

Kjenn din egen hest

TEKST OG FOTO: SIRI WALEN SIMENSEN

Det snakkes mye om hestens rygg og manke, men hestens skulder er minst like viktig å ta hensyn til. En sal som klemmer, er som ryggsekken som ikke passer ryggen din.

– Anatomisk sett er hestens skulder i en særstilling fordi den er forankret til ryggssøylen kun gjennom et muskulært oppheng. Det er muskulaturen som stabiliserer skulderen, og i det samme området er det store nervebaner, sier Mette Hansson, veterinær og spesialist på hestesykdommer. Hun erfarer at skulderproblematikk gir ulike utslag på hest.

– Skuldrene er ikke leddet til resten av skjelettet, men holdes på plass av sener og muskler, og derfor er det viktig for hestens bevegelser at skulderen kan arbeide fritt, understreker hun. Hvis du opplever at en hest som over tid har gjort det du har bedt den opp, brått ikke gjør det mer, skal du stoppe opp.

– Det samme gjelder hvis hesten mister naturlig skulderfrihet og går som en symaskin — med "trange" skritt foran. Årsakene kan være flere, men en sal som klemmer og gnager er noe av det første som bør sjekkes, minner hun om.

Manken, ryggen og skuldrene henger sammen og påvirkes av hverandre. Fra skulderen er det forgreninger inn i frontpartiet på hesten.

Ytre traumer

– Skulderen er ikke mer utsatt for belastningsskader enn de andre områdene, men skuldersmerter arter seg på en annen måte. At smerter i skuldrene skyldes dobbeltsidig halthet er for eksempel ikke uvanlig. Da vil man ofte se at hesten kvier seg for å strekke ut frammena og blir markbundet — de

"syr" med korte skritt for å unngå smerte, forklarer hesteveterinæren.

Smerter i muskulaturen påvirker nervebanene, for det er nervene som styrer den motoriske og sensoriske aktiviteten. Funksjonen i manke og skulder er et resultat av hestens øvrige bevegelsesmønster og er derfor et område som er sårbart for opphopning av smerte.

– Den vanligste årsaken til albue- og skulderproblemer er ytre traumer. Primær lidelse for øvrig skyldes gjerne treningsbelastninger lenger ned. Smerter i bena medfører ofte ømhet i skuldermuskulaturen, selv om problemet kan sitte i hover, hovledd eller kodeledd, forteller Mette Hansson.

Skuldersmerter kan altså være et symptom på skader et annet sted, men likevel er det alltid noe hun som hesteveterinær sjekker først:

– Jeg vil se salen og ha informasjon om bruken av hesten. Et stort antall hester med rygg-, manke- eller skulderproblemer sliter på grunn av salen eller ridningen. Feil bruk gjør at hesten beveger seg feil. Feil bevegelsesmønster over tid gir muskelspenninger. Det er med hester som med oss mennesker, sier Hansson.

Feil riding

Mangelfullt tilpasset utstyr kan være årsaken til skuldersmerter. Det mange ikke tenker på, er at rytteren også har en innvirkning gjennom vekt, balanse og posisjon.



DEN SPESIELLE SKULDEREN: – Anatomisk sett er skulderen spesiell. Det skyldes at den holdes på plass av sener og muskler, sier veterinær Mette Hansson, spesialist i hestesykdommer.

– Fra naturens side bærer hesten anatomisk 2/3 av sin vekt på forparten. Dette er en vektfordeling vi som ryttere delvis prøver å motvirke gjennom trening og utdanning fordi motoren sitter bak, men sitter vi ikke korrekt, blir belastningen for stor på forparten. Det kan resultere i ømhet i skuldermuskulaturen. Av denne grunn er det viktig å flytte vekten bakover for å avlaste trykket på fremparten, sier veterinæren. Hun er selv dressurrytter.

– Rir vi hestene for mye?
– Problemet er ikke at en hest ris syv dager i uken. De fleste ridehester trenes heller for lite enn for mye, men ris hesten feil, blir den ikke bedre av trening syv dager i uken. For øvrig er hesten et dyr som i vill tilstand er i bevegelse store deler av døgnet. Ridehester i dag står heller for mye i ro. Jo mer bevegelse, jo bedre er det for hesten.

Hesten endrer seg

– Hvordan ser vi om en hest har begynnende skulderproblemer?
– Hvis en hest får nedsatt prestasjon eller endrer atferd under stell eller i ridning, skal du stoppe opp og tenke. En hest som har vært stabilt fornøyd, blir ikke plutselig sur uten at det er årsaker til det. Har hestens kropp endret seg — har den bygd muskler eller blitt tykkere

eller tynnere? I så tilfelle er det på tide å sjekke om utstyret fortsatt passer. Som veterinær anbefaler jeg hesteeiere og ryttere å benytte seg av fagfolk. En kvalifisert salttilpasser ser hva som er galt. Husk at salen også endrer seg på grunn av slitasje og trykk. På et ungt dyr vil overlinjen være i utvikling under en utdannings- og vekstperiode.

– Er vi flinke nok generelt sett til å passe på?
– Som veterinær ser jeg svikt i både kunnskap og prioritering. Mange kjøper sal på nettet, uprøvd, fordi det er billigere i første omgang, og det kan bli en dyr investering fordi man ender opp med både å trenge ny sal og hjelp av en veterinær. I verste fall kan trykk fra en sal utvikle seg til et langvarig ryggproblem og halthet og det kan ta lang tid å få hesten frisk igjen.

Behandlingen

– Hva gjør man hvis skaden allerede er skjedd?
– Det viktigste er å fjerne årsaken til problemet. Klemmer salen, må den bort. Det er første prioritet. Det neste er å lindre og behandle smerten og bryte den onde sirkelen. Hvis ikke smerten fjernes, forsterkes et negativt bevegelsesmønster som er med på å opprettholde problemet. Som regel må hesten både medisineres og få endrete treningsvilkår i en periode. Som veterinær gir jeg betennelsesdempende hvis det er

nødvendig, eller hesten kan få en lokal behandling gjennom injeksjoner eller salver. Alternative metoder som akupunktur, massasje og laser øker blodsirkulasjonen og kan ha lokal, smertestillende effekt. Å sørge for at hesten holder seg varm, er lurt. Solarium er ikke dumt, hvis det er en mulighet. Det som gjør oss mennesker godt når vi har muskelsmerter, gjør også godt for en hest med muskelsmerter.
– Hvis man deltar i konkurranser må man sjekke hvor lang karantenetid de ulike medisinerene gir.

Veterinæren kan svare på dette. Når det gjelder trening, anbefaler jeg fri fra sal en periode hvis det er snakk om smerter i skuldrene, manken eller ryggen. I en rehabiliteringsperiode kan det være fint å longere med chambon eller pessoa kan være lurt fordi hesten må aktivisere bakbena og dermed får en riktigere bruk av hele overlinjen og forparten.

– Hvor lang tid tar det før muskelsmerter blir borte?
– En hest som har hatt smerter over lang tid, må få "full pakke", og ofte vil det ta like lang tid å få den frisk som den har gått med problemene. Jo tidligere du avdekker smerter, jo raskere vil du få den frisk. Å kjenne sin hest er kanskje det aller viktigste i hesteholdet.

– Andre ting ryttere bør tenke på?
– Det syndes med for dårlig oppvarming. Oppvarmingen kan med stor fordel foregå et annet sted enn i ridehallen. Å gå i variert terreng er det beste. Uansett bør hesten skritte i 10-15 minutter før det kreves mer av den. For øvrig er det viktig å ri hesten i balanse. Bakparten må aktiviseres slik at hesten bruker ryggen riktig. Gjøres det, vil hestehelsen forbedres. Ikke minst vil skulderproblematikk reduseres. En hest som går på forparten får vondt i skulder og nakke. Det er en vesentlig forskjell mellom å ha hesten dyp og det å ri den på forparten. Mette Hansson har en ting som ligger hjertet hennes aller nærmest, og det går på dyrevern.

Veterinærens råd:

- Blir hesten sur når du saler på eller setter deg opp, bør du sjekke om utstyret fortsatt passer.
- Vegrer hesten seg plutselig for å gjøre sine arbeidsoppgaver eller har nedsatt prestasjon, er det sannsynlig at den har vondt.
- Slitasje i hud og hår er et signal om at salen ikke passer. Går det for langt, utvikler det seg til gnagsår.
- Klemmer salen på skuldrene, vil hesten reagere med muskelømhet. Dette vil kunne resultere i at den beveger seg annerledes. Ofte "syr" den med frembena fordi det gjør vondt å strekke ut.
- Halthet kan skyldes feil sal.
- Tenk over hvem du bruker som rådgiver. Ikke bruk tilfeldige hestemennesker som ekspertise under et salbytte.
- Salttilpassing er et eget fagområde, som krever spesiell kunnskap om hestens anatomi og funksjon. Du bruker ikke en rorlegger til å klippe håret ditt!
- Kjøp ikke sal på nettet fordi den er billig.
- Passer den ikke, blir det et kostbart kjøp. Bruk salttilpasser hvis utstyret ikke passer. Bruk veterinær hvis hesten har vondt.

Fôrhekker

Veterinær Mette Hansson er sterk motstander av høyhekker monteret på veggene slik at hesten må stå med hevet hode for å spise. Det er unaturlig og anatomisk uheldig og kan gi mange problemer.
– For egen del bruker jeg ikke fôrkrybber. Hestene får all mat på bakkenivå, slik at de strekker ryggen/overlinjen når de spiser, forteller hun.

– Hesten som individ er et ekstremt følsomt vesen. Det er den egenskapen vi benytter oss av i ridningen og som gjør det mulig å innvirke. Vær ydmyk overfor din egen hest. De signalene den gir deg, gir den ikke av vranghet og ond vilje. I utgangspunktet er hesten et dyr som ønsker å gjøre deg til lags. Jeg vil også minne om hvor viktig det er å være nøye med de daglige rutinene. Rent salleie og ren shabrack er viktigere enn de fleste tror, poengter hun.