

Magenprobleme?

Stress?

Verspannungen?


Müde?

Schmerzen?

Arthrose?

Quick Tipps für
Pferdebesitzer
Physiotherapie





Du wolltest schon immer wissen, wie du deinem Pferd helfen kannst? Hast dich vielleicht nicht getraut selbst Hand anzulegen aus Angst etwas falsch zu machen?

Dann habe ich hier ein paar Quick Tipps für dich und dein Pferd.

Ich erkläre dir hier, wie du dein Pferd unterstützen kannst, wenn es beispielsweise Schmerzen oder Verspannungen hat oder natürlich auch einfach nur um ihm etwas Gutes zu tun.

Hinweis

Dieser kleine Ratgeber ersetzt niemals einen Tierarzt oder einen Pferdephysiotherapeuten. Er dient lediglich zur Unterstützung und zur Anleitung, wie du deinem Pferd etwas Gutes tun kannst. Wenn du also das Gefühl hast, dass dein Pferd Schmerzen hat, dann ist der erste und richtige Weg, der Weg zum Tierarzt.

Ich wünsche dir viel Freude beim Ausprobieren.

Folge der AnimalMotionAcademy auch auf Instagram (@animalmotionacademy). Hier erfährst du auch viel Wissenswertes und sämtliche Neuigkeiten.

Massage

Beginnen wir mit einem recht einfachen Quick Tipp, und zwar der Massage. Die Massage ist zum einen eine sehr wohltuende Behandlungsmethode, aber gleichzeitig auch eine sehr aktivierende. Wenn also dein Pferd Verspannungen beispielsweise im Rücken hat, kannst du hervorragend die sog. Effleurage, also Streichung, verwenden.

Durchführung

Dies kannst du sehr easy selber machen. Es ist quasi nichts anderes als das Streicheln von deinem Pferd. Du beginnst am Hals und führst in einer Streichung diese Bewegung fort, bis du am Schweifansatz angelangt bist. Dies kannst du mehrere Male hintereinander durchführen. Es kann sein, dass dein Pferd an gewissen Stellen ein Hautzucken zeigt, das ist dann der Hinweis, dass hier Verspannungen sind.

Mach diese Übung gerne täglich. Denn sie lindert nicht nur Schmerzen und sorgt für ein Wohlfühlen, sondern es verstärkt auch die Bindung zwischen dir und deinem Pferd.

Tipp: Diese Übung kannst du auch immer anwenden, wenn du dein Pferd putzt, denn durch den Striegel machst du quasi nichts anderes als eine Bürstenmassage.

Dehnungen

Der zweite Quick Tipp, den ich dir gerne zeigen möchte, sind die Dehnungen. Vielleicht kennst du es von deinem Sport, den du betreibst, oder auch von Erzählungen.

Dehnungen, sind sehr hilfreich für Muskeln und oft ist es schon so, dass die Pferde sich selbst dehnen, um Muskeln zu entspannen. Doch manchmal reicht das nicht aus und wir müssen nachhelfen.

Durchführung

Stell dich neben dein Pferd und nimm eine Gliedmaße hoch, als willst du die Hufe sauber machen. Dann gehst du ein paar Schritte zurück, so dass du vor deinem Pferd stehst und das Bein in der Hand hältst.

Die Hintergliedmaße dehnt du nach hinten hinaus.

Diese Übung kannst du nach einer Aufwärmphase von mind. 20 Minuten 2-3x Woche durchführen mit 3-5 Wiederholungen

Hinweis

Bitte achte darauf, dass sobald das Pferd seine Gliedmaße wieder zurückzieht, du die Dehnung beendest und die Gliedmaße wieder auf den Boden stellst. Dies sind sog. Ausweichbewegungen die u.a. auch durch Schmerzen oder Unwohlsein verursacht werden. Achte hier bitte unbedingt auf die Anzeichen deines Pferdes.

Heiße Rolle

Der dritte Quick Tipp für dich ist die heiße Rolle. Vielleicht hast du davon schon einmal gehört, aber ich möchte es dir trotzdem hier kurz nochmal erklären, weil es den Pferden soooo unheimlich gut tut.

Die heiße Rolle löst nicht nur Verspannungen der Muskulatur, sondern hat auch gleichzeitig einen Wellnesseffekt auf die Pferde. Durch die feuchte Wärme werden sämtliche Strukturen im Körper aktiviert und die Muskulatur kann sich wieder dehnen.

Durchführung

Nimm ein Handtuch zur Hand und rolle dieses recht eng zu einer Art Trichter zusammen. Von oben füllst du dann vorsichtig das heiße Wasser hinein.

ACHTUNG: Verbrennungsgefahr!

Das Handtuch ist dann nach und nach mit Wasser durchtränkt. Nun legst du das Handtuch auf den Rücken deines Pferdes und rolltest es dort einmal aus und dann wieder zusammen. Bitte achte unbedingt auf die Reaktionen deines Pferdes und halte das Handtuch weitestgehend in Bewegung.

Diese Übung kannst du mit 2-3 Wiederholungen durchführen und immer bei Bedarf anwenden.

Hinweis

Zeigt das Pferd hier Abwehrreaktionen oder möchte es weg gehen, dann lass es bitte auch gehen und zwinge es nicht. Es kann sein, dass es für das Pferd unangenehm ist bzw. zu heiß.

3 Quick Tipps für dein Pferd aus dem Bereich Physiotherapie.

Ich hoffe dir und deinem Pferd helfen diese 3 Quick Tipps weiter und ihr genießt dadurch noch mehr eure gemeinsame Zeit.

Solltest du Fragen, Anregungen, Wünsche oder what ever haben, dann darfst du dich gerne unter kontakt@animalmotionacademy.de melden.

Ich und mein Team stehen jederzeit für Fragen zur Verfügung.

Und nun wünsche ich euch ganz viel Spaß.

Eure Sina

