中水分含量都很高,能够满足猫咪对于水分的大部分需要。要注意不要选取一些假劣猫粮,这些“黑猫粮”有可能含有工业盐,对于猫咪的肾脏有不小的危害。“猫奴”们也可以做一些猪肝给“主子”加餐,也要注意不能放过多的盐哦!

2. 供水要干净

讲究的猫咪对于水的气味十分敏感,最好能够勤换水,并保持盛水容器的清洁。水的选择以白开水为佳,既能防止一些细菌的危害,又能有效祛除自来水中氯的异味。夏日可以等白开水凉了之后再给猫咪,而冬天则需要温度近似体温的温水,注意不要太烫,猫舌可是十分怕烫的!

3. 利用猫咪的好奇心

俗话说“好奇害死猫”,“猫奴”们一定也发现自家“主子”特别喜欢爬高上低,研究各种新奇的玩意吧。大伙儿可以考虑用一些新奇的容器来盛水,有条件的还可以用猫喷泉这种动态的供水方式吸引猫咪的注意。此外,猫咪一般都很任性,习惯在各处进水,家里最好不要只在一个地方放水喔!

(综合)

感觉平板支撑太闷?

跟着节拍动起来

平板支撑虽然是看似容易,但其实要用四肢力量撑起整个身体并保持不动,是一件非常难的事。看看以下3个变奏版动作,可以为平板支撑添一点儿趣味,同时也可以训练到其他肌肉群。



阻力平板支撑

——双手双脚套上健身用的橡筋带,然后伸直撑地,距离成肩头阔,之后将重心先放在左手和右脚,然后用右手手臂和左脚大腿力量对抗橡筋力量,慢慢移开5寸距离,之后回到原点,换右手左脚,重复动作10次。



抬臂平板支撑

——以双手伸直撑地、双脚成肩头阔的平板支撑姿势开始,首先将重心放在左手,然后将右手弯曲肘手提起,手掌贴近腰部位置,保持15秒至20秒之后慢慢放下支撑地下,然后换手。这个动作可以训练手臂肌肉和背部力量。



扭膝平板支撑

同样以双手伸直撑地、双脚成肩头阔的平板支撑姿势开始,慢慢将左脚膝头提起,触碰左手肘,保持5秒后放下然后换右脚,重复动作20次。(综合)

信阳新闻网 www.xynews.com.cn

信阳2015 新闻网

触屏版

手机客户端 (Android/ios)

拿出手机 快来扫一扫!