

Preventie bij veulens

Ondersteunen tijdens de groei

Tijdens de groeifase wil je problemen zoveel mogelijk voorkomen. Een belangrijke manier om dat te doen, is door goed te letten op de vrije beweging, voeding en hoefstand van je veulen en jonge paard tijdens het opgroeien.

Er zijn diverse oorzaken voor standsafwijkingen bij veulens. Er is een onderscheid tussen 'verkregen afwijkingen' en 'aangeboren afwijkingen'. Een verkeerde hoef/been balans kan zorgen voor een hoge spanning in pezen, verkeerde druk op de groeischijven of overbelasting met blessures als gevolg op latere leeftijd.

Verkregen afwijkingen zijn ontstaan na de geboorte en kunnen diverse mogelijke oorzaken hebben zoals:

- Veulenziekte;
- Trauma;
- Te veel of te weinig beweging;
- Onjuiste voeding.

Een perinatale afwijking heeft het veulen al bij de geboorte. Mogelijke oorzaken van deze standsafwijkingen bij veulens zijn onder andere:

- Onjuiste voeding van de dragende merrie;
- Erfelijkheid;
- Vroeggeboorte;
- Ligging van het veulen in de baarmoeder;
- Tweelingdracht.

Door de enorm snelle lengtegroei die een veulen doormaakt zullen ook de pezen snel onder spanning komen staan. Daarom is een afwijking in de stand ook moeilijker te behandelen als de snelheid van de lengtegroei afneemt.

Wil je een afwijkende been- of hoefstand bij een veulen succesvol kunnen corrigeren, is het dus zaak om zo vroeg mogelijk te beginnen (het liefst voor 6 maanden leeftijd). De kans dat de standscorrectie goed lukt, is namelijk het grootst als er professioneel wordt ingegrepen terwijl het veulen nog volop in de groei is.

Hoe verleidelijk het ook is, begin niet te vroeg met inrijden. Een paard is pas uitgegroeid met 4 tot 6 jaar leeftijd, dan zijn de groeischijven pas volledig gesloten. Tot die tijd zijn alle botstructuren dus nog volop in ontwikkeling. Overbelasting en blessures kunnen dan snel ontstaan bij te zware belasting.

Stel (met een professional) een oplopend **functioneel** trainingsprogramma op als je gaat beginnen met trainen. Met functioneel bedoelen wij: Alles wat kloppend is. Alles wat een paard kan op dat moment, ga je verbeteren binnen de comfortzone. Je wilt een paard sterker maken, de belastbaarheid verhogen, maar zónder dat je schade toebrengt.

Bij het toenemen van de conditie vraag je dagelijks korte inspanningen van draf of galop op een stevige ondergrond. Of werk je toe naar drie tot vier keer per week een sessie van 10 minuten draven op een wisselende ondergrond. Dit geeft de botten tijd om sterker te worden. Bij paarden die uitsluitend op een all-weather bodem worden getraind, kan de botdichtheid niet verder toenemen. Als ze dan een enkele keer op een andere bodem worden gereden, neemt het risico op blessures toe.

Let tijdens de trainingen ook op de manier van bewegen en belasten:

- Zorg voor een passend exterieur; de rug van een jong paard is constant in ontwikkeling, dus elke 4-5 maanden een check up van het zadel is aan te raden;
- Vermijd de neus achter de loodlijn en oefeningen waarbij het paard lang in dezelfde houding loopt;
-

- De schokkracht wordt vergroot door hoge snelheden, springen en een verkeerde bodem. Gewrichten hebben tijd nodig om hiermee om te kunnen gaan;
- Overgewicht en het forceren van bepaalde houding is een grote belasting voor de gewrichten vanwege de overcompensatie elders in het lichaam.
- De staart wordt gebruikt voor communicatie en draagt bij aan de lichaamstaal. Geagiteerd zwiepen kan een teken zijn van psychisch of fysiek ongemak.

De overmatige belasting op de gewrichten kunnen zorgen voor verdraaiing, verrekking en andere blessures die vervolgens voor chronische klachten kunnen gaan zorgen zoals bij artrose het geval is.

Kies voor:

- Rechthoekige, rustige bewegingen, opgebouwd qua intensiteit volgens een goed doordacht trainingsschema met veel variatie;
- Dagelijks contact met soortgenoten en vrije beweging;
- Een veilige ondergrond met grip en demping voor het spelen en het slapen;
- Een correcte verzorging van hoeven.

Waarom ondersteuning zo belangrijk is

Tijdens de groei ontwikkelen niet alleen de botten, maar ook:

- Het kraakbeen;
- De gewrichtsvloeistof;
- Pezen, banden en spieren.

Bij een **snelle groeispurt** kan het lichaam tijdelijk uit verhouding raken: slungelige benen, onstabiele rug en onhandige bewegingen.

Dit kan leiden tot **druk in het botweefsel** en ongemak. Symptomen van groeipijn (enostosis) zijn:

- Wisselende kreupelheid;
- Gevoeligheid bij aanraking van het bot;
- Soms een warm of gezwollen been.

Groeipijn is meestal onschuldig en gaat vanzelf over. Toch is ondersteuning bij grotere rassen zinvol om de belasting beter op te vangen.

Bij bepaalde rassen is het verstandig te letten op **erfelijke belasting**. Sommige paarden zijn gevoeliger voor gewrichtsproblemen. Koop bij voorkeur een paard welke een röntgenologisch onderzoek heeft gehad (van hals, rug en benen).

Ondersteuning op celniveau

4 belangrijke bouwstoffen

Tijdens de groei kan het waardevol zijn om het lichaam **preventief te ondersteunen met supplementen** die het bewegingsapparaat voeden en versterken.

Glucosamine

Glucosamine helpt bij de opbouw van kraakbeen en gewrichtsvloeistof. Het ondersteunt soepele beweging en bescherming van kraakbeencellen. Tijdens de groei is de behoefte hoog, extra aanvulling is daarom enorm zinvol!

Chondroïtine

Chondroïtine bindt vocht in het gewricht. Hierdoor blijft het veerkrachtig. Het remt afbraak en ondersteunt herstelprocessen. Samen met glucosamine zorgt het voor stabiliteit en demping van het gewricht.

MSM (Methylsulfonylmethaan)

Dit is een natuurlijke bron van zwavel. Zwavel is essentieel voor bindweefsel, pezen en kraakbeen. MSM ondersteunt ook het herstel na kleine blessures en

draagt bij aan soepele gewrichten.

Silicium

Silicium stimuleert de aanmaak van collageen en elastine. Dit zijn belangrijke bouwstoffen voor bindweefsel en kraakbeen. Het draagt bij aan de stevigheid van pezen, banden en kraakbeenstructuur.

Voordelen van vroegtijdige ondersteuning

Door beweging en groei al van jongs af aan te ondersteunen:

- Worden pezen, spieren en banden sterker;
- Blijft kraakbeen van goede kwaliteit;
- Is het lichaam beter bestand tegen belasting en kleine blessures;
- Verloopt herstel sneller na een misstap of impact.

Tot slot

Kun je alle bewegingsproblemen voorkomen? **Nee.**

Maar kun je het lichaam zodanig ondersteunen dat de kans op klachten kleiner wordt en het herstelvermogen beter? **Zeker weten.**

Door **vroeg te investeren in gezondheid**, leg je een stevige basis. Je paard heeft daar een leven lang plezier van.