

Kam nechodí slunce, chodí lékař aneb **důležitost vitamínu D v zimním období**

U většiny chovatelů se nacházíme v období, kdy je nejvyšší čas zvýšit příjem živin pro následující období páření a líhnutí vajec. Množství, které bylo vyhovující v období reprodukčního klidu je v období páření nedostatečné a bude ho třeba ještě navýšit i v období líhnutí a krmení mláďat. Toto platí i o vitamínu D, který patří mezi skupinu vitamínů rozpustných v tucích. Označení vitamín D ovšem neslouží jen pro jednu látku, ale pojmenovává se tak skupina příbuzných látek. Nejznámější formy vitamínu D je možné získat (ve formách D2- rostlinný nebo D3 – živočišný) přímo z krmiva nebo vystavením pokožky/peří UVB záření (slunce, speciální osvětlení).

Bohužel se nacházíme v zeměpisném pásmu, které není zrovna bohaté na sluneční svit. Je proto třeba hlídat **vyhovující** množství vitamínu D v krmivu a případně jeho hladinu upravit tak, abychom předešli poruchám způsobených jak jeho nedostatkem, tak jeho nadbytkem. Mezi hlavní poruchy při nedostatku vit D patří absence snášky vajec, nízká snáška, zadržování vajec, měkká a tenká skořápka, úhyn nebo degenerace zárodku, deformace kostí, snížená činnost nervového a imunitního systému, šubání peří, paralýza, ale i smrt v důsledku absence vstřebávání vápníku a fosforu. Nadměrné podávání vitamínu D může naopak vést až ke kalcifikaci (zvápnění) měkkých tkání.

V případě dní s absencí slunečního záření, kdy není k dispozici ani odpovídající UVB osvětlení, je lépe než uměle vyrobený (syntetický) vitamin D, podávat papouškům **organický** (přírodní) „sluneční“ vit D3 (získaný například z lanolinu z vlny novozélandských ovcí) či vit D2 (získaný z rostlin) v kombinaci s kvalitním zastudena lisovaným olejem s obsahem vápníku (lískooříškový, chia, mandlový...). Dále je vhodné zařadit sušený hmyz (sušené krevetky, moučné červi, gammarus – blešivec, larvy bource morušového, sušené mravenčí larvy, sušené kobylinky...).

Mezi další krmiva obsahující vitamin D2/D3 patří rouskový pyl či sušené pivovarské kvasnice, listová zelenina, některé rostlinné oleje nebo například sušená moringa či řasa spirulina.

Z přírody tedy můžeme využít sílu květů a natí bylin (i sušených) či naklíčené semínka různých rostlin (alfalfa- vojtěška, divoká semena či zrniny), které mají činit nezbytnou součást papouščího jídelníčku nejen před hnízdním obdobím. Při výběru zdroje vitamínu D bychom vždy měli zohlednit nutriční specifika daného druhu papouška, abychom například u druhů se sníženou potřebou tuků nezvýšili denní přísun olejů natolik, že bychom se vystavili nebezpečí průjemových onemocnění, obezity, přetučnění jater a ostatních možných problémů. Stejně opatrně musíme jednat i se zvýšením podílu bílkovin v krmivu, neboť i nadbytek bílkovin může mít za následek zdravotní komplikace.