

HAPPY EN PIJNVRIJ BEWEGEN:

Met dopingvrije supplementen gezond de renbaan in

Al vanaf de eerste dag dat Sandra Vetter met paarden in aanraking kwam, wist zij dat je met zorg en aandacht het meest kan bereiken met het dier. Met dit inzicht ontwikkelde de **dierenfysiotherapeute en paardenchiropractor** zich tot een **erkende specialist** in de paardensector. Ze vond in **dopingvrije supplementen** de perfecte **ondersteuning** in het bereiken van haar doel: paarden zoveel mogelijk **happy en pijnvrij** laten **bewegen**.

Tekst: Ruth van Kessel, foto's: Multi Ontwerp & Fotografie

Voor Sandra Vetter liever geen snelle oppepmiddelen voor een paard om het dier maximaal te laten presteren. Als assistent-trainer van haar partner en renpaardentrainer John Smith, met wie zij op Draf- en Renbaan Duindigt in Wassenaar een eigen renstal runt, is zij in haar visie nog teveel een buitenbeentje. Sandra: "In

de rensport in binnen- en buitenland wil men snel grote prestaties zien van een paard, omdat er immers wordt gekoerst voor geld. Dus na een blessure moet een dier zo snel mogelijk weer de baan op, ook als dat misschien nog niet goed is voor het herstel. Ik kies daar niet voor. Allereerst vanwege het welzijn van het dier en uit de overtuiging dat je een paard waar mogelijk op natuurlijke wijze in zijn

kracht moet terugbrengen. Door rust en ondersteuning van het eigen herstellend vermogen met de juiste natuurlijke geneesmiddelen en supplementen. Ik kies voor middelen die ook nog eens volledig dopingvrij zijn, zodat ze ook in een wedstrijdperiode ter ondersteuning kunnen blijven dienen."

Meten is weten

Opgegroeid in de duinen rond Wassenaar was Sandra al jong met paarden in de weer. Klommen haar vriendinnen het liefst meteen op de rug van het paard, Sandra vond haar plezier het meest in het verzorgen van het dier. Een ontmoeting - dat was in 2004 en Sandra combineerde inmiddels haar werk als humaan fysiotherapeut met dierenfysiotherapie - met holistisch dierenarts Eric Laarakker van praktijk Den Hoek in De Bilt, veranderde haar blik op diergezondheid voorgoed. Sandra: "Het was voor mij een thuiskomen. Ik werd getriggerd door Laarakkers werkwijze: een combinatie van reguliere en alternatieve geneeswijzen en manuele therapieën. Wat ik tot dan toe gevoelsmatig deed, kreeg nu handen en voeten. Dat is ook het moment geweest dat ik supplementen en natuurlijke geneesmiddelen op de eigen trainingsstal ben gaan integreren. Met als hulpmiddel het doormeten van een paard met een Lecher-antenne, waarbij je waardevolle informatie krijgt over de fysieke en emotionele toestand van het dier."

Dierenwelzijn

Op Draf- en Renbaan Duindigt hebben Sandra en John Smith gemiddeld zo'n twaalf tot



zestien renpaarden in training. Zorg en diervriendelijkheid is het uitgangspunt bij hun benadering. Sandra: "Een renpaard is een dier waar extreem goed voor gezorgd moet worden. En dat is een besef dat misschien nog beter zou moeten doordringen in deze wereld. Het is niet normaal dat een renpaard bijvoorbeeld continu een strakke pijnlijke rug heeft. Soms wordt er gezegd 'dat hoort nu eenmaal bij de sport'. Maar dat hoeft niet, als je bereid bent om op details te letten. Als ik op mijn leven als eerst amateurjockey en nu assistent-trainer terugkijk, weet ik dat dat altijd - aanvankelijk misschien eerst onbewust - mijn missie is geweest: subtiel een verandering teweeg brengen in het omgaan met dierenwelzijn in de paardensport. Gelukkig ben ik lang niet de enige die er zo over denkt, het is een soort van olievlek die zich langzaam verspreidt."

Tijdens en na de koers

Een gezonde dosis adrenaline in een paard tijdens de wedstrijd is goed en noodzakelijk om te presteren, maar je wilt niet dat het dier na de ren als een dood vogeltje of juist volledig over zijn toeren van de baan komt. Sandra: "Een paard moet zich na de ren in ademhaling en hartslag vlot herstellen, goed willen drinken en eten en de volgende dag zonder pijn of stijfheid de box uitkomen. Supplementen en natuurlijke geneesmiddelen dragen bij aan een goed herstel." Net als in andere sporten is in de paardensport de controle op gebruik van middelen die een paard beter laten presteren, streng. "Het fijne van veel natuurlijke geneesmiddelen en supplementen is dat ze dopingvrij zijn. Van Phytonics weet ik dat, op de Phytonics Immu boost na, je ze ook tijdens het koersseizoen kunt blijven geven aan paarden."

Hoe weet je of een middel helpt?

"De vraag blijft natuurlijk altijd: hoe kun je nu zien of die druppels en poeders helpen? Ik

zie het als ik de paarden naloop op eventuele pijnlijkheid. Ik zie het aan hun spierontwikkeling, aan hoe ze bewegen en de training oppakken, of ze goed eten en drinken en of ze ontspannen zijn. Of als er bij meting met de Lecher-antenne afwijkende waarden zijn gemeten. Na een bepaalde periode wordt opnieuw gemeten of de waarden verbeterd zijn. De allersimpelste, belangrijkste en eerste test: kijk het dier in de ogen en je weet hoe het met de geestkracht - in TCM 'Shen' - is gesteld. De Shen geeft aan hoe het dier zich voelt."

Afwijkend gedrag

"Afwijkend gedrag bij lichamelijke ongemakken zien, gaat hand in hand, net als bij mensen. Dat weet men in de Traditional Chinese Medicine (TCM) al heel lang. Neem bijvoorbeeld pijn. Dit veroorzaakt, Chinees gezien, een stagnatie van de leverQi. Deze stagnatie kan vervolgens leiden tot woede en dat zie je terug in het gedrag van het paard. Door het toedienen van Phytonics Liver comp zie je dat de cirkel gemakkelijker doorbroken wordt. In TCM is de lever het orgaan dat de pezen voedt, dus ook om die reden voor renpaarden belangrijk. Liver comp werkt trouwens ook goed bij paarden die gefrustreerd zijn doordat ze tijdens een revalidatieperiode weinig mogen bewegen."

Zoek naar de oorzaak

Als het zo goed werkt, waarom werken dan niet alle trainers op deze manier? "In de rensport kiest men te gemakkelijk voor snelle symptoombestrijding met reguliere diergeneeskunde. Ik ben absoluut niet tegen reguliere geneeskunde, laat dat duidelijk zijn. Bij acute blessures kun je niet om reguliere pijnstillers heen of als er operatief moet worden ingegrepen. In de eerste plaats voor diagnostiek maak ik dankbaar gebruik van de reguliere diergeneeskunde, en als fysiotherapeut werk ik veel samen met reguliere paardenartsen."

Maar als je steeds symptomen bestrijdt zonder wat aan de onderliggende oorzaak te doen en het paard maar blijft belasten, dan krijg je pas werkelijk venijnige blessures. Met soms onherstelbare gevolgen. Symptoombestrijding om te kunnen doorkoersen terwijl rust geïndiceerd is, vind ik onethisch. Maar dat is helaas nog wel vaak inherent aan de paardensport. John en ik zoeken daar een tussenweg in. Je ziet de paardensport ook in dit opzicht gelukkig veranderen." 🐾



Sandra Vetter rijdt sinds haar vijftiende renpaarden. Eerst als arbeidsrijder bij diverse trainers en later als amateurjockey. Als assistent-trainer ondersteunt ze haar partner en renpaardentrainer John Smith op hun renstal op Draf- en renbaan Duindigt. Sandra is dierenfysiotherapeute en paardenchiropractor (FES qualified) met een eigen praktijk, waarbij ze paarden in binnen- en buitenland behandelt. Ze is gespecialiseerd in paardenrevalidatie en werkt samen met diverse paardenklinieken. Momenteel is ze in opleiding tot acupuncturist bij de Qing-Bai-Academie voor Chinese Geneeswijzen.

Meer weten? Kijk op: www.sandravetter.nl.

Meer over natuurlijke middelen en supplementen: www.phytonicsmed.com en www.nmlhealth.com