Honden slapen slecht na stressvolle ervaringen

1 Honden slapen net als mensen slechter als ze vlak voor het slapengaan een stressvolle gebeurtenis meemaken.

Honden die gestresst zijn geraakt voor het slapen, brengen gemiddeld twintig minuten minder tijd door in diepe slaap, de fase in de slaap die zorgt voor lichamelijk herstel.

2 Op de lange termijn kan dat schadelijke gevolgen hebben voor de gezondheid van de dieren, melden Hongaarse onderzoekers in een wetenschappelijk tijdschrift. De wetenschappers lieten bij hun onderzoek zestien honden voor het slapengaan een positieve of een negatieve ervaring beleven. Sommige honden speelden bijvoorbeeld een balspelletje met hun baasje of werden langdurig geaaid. Andere deelnemende viervoeters werden vastgebonden aan een deur en genegeerd door hun omgeving. 

3 Uiteindelijk werden alle honden naar een ontspanningsruimte gebracht, waar ze drie uur onafgebroken mochten slapen. De wetenschappers plaatsten elektroden op hun kop om hun verschillende slaapfasen te meten.

**Gedragsproblemen**

4 De honden die net een negatieve ervaring beleefd hadden, sliepen niet minder lang dan honden die iets leuks hadden meegemaakt. Alleen hun periodes van diepe slaap waren relatief kort. Volgens hoofdonderzoekster Anna Kiss hebben honden van één stressvolle nacht waarschijnlijk weinig last. Maar als de dieren vaak slecht slapen door stress, kunnen zich mogelijk gedragsproblemen ontwikkelen.

**Vragen:**  
1 Wat is het onderwerp van deze tekst?  
2 Hoeveel alinea’s heeft deze tekst?  
3 Noteer de kernzinnen van deze tekst.  
4 Geef in vier korte zinnen een samenvatting van deze tekst.

