Artrose bij paarden

Bewegen mag geen pijn doen

Bewegen is fijn, gezond en natuurlijk voor een paard. Toch kan het gebeuren dat je merkt dat jouw paard minder soepel beweegt dan voorheen. Misschien staat hij wat stijver op na het liggen, is hij minder enthousiast met spelen, of heeft hij meer tijd nodig om op gang te komen bij aanvang van de training. Vaak wordt gedacht dat dit hoort bij ouder worden, maar dat is niet altijd zo. Als je merkt dat bewegen moeizamer gaat, is het belangrijk dat een dierenarts of osteopaat je paard onderzoekt. Zij kunnen vaststellen wat er precies aan de hand is. Eén van de mogelijke oorzaken is artrose. Gelukkig zijn er veel manieren om de gewrichten van je paard goed te ondersteunen om meer schade en klachten te beperken.

Wat is artrose?

Artrose is een aandoening waarbij het kraakbeen in de gewrichten geleidelijk afbreekt. Kraakbeen zit als een glad, verend laagje op het bot en zorgt ervoor dat de botten soepel over elkaar kunnen glijden. Als dit kraakbeen dunner wordt of verdwijnt, ontstaat er wrijving tussen de botten. Dit kan leiden tot pijn, stijfheid, zwelling en een beperkte bewegingsvrijheid.

Artrose komt vaak voor bij oudere paarden, maar ook jongere paarden kunnen ermee te maken krijgen, bijvoorbeeld na overbelasting, een blessure of ontsteking in het gewricht. Als het kraakbeen verdwijnt, kan het bot eronder vervormen en pijnlijke uitsteeksels vormen. Je paard kan hierdoor minder graag bewegen vanwege de pijn.

Reguliere aanpak

Omdat artrose een pijnlijk proces is wordt er vaak pijnstilling gegeven. Deze medicijnen, zoals NSAID's, kunnen effectief zijn bij pijnklachten, maar ze belasten ook het lichaam, vooral maag, darmen, lever en nieren. Daarom wordt er vaak een maagbeschermer bij gegeven. Die beschermt weliswaar de maag, maar kan de opname van voedingsstoffen zoals vitamines verstoren. Krijgt jouw paard langdurig maagzuurremmers met maagbeschermers? Laat dan regelmatig het bloed controleren om tekorten voor te zijn.

Natuurlijke aanpak

Gelukkig zijn pijnstillers niet het enige uitzicht voor een paard met artrose. Er zijn veel verschillende natuurlijke manieren om je paard te ondersteunen. Denk bijvoorbeeld aan:

Voeding

- Toevoegen van pijnstillende ingrediënten zoals curcuma.
- Vermijden van voeding die ontstekingen kunnen verergeren, zoals granen, zetmeel en suikerrijke kracht- en ruwvoeders.

Voedingssupplementen

- Glucosamine en chondroïtine: ter ondersteuning van kraakbeen en gewrichtsvloeistof.
- Magnesium (citraat): ontspant spieren en voorkomt verkramping.
- MSM (methylsulfonylmethaan): een natuurlijke zwavelverbinding, essentieel voor de aanmaak van collageen. Collageen draagt bij aan de stevigheid van bindweefsel en kraakbeen.
- Silicium: een belangrijk element voor de opbouw van botten, spieren, pezen én gewrichtsvloeistof.

Fytotherapie

- Druppels met pijnstillende en ontstekingsremmende kruiden zoals boswellia en curcuma;
- Ingrediënten die de prikkelgeleiding ondersteunen en bijdragen aan sterke botstructuren.

Aanvullende therapieën

- Fysiotherapie;
- Aquatrainer;
- Acupunctuur;
- Osteopathie.

Deze therapieën dragen bij aan een goede balans en het verminderen van pijn. Een osteopaat behandelt het lichaam als geheel en helpt bij blokkades.

Beweging en leefstijl

Sterke spieren

Het belangrijk dat je paard voldoende spiermassa behoudt. Spieren helpen de gewrichten te ontlasten. Zorg dus voor goede voeding met voldoende goed verteerbare eiwitten, en blijf met hem in beweging, grondwerk en andere onbelaste beweging (zonder te laten springen).

Gezond gewicht

Overgewicht kan artrose verergeren. Extra kilo's zorgen voor meer druk op de gewrichten. Laat je dus goed adviseren over voeding die past bij de behoefte van jouw paard. Daarnaast zorgen granen en suikers voor ontstekingsreacties, specifiek in de gewrichten welke artritis veroorzaken. Zorg voor een uitgebalanceerd en gevarieerd rantsoen met voldoende ruwvoer wat laag is in suiker en daarnaast een (graanvrije) balancer om het lichaam van de juiste vitamines en mineralen te voorzien.

Artrose is een aandoening die je serieus moet nemen, maar waar je gelukkig veel aan kunt doen. Met de juiste ondersteuning kan je paard vaak nog lang soepel, vrolijk en actief blijven. Begin op tijd, combineer supplementen met goede voeding en beweging, en schakel hulp in waar nodig. En: blijven bewegen is belangrijk, want rust roest!

Door meerdere van deze adviezen te combineren, kun je jouw paard op een zachte, effectieve manier ondersteunen en het dagelijks comfort vergroten.

Producten die je in kunt zetten

PUUR Glucosamine extra 500gr & 1000gr Phytonics Joint Comp
PUUR Glucosamine extra en Phytonics Joint comp zijn supplementen voor paarden ter ondersteuning van het bewegingsapparaat. Het bevat glucosamine, chondroïtine, MSM en magnesium, belangrijke bouwstoffen voor gezonde gewrichten. Daarnaast zijn er kruiden toegevoegd die helpen de ontstekingsreacties te verminderen en ondersteuning van het bewegingsapparaat verzorgen. Denk aan Harpagophytum procumbens (duivelsklauw) en Ribes nigrum (zwarte bes). Deze plantenextracten hebben een verzachtende invloed op het bewegingscomfort en helpen het lichaam in balans te blijven bij fysieke belasting.

Phytonics Omnimilk
Artrose geeft stijve gewrichten en minder soepele spieren. Door regelmatig Omni Milk te gebruiken, kun je de mobiliteit verbeteren en het comfort verhogen.

PUUR MSM
MSM bevordert de opname van voedingsstoffen en helpt bij het herstel van beschadigd weefsel. Vooral geschikt voor paarden met een hoge fysieke belasting.

PUUR Silicium

Silicium helpt bij het behoud van gezond kraakbeen en de gewrichtsfunctie, wat belangrijk is voor soepel bewegen en het voorkomen van stijfheid.

PUUR Arthro

PUUR Arthro bevat onder andere curcuma longa (kurkuma), een plant die van oudsher wordt gebruikt vanwege haar antioxidatieve en ontstekingsremmende werking en rol bij het behoud van soepele gewrichten. Solidago virgaurea (echte guldenroede) ondersteunt de nieren en een gezonde vochthuishouding in het lichaam, zorgt voor de afvoer van afvalstoffen die vrijkomen bij artrose, wat van belang is voor de flexibiliteit van de gewrichten. Daarnaast bevat het boswellia serrata (wierookboom), dat traditioneel wordt ingezet ter ondersteuning van een normale gewrichtsfunctie bij pijnlijke gewrichten. Het heeft een pijnstillende werking en kan langere tijd worden gegeven.

PUUR Dolor

Bevat Capsicum annuum (chilipeper) en Zingiber Officinale (gember) Deze ondersteunen de doorbloeding en dragen zo bij aan een verwarmend effect, wat ook bevorderlijk kan zijn voor de spieren en gewrichten.