

EQUILIBRIS

Tidskriften för veterinärmedicin och hästvetenskap
Nr 1 2013



**Sjuk-
gym-
naster
för häst**

**Dator
tomo-
grafi
stående**

Feromoner - till häst

Täcke eller inte täcke?

Sjukgymnaster för hästar



Samarbete mellan flera yrkeskompetenser ger spännande effekter. Att liksom smådjurskliniker och djursjukhus ha Leg. Sjukgymnaster som är godkända av Jordbruksverket för arbete inom djurens hälso- och sjukvård knutna till verksamheten blir nu allt vanligare även inom hästdjursjukvården.

Foto: Cecilia Gustafsson

Djursjukvården i Sverige idag genomgår stora förändringar. I och med behörighetslagen som kom 2010 kommer ett antal nya yrkesroller att ta plats inom veterinärmedicinen. Teamarbete är något som ligger i tiden och förhoppningsvis har kommit för att stanna. Här har Saxtorps Hästklinik i Landskrona och vet. Anne Haglund sett till att ligga långt framme i denna utveckling. Sedan årsskiftet arbetar Pernilla Stenfeldt, Leg. Sjukgymnast och godkänd av Jordbruksverket för arbete inom djurens hälso- och sjukvård på kliniken en dag varannan vecka.

Behörighet som sjukgymnast

Som Leg. sjukgymnast arbetar man efter vetenskap och beprövad erfarenhet och har en väldigt bred medicinsk utbildning. Inom humanvården idag finns sjukgymnasten som en självklar yrkesroll i teamet inom i princip alla vårdområden. Friskvård, förebyggande hälsoarbete och ergonomi är andra viktiga arbetsområden.

I och med behörighetslagen inom djurens hälso- o sjukvård kommer sjukgymnaster att spela en viktig roll även inom veterinärmedicinen. I takt med att tekniken, diagnosticeringsmetoder, operationsmetoder och behandlingar utvecklas snabbt inom det veterinärmedicinska området

kommer även behovet av kvalificerad rehabilitering att öka. Även djurägarnas intresse och efterfrågan av friskvård och förebyggande åtgärder ökar. Det finns ingen ortoped inom humanmedicin idag som skulle gå in och göra t.ex en artroskopi av en knäled utan att veta att det fanns kvalificerad sjukgymnastik postoperativt. Inget ingrepp är ju egenligen lyckat förrän patienten är tillbaka i så bra funktion som möjligt. Här finns fortfarande stora utvecklingsmöjligheter inom veterinärmedicin ffa på stordjursidan. Inom smådjur har man kommit mycket längre och idag finns nästan minst en Leg. Sjukgymnast anställd på de flesta större smådjurskliniker i landet.

Framtida utbildning

Idag finns 44 st Leg. Sjukgymnaster som är godkända av jordbruksverket för arbete inom djurens hälso- och sjukvård enl den nya behörighetslagen. Övergångsreglerna för sjukgymnaster att söka godkännande gick ut 31 dec 2011. Just nu väntar alla på att den nya utbildningen som skall ligga till grund för godkännandet skall komma igång på SLU. Pga bristfällig information från SLU ang. kostnad m.m har startdatum nu skjutits fram till september i år.

Frågan kommer ofta från folk som undrar hur man blir sjukgymnast för djur. Svaret på det är att det är ganska lång väg att gå. Totalt tar det 7-8 år att bli godkänd sjukgymnast inom veterinärmedicin.

- 3 års (180 hp) högskole- / universitetsstudier till Leg. sjukgymnast

- 2 års yrkeserfarenhet som leg. Sjukgymnast på humansidan.

- 2-3 års studier (30 hp) på SLU inom veterinärmedicin.

För att sedan kunna arbeta med djur krävs det ju givetvis en gedigen kunskap och erfarenhet av djurslaget, i mitt fall av hästar och hästsport. Det räcker ju så klart inte bara att ha teoretisk kunskap, man måste ju kunna hantera djuret också och vara insatt i djurets användningsområde.

Sverige är ett av ganska få länder där sjukgymnaster inom veterinärmedicin är organiserade. LSVET (legitimerade Sjukgymnaster inom veterinärmedicin) är en sektion under LSR (legitimerade Sjukgymnasters Riksförbund). LSVET har idag ca 230 medlemmar och arbetar aktivt med frågor som behörighetslagen, utbildningen på SLU, sakkunniga i olika referensgrupper på jordbruksverket, är remissinstans för frågor som rör djurens hälso- o sjukvård, är representerade i Veterinärmedicinska Ansvarsnämnden m.m. Vinden har vänt och numera är LSVET inbjudna att delta i de flesta sammanhang där beslut tas för framtidens djursjukvård. LSVET är även representerade inom olika internationella nätverk och organisationer för djursjukgymnaster.

Hur arbetar sjukgymnasten på djur?

Samarbetet mellan veterinär, sjukgymnast, ägare/ryttare och annan djurhälsopersonal är en förutsättning för ett bra resultat. Teamarbete är effektivt och är framtiden inom djursjukvården. Det är viktigt att framhålla att sjukgymnastik är ett komplement till veterinär och inte en alternativ metod. När man får en ny hästpatient skall denna helst vara veterinärundersökt först. I verkligheten är detta inte alltid fallet speciellt när man jobbar ambulerande. Då är det viktigt att vid minsta misstanke på veterinärmedicinska problem skicka hästen till veterinär först. Samarbetet på kliniken är ovärderligt då man har tillgång till veterinären i samma lokaler och kan rådfråga, diskutera och bolla tankar under behandlingens gång.

Bild höger sida längst upp: Samarbetet i teamet på hästkliniken börjar med en grundlig veterinärundersökning. Sjukgymnasten arbetar utifrån diagnos som ställs av veterinären.

Mellersta bilden: Den dubbla kompetensen hos sjukgymnasten ger unika möjligheter att hjälpa även ryttaren.

Nedersta bilden: Även ryttaren kan få ett individuellt anpassat träningsprogram för att inverka korrekt på sin häst.

Foto: Cecilia Gustafsson



Som sjukgymnast börjar man med att ta noggrann anamnes för att sedan titta på hästen i rörelse. Rörelseanalysen är viktig då vi arbetar med individens funktion. Därefter gör man en manuell undersökning där inspektion av hästens exteriör och hållning, palpation och bedömning av rörlighet, generell och segmentellt i rygg och nacke samt olika leder ingår. Smärtreaktion, muskelspänningar, asymmetrier, atrofier, muskelhypertrofi eller hypotrofi samt eventuella neurologiska fynd noteras. Nästa steg är att en funktionell bedömning görs. Endast veterinären får ställa diagnos. Därefter upprättas en behandlingsplan. Målsättningen är viktig att gemensamt komma fram till. Återbesök och uppföljningar är nödvändiga eftersom man hela tiden måste utvärdera sitt arbete. Rehabilitering är en process och ingenting som kan klaras på ett enda besök. Målet måste vara att problemet eller skadan får en långsiktigt hållbar lösning så långt det är möjligt. För att klara detta är det nödvändigt med en helhetssyn och en analys av varför problemet uppkom från början. När det gäller skador i rörelsestödjeorganen är min uppfattning att man ofta hittar pusselbiten i användningen och träningen av hästen. ”Om man gör som man alltid gjort kommer man få det man alltid fått”. Veldig många led- och ryggbesvär är ständigt återkommande. Kanske till och med liknande skador på flera hästar hos samma ryttare. Kanske måste man gå djupare och ändra på något grundläggande. Detta kan i början mötas av motstånd då man ofta vill ha snabba lösningar (som samhället i övrigt). Jag anser att vi alla har ett ansvar gentemot hästarna.

Arbetsätt

Sjukgymnasterna har länge haft parollen att ”rörelse är receptet” och detta gäller för såväl människa som djur. Jag får ofta hästar med ryggproblem. Här är det vanligt att orsaken och lösningen ligger i hur hästen arbetar och använder sin kropp, precis som hos oss människor. Ergonomi för hästar! Veldig ofta måste man börja behandlingen med någon manuell metod såsom till exempel akupunktur, mobilisering, stretching eller liknande för att ge hästen möjlighet och förutsättningar att kunna röra sig och använda sin kropp optimalt och liksidigt. Efter att detta gjorts kanske man måste hjälpa hästen att hitta ett bättre rörelsemönster neuromotoriskt. För att uppnå detta finns en mängd olika tekniker. Här måste man prova sig fram till vad som passar just denna häst. En mycket intressant teknik som länge funnits inom idrottsmedicinen är kinesiotejpning.

En viktig förutsättning för en kvalificerad rehabilitering är att den måste vara individanpassad. Det finns även mycket att utveckla när det gäller rehabträning för olika typer av skador. Det är idag alldeles för generellt. Här kan man bli mycket bättre på att rikta träningen mot det specifika problemet. Vilken funktion måste förbättras och i vilken ordning? Om man jämför en människa som ådragit sig en knäledskada (korsband, menisk, sidoligament eller liknande) måste man dag ett starta ett rehabprogram som först inriktar sig på att minska svullnad och och bibehålla rörligheten i leden. På grund av att de stabiliserande musklerna kring knäleden (m. Quadriceps) och proprioceptionen automatiskt hämmas vid skada eller ingrepp påbörjas belastningsträning och stabiliseringsträning INNAN till exempel styrketräning, löpträning osv. Skulle man påbörja till exempel gång eller löpträning innan knäleden har stabilitet av fungerande muskulatur ökar belastningen av knäledens strukturer och skadan återkommer eller andra skador uppstår. Här kan man förbättra rehabiliteringen framför allt på hästsidan av olika ledskador både konservativt och postoperativt.



Bild Privat. Foto: Lovisa Henrikson

En egenskap som gör sjukgymnasten unik i djursammanhang är att vi även kan titta på ryttaren. Vi kan människokroppen!

Om en ryttare sitter snett eller har balansproblem som gör att inte hästen kan arbeta i balans och om detta orsakar hästen skada, kan vi behandla hästen hur många gånger som helst och problemet återkommer. Detta kan ju många gånger härledas till ryttarens besvär i form av smärta, snedhet, stelhet m.m. Då kan vi som sjukgymnaster även hjälpa ryttaren. Även här gäller individuellt anpassade träningsprogram. Ryttare har ofta ont om tid och då är det bättre att få några få utvalda viktiga övningar som man hinner göra än att ha tid att göra ett stort generellt träningsprogram. Alla ryttare kan förbättra sin sits och kroppskänedom och dessutom är det väldigt roligt att arbeta med.

*Pernilla Stenfeldt
leg sjukgymnast
Godkänd av SJV för arbete inom djurens hälso-och sjukvård*

Fallet "Highlight"



Bild Privat. Foto: Lovisa Henrikson

Highlight är en 20-årig D-ponnyhingst som gått elitdressyr och tidigare även hoppning under många år. Highlight har nu en ny ryttare, Emelie Henrikson, sedan 6 månader tillbaka och deras målsättning är att kunna tävla på hög nivå ytterligare 2-3 år. Häst och ryttare har varit hos veterinär Anne Haglund för kontroll. Här följer en beskrivning hur ett sådant fall kan utredas och behandlas med hjälp av flera yrkeskompetenser.

Veterinärens undersökning

Highlight kom till Anne Haglund för att ryttare och tränare upplever att han inte använder bakkdelen optimalt han trycker inte ifrån som önskat. Kliniska undersökningen uppvisar en mycket välbehållen 20 åring, i fin kondition och i fint skick. Hästen har en bockhov höger fram, han ömmar över biceps femoris infästning i korsbenet vänster sida. Initialt på rakt spår uppvisas god spänst och ingen hälta. Vid longering på grusbana sticker hästen in vänster bakben innanför vänster frambens spår i vänster varv. På hårt underlag ses samma förändring. I höger varv spårar han bra. Bøjprov

båda frambenen och höger bakben är utan anmärkning men vänster bakben visar 1 (1 av max 5 grader) grads reaktion. Anestesi (bedövning) av alla tre ledavdelningarna vänster bakknä, släcker reaktionen på bøjprov men snedheten vid longeringen syns fortfarande. Hästen behandlas i knäleden vänster bakben med kortison och lokalbehandlas med injicerade kvaddlar av DMSOi biceps femoris triggerpunkter. Hästen skrittats i två veckor och joggas lätt en vecka inför återbesöket. Vid återbesöket efter två veckor uppvisas ingen ömhet i muskulaturen och bøjprovsreaktionen från vänster bakknä är borta men hästen uppvisar samma snedhet vid longering som vid första besöket, dvs den sätter vänster bakb innanför vänster fram. I detta läge föreslår jag för ägaren att vi ska låta sjukgymnast Pernilla Stenfeldt undersöka hästen och ge träningsråd.

Första undersökning hos sjukgymnasten

Vid undersökning med palpation finner man även en snedhet i bäckenet där tuber coxae står högre på vänster sida. Muskel-

spänning vid thoracolumbala övergången vänster sida samt lumbalt nivå L4-L5 höger sida. Även palpationsömhet i SI-leds området höger sida. Spänd halsmuskulatur, ffa musculus brachiocephalicus bilateralt (båda sidorna) noteras också.

Akupunktur väljs för att behandla muskelspänningarna för att eventuellt komplettera med segmentell mobilisering. Det sistnämnda visar sig dock inte behövas då ponnyn efter akupunkturbehandling är rak i bäckenet och muskelspänningarna borta. När Highlight inspekteras igen under longering igen spårar han korrekt.

Nästa steg är att förhindra att det felaktiga rörelsemönstret återkommer

För att befästa det korrekta rörelsemönstret och få Highlight att använda vänster bakben på ett ändamålsenligt sätt används kinesiotejp. Abduktorerne som är de muskler som verkar för benets rörelse åt sidan ut från kroppen (ffa m.gluteus superficialis) tejpas för att öka det sensoriska inflödet och därigenom aktiviteten

i muskeln. Denna tejp skall användas vid varje träningspass eller aktivitet fram till återbesöket om 4 veckor. Ägarna instrueras i tekniken för att själva kunna tejsa.

Sitsträning med Emelie.

Fyra veckor senare är det dags för återbesök. För att se helheten måste även ryttaren involveras i processen. Emelie har tidigare behandlats av kiropraktiker för sin egen snedhet. Trots detta kan man vanemässigt vara oliksidig på hästryggen. Vi träffas i ridhuset för att gå vidare. En av Emelies tränare är också med och tittar. Emelie är en mycket duktig ryttare med höga ambitioner som tränar flitigt för bra tränare. Alla ryttare har möjlighet att förbättra sin ridning och kroppskänedom. Ju högre upp i klasserna man kommer desto mer blir detaljerna än viktiga att ha koll på.

Emelie har en tendens att sitta något till höger. Man ser att höger fot kommer lägre ner och vänster fot roteras en aning utåt. Detta innebär att hon samtidigt roterar i bäcken eller höft åt vänster. Detta kan i sin tur innebära att ryttaren får en ineffektiv vänster skänkel, viker sig i vänster sida samt lätt blir hårdare i vänster hand. Effekten blir att ryttaren tycker hästen är stelare i vänster sida. Hästen måste hela tiden kompensera för viktfordelningen och sitter man lite åt höger säger man till hästen

Foto: Cecilia Gustafsson

att gå åt höger men man kanske försöker svänga vänster genom de övriga hjälperna. Här blir det motstridiga signaler till hästen. I vårt fall har dock Emelie god kontroll på sin överkropp och händer men har en något sned viktfordelning och rotation som man kan rätta till.

Emelie tycker att Highlight är svår att sitta ner i traven på och kämpar med att kunna sitta still med skänklarna. Jag kan se att hon sitter med bäckenet tippat något framåt vilket gör att hon kommer att sitta på främre delen av bäckenet och förlorar lite av kontakten med sina sittben. Detta ger en liten obalans i sitsen som innebär att hon tappar aktivering av de djupa bukmusklerna och därigenom stabiliteten i sin bål. När vi tippa bäckenet något mera bakåt så Isabelle tydligt känner sina sittben och kan vinkla dessa något ”in under sig” hittar hon bålstabiliteten och skänkeln kan hänga stilla. Stor skillnad syns på Highlight som får en mycket jämnare drivning bakifrån.

Emelie utan häst

Efter dessa övningar tittar jag på Emelie utan häst. Emelie har en god hållning i stående som hon även har på hästen. På britsen upptäcker vi att Emelie har strama /korta muskler ffa i vänster ben. Vänster höftböjare samt höftens inåtförare (m.

iliopsoas samt adduktorer) är kortare än på höger ben. Detta har en direkt koppling till det utåtroterade högerbenet vi kunde se på hästen. Här finns alltså en mekanisk begränsning till att sitta helt rakt över hästen. Dessa muskler måste stretchas. Blir man också medveten om detta på hästen och jobbar med detta även där, kommer det att bli bättre och bättre.

När vi tittar på Emelie på Balimopal-len hittar vi att hon har lättare att vika sig i vänster sida. Sämre stabilitet i de sneda bukmusklerna på höger sida (vilket ger att man viker sig åt andra hållet – vänster i detta fallet). Även om Emelie har bra kontroll på sin överkropp på hästen kan man koppla detta fynd till rotationen i bäckenet. Emelie får 3 st övningar att ta med hem och jobba på varje dag.

Kontroll av Highlight

Inga spänningar har återkommit och Highlight är rak i sitt bäcken. Planen framåt i samråd med ägarna är att fortsätta med övningarna till nästa kontroll om ca 3 mån.

*Pernilla Stenfeldt
leg sjukgymnast
Godkänd av SJV för arbete inom djurens hälso-och sjukvård*

*Anne Haglund
leg veterinär
specialist i hästens sjukdomar
Saxtorps Hästlinik*

