

SÅ TYCKER EQUITERAPEUTEN

Det är inte bara veterinärerna som arbetar med hästar som har ryggproblem. Många gånger vänder sig hästägaren till en equiterapeut framför allt när problemen upplevs som ridrelaterade. Equiterapeuten **AnnChristin L Frickner** jobbar mycket med ryggar.



ANNCHRISTIN L FRICKNER

är ordförande i Svenska Equiterapeutförbundet. Som equiterapeut arbetar hon både i rehabiliterande och förebyggande syfte, med hästar som har störningar från rörelseapparaten.

PALPATION

Händerna är ett viktigt verktyg när equiterapeuten undersöker en häst. Vid behandling är laser en behandlingsmetod.



Vilka ryggproblem ser du oftast?

– Muskelförsvar. Ofta ringer hästägaren för att hästen har börjat protestera vid sadling, för att den har fallit ur eller kanske reagerar vid palpation.

Vad beror det på?

– På ridhästsidan kan det vara att hästen har gått omkull i hagen, eller att den har en underliggande ledhälsa. Jag tittar också på utrustningen. Har hästen gått länge med fel sadel får den en förändring i muskulaturen. Det kan också vara så att individen inte passar för jobbet den utför, att den har fel förutsättningar från början. Och så kan det förstås bero på fel träning.

Vad gör du när du träffar en häst med ryggproblem?

– Jag tittar alltid på hästen i rörelse i både skritt och trav, på rakt spår och på böjt. Misstänker jag en ledhälsa rekommenderar jag att hästägaren åker till veterinären. Man måste alltid titta på hästen i rörelse, vi jobbar med rörelsestörningar. Jag går också igenom hela hästen, tittar på liksidighet, muskler, tänder och hovar.

Hur viktig är sadeln?

– Jätteviktig! Jag tycker att man ska ta hjälp av en professionell sadelutprovare. Man ska dessutom komma ihåg att individen förändras över tiden. Efter ett halvår bör man titta på sadeln igen. Men tränset är minst lika viktigt. Jag gillar verkligen de nya anatomiska tränset som Lisen och Peder Fredricson har varit med och tagit fram. Ett felaktigt inpassat tränset

kan ge spänningar i nacken som fortplantar sig bakåt.

När ska man vända sig till equiterapeuten och när ska man vända sig till veterinären?

– Jag tycker att hästen först bör vara veterinärundersökt. Men det är klart, om det är något akut som har hänt och det inte handlar om en ledhälsa kan man ta ut equiterapeuten som tittar på hästen, både på stallgången och i rörelse.

Vilka behandlingar använder du?

– Jag använder mig av magnetfäcka i stället för massage eftersom det är effektivare. Jag använder också artikulering och manipulation, det vi i dagligt tal kallar kiropraktik. Akupunktur använder jag för att stimulera cirkulationen och skapa liv och rörelse. Laser är ett fantastiskt hjälpmedel för att få igång mikrocirkulationen.

Hur tycker du att man ska rehabilitera en häst med ryggont?

– Vattenträning är fantastiskt, inte bara för ryggen utan för hela kroppen. Då menar jag träningsband där hästen går i vatten och inte simning. Annars är det de klassiska metoderna med tömkörning, cavalettibommar, mycket skritt och då gärna för hand och uppför backar som gäller. Det viktigaste är en gradvis ökad belastning och att det är individanpassat. Jag gillar också skrittmaskinen. Det är ett bra sätt att förbereda kroppen för arbete. I ridningen gäller mycket övergångar – övergångar är fantastiska för

att bygga upp hästkroppen.

Hur förebygger man ryggont?

– Rätt träning och rätt utrustning. Anpassa arbetet efter individen. Ibland har vi en tendens att skynda på våra hästar. Sen ska vi inte vara försena med att ta hjälp av veterinär eller fysioterapeut. I stället för att blunda ska vi lyssna på hästens signaler och våga gå på magkänslan. Variera ridningen, hoppa inte bara högt, utöva lufsa i skogen också. Och slarva inte med att skritta fram före arbetet och att låta hästen varva ner efteråt. ■

SYMPTOM VID O I RYGGEN

Det är inte helt lätt att avgöra om hästen har ont i ryggen. Att bara klämma längs ryggraden ger inte något säkert svar eftersom det är svårt att göra det korrekt och att läsa av hästens reaktioner kan vara fullt normalt, det till och med vara hästen som spänning och som inte sänker ryggen alls som ont, snarare än den som reagerar. Några tecken på ryggont är:

Hästen surar när du lägger på sadeln eller ska sitta upp.

Den faller ur över ryggen eller har svårt att sätta muskler.

Hästen går inte framåt under ridningen vispar med svansen eller visar obehag på annat sätt.

Hästen börjar vägra.

När man rider sänker hästen gärna ryggen, tippas inåt i svängar och kan vara svår att böja.

– Vår uppmärksamhet på hästens reaktioner säger Elin Skärllina och tycker att om hästen förändrar sitt beteende så ska du kolla upp det.