



Dlaczego warto uczestniczyć w warsztatach nauki masażu koni

Wstęp

W ostatnich latach w Polsce wzrasta zainteresowanie fizjoterapią koni. Związane jest to z wcześniejszym rozwojem profilaktyki prozdrowotnej koni sportowych w krajach zachodniej Europy oraz Stanów Zjednoczonych, gdzie wiedza z zakresu rehabilitacji konia jest już daleko rozwinięta.

Świadomość potrzeby profilaktyki prozdrowotnej związana jest to ze stawianiem przed końmi sportowymi wysokich wymagań fizycznych oraz wykonywanie przez nie nienaturalnych ćwiczeń, które mogą przyczynić się do pojawiania się kontuzji. Urazy układu mięśniowo – szkieletowego pojawiają się głównie w kończynach piersiowych oraz kręgosłupie. Do najczęstszych schorzeń koni sportowych można zaliczyć zapalenie ścięgna, więzadeł, stawów, pochewek dolnych partii kończyn piersiowych oraz zapalenie wyrostków kolczystych odcinka piersiowego, schorzenia stawów biodrowo – krzyżowych oraz zapalenie mięśni przykręgosłupowych. W konsekwencji jeździec zmuszony jest przerwać treningi lub zwolnić tempo dla rozpoczęcia procesów leczenia. Umiejętność diagnozowania stanu mięśni, przy użyciu rąk może znacznie złagodzić te problemy lub im zapobiec. Pozwala bowiem ocenić kondycję fizyczną konia, prawidłowość doboru treningów czy dopasowanie sprzętu jeździeckiego.

Nowoczesne kierunki fizjoterapii koni pojawiają się powoli w Polsce. Przełamują stare konwenanse w profilaktyce prozdrowotnej koni, a masaż powoli znajduje uznanie wśród lekarzy medycyny weterynaryjnej, trenerów i jeźdźców sportowych oraz hodowców. Wzrostowi zainteresowania tą tematyką sprzyja jej bogata dostępność w literaturze, gdzie zamieszczanych jest wiele informacji na temat nowoczesnych metod profilaktycznych w utrzymaniu dobrej kondycji konia.

Masaż jest formą terapii manualnej koni, której zasady, funkcje oraz podział są ściśle wzorowane na masażu ludzkim. Powszechnie stosuje się u koni masaż klasyczny, do którego zaliczany jest masaż sportowy, profilaktyczny oraz relaksacyjny. Z masażu specjalistycznych najczęściej praktykuje się masaż punktowy oraz mięśniowo – powięziowy.

Praktyka masażu klasycznego nie wymaga wykształcenia weterynaryjnego. Jednak do świadomego wykonywania masażu potrzebne są nie tylko dobre chęci, ale również bardzo dobra znajomość anatomii i fizjologii ciała konia. Należy również pamiętać o cierpliwości i życzliwym podejściu do konia oraz o podstawowych zasadach bezpieczeństwa.

Warsztaty masażu sportowego koni

Warsztaty masażu skierowane są do jeźdźców, trenerów i opiekunów koni, którzy chcą nauczyć się podstaw wykonywania masażu klasycznego. Warsztaty umożliwiają wstępne opanowanie rutyny zabiegu i dają podstawy do dalszego pogłębiania wiedzy na ten temat. W części teoretycznej warsztatów przedstawiona jest anatomia i fizjologia konia. Uczestnicy zapoznają się z podstawami układu kostnego. W szczególności uwzględnione są elementy struktur kostnych, które można wyczuć pod palcami podczas wykonywania zabiegu masażu. Ułatwia to lokalizację i przyczep mięśni szkieletowych. Uczestnicy zapoznają się też z budową i fizjologią pracy mięśni. Przedstawione są funkcje i przyczepy mięśni zlokalizowanych



w kończynie piersiowej, szyi, grzbiecie i kończynie miednicznej, które najczęściej ulegają kontuzjom. Opisane są również założenia związane z zasadami wykonywania masażu oraz jego stałe komponenty: kierunek, częstość oraz kolejność. Zajęcia praktyczne uwzględniają lokalizację struktur kostnych, a następnie umiejscowienie i obrysowanie na koniu konturów poszczególnych mięśni. Część praktyczna uwzględniona również manualną ocenę kondycji ciała konia, która polega na ocenie konia w kluczowych jego obszarach. Ocena ta jest podstawą w podjęciu decyzji o prawidłowym treningu, leczeniu czy rehabilitacji konia. Nauka rutyny masażu odbywa się na poszczególnych mięśniach szyi, kończyny piersiowej, grzbietu oraz kończyny miednicznej.

Zapewnianie regularnych zabiegów masażu powoduje, że koń jest bardziej rozluźniony podczas treningu i chętny do pracy. Masaż przyspiesza regenerację uszkodzonych tkanek mięśniowych i ścięgniastych oraz zwiększa przepływ limfy z dolnych partii kończyn. W konsekwencji poprawia kondycję fizyczną, zwiększając rozpiętość ruchów.

Zauważono też pozytywne efekty psychiczne u regularnie masowanych koni. Pod wpływem zabiegów stają się one bardziej spokojne, chętne do współpracy i mniej zdenerwowane podczas codziennych zabiegów pielęgnacyjnych. Dodatkowym atutem masażu jest budowa bliższych relacji pomiędzy człowiekiem a koniem. Masaż uczy zaufania do człowieka. Jest to szczególnie ważne dla koni z trudnym charakterem.

Dla osiągnięcia korzystnych efektów masażu, należy najpierw przekonać i przyzwycząić konia. Dlatego pierwszy masaż jest zabiegiem odczulającym, który przyzwyczajają do ręki masażysty i stosowanych chwytów. Jest on wykonywany najczęściej w boksie, gdzie koń czuje się bezpieczny i spokojny. Zabiegi masażu wykonuje się regularnie co 2 tygodnie dla koni będących w intensywnym treningu sportowym a dla koni w średnio intensywnym treningu co 3 - 4 tygodnie.

Przy regularnych masażach lokalizuje się miejsca wrażliwe i napięte, które mogą przyczynić się do pojawienia kontuzji. Pozwala to prowadzić opiekunom i jeźdźcom stałą obserwację i odpowiednią pielęgnację konia, dla ochrony przed wystąpieniem urazów. Nauka fizjologii ciała konia i jego reakcji obronnych na kontuzję oraz obciążenia treningowe zachęca do pogłębiania wiedzy o tej naturalnej formie fizjoterapii.

Diagnostyka na podczerwień - termografia

W praktyce masażu koni uzupełniającą metodą diagnostyczną może być termografia. Jest to bezinwazyjna technika, której działanie opiera się na odczytywaniu poziomu emitowanego ciepła z badanej powierzchni ciała. Odczyt odzwierciedla zwiększony przepływ krwi w danym obszarze, co może świadczyć o lokalnym stanie zapalnym.

Wykazano przydatność termografii w medycynie weterynaryjnej w diagnozowaniu schorzenia dolnych partii kończyn, związanych z ropnym zapaleniem kopyta, ochwatu, syndromu trzeszczki, zapalenia ścięgna, zapalenia stawu kolanowego i stępu (Purohit, McCoy 1980, Vaden i wsp. 1980, Turner i wsp. 1983, Turner 1991). Metoda ta diagnozuje schorzenia kręgosłupa związane z lokalizacją obszarów dysfunkcji nerwu odcinka piersiowo - lędźwiowego (Schweinitz 1999), zmianą lokalizacji kręgów odcinka lędźwiowego (Purohit i McCoy 1980) oraz z nadgrzebieniowym i międzykolcowym zapaleniem więzadła i międzykręgowym zapaleniem stawów (Fonseca i wsp. 2006) .



EQUINE MASSAGE

SZKOŁA REHABILITACJI · TERMOGRAFIA KONI

Technika termograficzna w praktyce masażu jest przydatna w lokalizowaniu obciążeń treningowych oraz wczesnych stanów zapalnych, nawet do 2 tygodni przed wystąpieniem klinicznych oznak schorzenia (Turner 1991). Dodatkowo za pomocą kamery można sprawdzić zgodność doboru siodła na postawie wytworzonego podczas jazdy ciepła pomiędzy siodłem a grzbietem.

W Polsce nie ma ustawy prawnej dotyczącej zabiegów fizjoterapeutycznych koni. Dlatego masaż może być wykonywany przez każdego, w przeciwieństwie do państw, gdzie jest on oficjalnie uznany za jedną z form fizjoterapii koni. Osoba wykonująca masaż musi mieć uprawnienia oraz zgodę lekarza medycyny weterynaryjnej na wykonywanie zabiegu. W Ameryce powstało Stowarzyszenie Masażystów, które zrzesza wszystkich końskich terapeutów na świecie. Jego głównym celem jest pomoc w edukacji osobom rozpoczynającym karierę masażyści, a także propagowanie masażu koni na całym świecie.

Serdecznie zapraszamy na:

- a) sześciodniowy kurs masażu sportowego koni
- b) dwudniowe warsztaty z masażu sportowego koni
- c) dwudniowe warsztaty podstaw masażu, termografii i prawidłowego funkcjonowania kopyt
- d) dwudniowe warsztaty podstaw masażu, termografii i dopasowania siodła u koni

Literatura

Fonseca B.P.A., Alves A.L.G., Nicoletti J.L.M., Thomassian A., Hussini C. A., Mikaik S.:2006. Thermography and ultrasonography in back pain diagnosis of equine athletes. *J. Eq. Vet. Sc.*, 26, 507-516;

Purohit R. C., McCoy M.D.:1980. Thermography in diagnosis of inflammatory process in the horse. *Am. J. Vet. Res.*, 41, 1167-1174;

Schweinitz Von D.G.:1999. Thermographic diagnosis in equine back pain. *Vet. Clin. North Am. Eq. Pra.*, 15, 161-177;

Turner T.A., Fessler J.F., Lamp M., Pearce J.A, Geddes L.A.:1983. Thermographic evaluations of podotrochlosis in horses. *Am. J. Vet. Res.*, 44, 535-539;

Turner T.A.:1991. Thermography as an aid to the clinical lameness evaluation. *Veterinary Clinical of North America: Equine Practice*, 7, 311-338;

Vaden M.F., Purohit R.C, McCoy M.D., Vaughan J.T.: 1980. Thermography: a technique for subclinical diagnosis of osteoarthritis. *Am. J. Vet. Res.*, 41, 1175- 1180.