

## Genoptræning og massage til hund

Af Bolette Rothe, eksamineret hundemassør og fysioterapeut, [www.hundefys.dk](http://www.hundefys.dk).

Genoptræning har i mange år været en integreret del af rehabilitering af mennesker efter diverse skader og operationer, og det er i de senere år i mange lande blevet mere og mere anvendt i behandling af hunde. Et stigende antal hunde bliver i dag opereret for mangeartede reumatologiske og neurologiske problemstillinger såsom diskusprolaps, albue- og hoftledsdysplasi, knæskader som fx korsbåndslæsion, luksation af knæskallen m.m.

Efter et kirurgisk indgreb, men også efter en mindre skade som fx en forstuvning eller en fibersprængning, sker der forskellige reaktioner i vævet. Der vil typisk være ødem (hævelse), ømhed eller smerte, nedsat ledbevægelighed, atrofi (svind) af muskelmassen, inflammation (irritationstilstand i vævet) samt spændt muskulatur.

En hund, der har levet med sit problem i nogen tid, inden man beslutter at lade den operere, vil ofte allerede her have udviklet atrofi af muskulaturen samt nedsat ledbevægelighed, da den pga. smerter har aflastet området ved at kompensere og bruge modsatte sides muskulatur eller lagt mere vægt på foreller bagpart, afhængig af hvor problemet er. Dette resulterer ofte i, at der udover svaghed i afficerede side udvikles større og kraftigere muskulatur i den kompenserende side, hvilket giver en ubalance og skævvridning i kroppen. For at få det bedste resultat af en veloverstået operation, eller for at komme sig bedst muligt efter en skade, er det gavnligt at træne hunden med forskellige fysioterapeutiske træningsprincipper. Kort fortalt går det ud på:

- at modvirke tendens til væskeophobning/hævelse i området, da mindselse af dette fordrer regeneration pga. bedre blodgennemstrømning m.m.
- at stabilitets- og styrketræne den opererede/skadede sides bløddele, dvs. muskler, sener, ledbånd.
- at genetablere normal bevægelighed i afficerede led, der har været immobile pga. smerter og derfor ikke har været brugt i deres normale bevægebane.
- at massere og udspænde overbelastede og spændte muskler, sener og ledbånd.
- at modvirke ardannelse, som senere kan give smerter/ubehag.
- at give smertestillende medicin, hvis det skønnes nødvendigt (tal med dyrlægen om dette)

Træning er også gavnligt til ældre hunde, der ikke fejler noget specifikt, men blot er blevet mere immobile. Det kan give dem fornyet styrke og energi og måske ændre en hverdag uden meget bevægelse og motivation til et rigere liv for hunden. Teknikkerne og træningsredskaberne, der benyttes i dag er mange. Kort kan nævnes fx balancebræt, sandposer, terapibolde, manuel øvelsesterapi, massage, udspænding, bassintræning, løbebånd, kulde- og varmeterapi, el-terapi.

En Case: Oskar, en yorkshire terrier på 7 år.



Oskar fik for et par måneder siden akut en diskusprolaps i lænden, gennemgik hurtigt efter en vel overstået operation og begyndte aktiv genoptræning efter ca. 2 uger. Oskar har styringsbesvær og nedsat styrke i begge bagben, hvilket gør, at han kompenserer og bruger forpartiet meget. Jeg vil umiddelbart vurdere, at han belaster forpartiet med ca. 90 % af sin vægt. Dette har i sagens natur forårsaget, at han er blevet meget muskuløs og spændt i forpartiet, der jo arbejder konstant, når han bevæger sig. Hans balance er også nedsat, hvilket er naturligt, når en del af kroppen ikke fungerer optimalt.

I træningen med Oskar arbejder jeg, i tæt samarbejde med ejeren, med at vedligeholde ledbevægeligheden i bagbenene og ryggen, der ikke er nedsat, men kunne blive det med tiden, da Oskar ikke bruger lænd, hofte- og knæled i deres fulde bevægebane pga. svagheden i muskulaturen. Jeg benytter fasciliteringsteknikker, dvs. øvelser, der 'vækker' og stimulerer nerverne til bagbenene, som ofte bliver påvirket efter en diskusprolaps. Dette bevirker, at Oskar får en bedre føling med bagbenene og dermed kan bruge dem mere funktionelt. Jeg træner stabilitet, balance og styrke i bagpartiet med bl.a. vægtbæringsøvelser, balancebræt samt forskellige øvelser med legetøj og godbidder, der 'tvinger' Oskar til at rotere i ryggen, løfte forpartiet og dermed støtte på bagbenene i hans iver for at få fat på godbidderne. Det er vigtigt at 'lege' meget af træningen ind i hunden, da den skal have succesoplevelser og synes, at det er sjovt. Herudover giver jeg Oskar massage og udspænding med hovedvægten på muskulaturen i forpartiet.

Oskar gør fremskridt uge for uge, ikke mindst takket være Oskars ejer, som flittigt træner en del af øvelserne med ham dagligt. En sådan stor deltagelse fra ejerens side er vigtig for at opnå det bedste resultat. Oskar er nu blevet mere muskuløs i bagpartiet, bruger bagbenene i stigende grad, både når han går, rejser og sætter sig - og ikke mindst, når han ufortrødent og kækt hopper op efter skinkestykker :-)

For yderligere information se [www.hundefys.dk](http://www.hundefys.dk)

Bolette Rothe, september 2005