



Masaż a naturalne potrzeby behawioralne

Tekst: Maria Soroko Foto: Paulina Dudzik

Terapeutyczne korzyści z masażu koni są powszechnie znane. Dobrodziejstwo tej formy terapii manualnej jest szczególnie często wykorzystywane dla regeneracji tkanki mięśniowej oraz ścięgnistej. Struktury te, ulegając silnym obciążeniom treningowym, są często źródłem schorzeń ortopedycznych u koni sportowych. W celu przygotowania mięśni do wysiłku oraz zlokalizowania miejsc napiętych i bolesnych wykonuje się masaż sportowy. Dla wzmocnienia efektu tej terapii stosuje się dodatkowo zabiegi rozciągające (stretching), zwiększając elastyczność mięśni i zakres ruchomości w stawach oraz poprawiając kondycję ruchową. Natomiast dla naprawy tkanek miękkich stosuje się masaż leczniczy przy ścisłej współpracy z lekarzem medycyny weterynaryjnej.

Elementy masażu są widoczne u zwierząt w naturze. Konie praktykują go poprzez system zachowań behawioralnych ujawniających się wzajemną pielęgnacją sierści (allogrooming). Działanie to zaliczane jest do zachowania komfor-

towego zwierząt (social grooming). W etologii definiowane jest ono jako aktywność ocierania skóry czy czochrania sierści, mająca na celu zapewnienie higieny ciała dzięki usuwaniu ze skóry i sierści pasożytów, błota i liniejącej sierści. Działania te wywołują miejscowo zwiększone ukrwienie i rozluźnienie mięśni. Wzajemna pielęgnacja skóry służy również utrzymaniu wspólnoty w grupie koni poprzez zapewnienie formy relaksu i łączącego się z tym dobrego samopoczucia. Jest to równocześnie okazanie więzi stadnych, takich jak uczucia sympatii i przyjaźni, a tym samym wzmocnienie relacji w grupie koni (Jaworski 2009).

Zabiegi masażu jako wzajemna pielęgnacja sierści i skóry są zauważalne pomiędzy członkami stada lub pomiędzy dwoma zaprzyjaźnionymi końmi przebywającymi wspólnie na pastwiskach, padokach lub wybiegach. Te cechy behawioralne są typowe dla ich dzikich przodków, a obecnie są najsilniej rozwinięte pomiędzy końmi żyjącymi w naturalnych warunkach środowiskowych.

Grupę koników polskich żyjących w systemie hodowli rezerwatowej w Popielnie poddano obserwacji zachowania komfortowego. Badania prowadzone są głównie przez Katedrę Hodowli Koni i Jeździectwa Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie. Konie żyją tam w środowisku naturalnym, gdzie ingerencja człowieka w ich bytowanie jest ograniczona do minimum. Ich naturalny behawior komfortowy jest bardzo silnie rozwinięty. Dzieje się tak, ponieważ konie, które od tysięcy lat żyły w gromadzie, przejawiają bardzo silny popęd społeczny (Blendinger 1984).

Obserwując konie żyjące w warunkach naturalnych, zauważono, że mają one swoje ulubione miejsca masażu. Wzajemna pielęgnacja skóry pomiędzy młodymi osobnikami to najczęściej obszar kłębu, łopatki, grzbietu, brzucha oraz okolice stawu skokowego (ryc. 1). Konie, ustawiając się w pozycji równoległej do siebie, równocześnie dotykają delikatnie pyskiem masowanych obszarów ciała. Następnie przechodzą w silniejszy dotyk polegający na kolistym masażu górną

wargą połączony z gryzieniem. Po odwróceniu się powtarzają wzajemną pielęgnację skóry po drugiej stronie ciała (Bird 2002).

Inne źródła podają, że preferowanymi obszarami wzajemnej pielęgnacji skóry są:

- ▶ kłęb, obszar części piersiowej mięśnia czworobocznego,
- ▶ szyja, obszar mięśnia ramienno-głowego i mięśnia zębatego do brzusznej szyi,
- ▶ zad, obszar powięzi pośladkowej i mięśnia pośladkowego.
- ▶ Są również miejsca, które nie podlegają wzajemnej pielęgnacji sierści (tzw. miejsca niepreferowane), do których należą:
 - ▶ u d o , o b s z a r m i ę ś n i a p ó ł ś c i ę g n i s t e g o ,
 - ▶ kończyna piersiowa, obszar mięśnia trójgłowego ramienia, mięśnia prostownika promieniowego nadgarstka i mięśnia prostownika wspólnego palców,
 - ▶ okolice uszu i potylicy, obszar mięśnia ramienno-głowego i mięśnia płatowego (ryc. 2).

Obserwacje obszarów ciała poddawanych naturalnej pielęgnacji skóry pomiędzy końmi zostały wykorzystane w badaniach nad budowaniem relacji pomiędzy człowiekiem a koniem, a także w kompensowaniu koniom ich naturalnych potrzeb behawioralnych i tym samym w zmniejszeniu u nich stresu.

Prowadzanie tych badań jest szczególnie ważne z uwagi na konie sportowe, które przebywają większą część swojego czasu w stajni i nie mają bezpośredniego kontaktu z innymi końmi na pastwisku. Na co dzień zapewnione są im naturalne potrzeby behawioralne jedynie poprzez codzienne zabiegi pielęgnacyjne sierści, grzywy czy kopyt. Jednak coraz częściej jeźdźcy i opiekunowie koni umożliwiają swoim podopiecznym korzystanie

z regularnych zabiegów masażu, nie tylko z uwagi na wzmożony wysiłek fizyczny, ale głównie z powodu problemów behawioralnych, takich jak niechęć do pracy czy agresja podczas zabiegów pielęgnacyjnych.

Odwołując się do podziału ciała konia na miejsca preferowane (kłęb, szyja, zad) i niepreferowane (udo, kończyna piersiowa, okolice uszu) w pielęgnacji skóry, przeprowadzono badania na koniach półoswojonych. Analizowano wpływ zabiegu szczotkowania sierści na poziom tętna w wybranych obszarach ciała. Zauważono, że szczotkowanie obszarów preferowanych (szczególnie obszar szyi) znacznie zmniejszyło poziom tętna. Natomiast w przypadku szczotkowania obszarów niepreferowanych, nie zarejestrowano jego spadku (Feh i Demazieres 1993).

Postanowiono również zbadać, jak masaż obszarów preferowanych wpływa na spadek stresu u koni sportowych. Stres był oceniany na podstawie poziomu tętna oraz zachowania się koni. Wykazano, że po każdym zabiegu masażu, zarówno w obszarach preferowanych, jak i niepreferowanych (oprócz kończyny piersiowej) poziom tętna istotnie się zmniejszył. Szczególnie było to zauważalne dla obszarów kłęb, szyi i zadu. Również masaż tych obszarów ciała wzbudził pozytywne reakcje zachowania (McBride i wsp. 2004). Zatem zabiegi masażu pomiędzy końmi przyczyniają się do zmniejszenia u nich poziomu stresu.

W praktyce masażu klasycznego zabieg ten wykonywany jest w pięciu obszarach ciała konia: głowa, szyja, kończyna piersiowa, grzbiet i kończyna miedniczna. Chwyty stosowane przez masażystę znacznie różnią się od dotyków pyskiem przez konia. Masaż, podobnie jak we wzajemnej pielęgnacji skóry i sierści pomiędzy końmi, jest wykonywany naprzemiennie – z jednej i drugiej strony ciała konia.



CAVALOR PROFESSIONAL

WSZYSTKIE PRODUKTY NIE ZAWIERAJĄ ŻADNYCH SUBSTANCJI, KTÓRE WYMIENIONE SĄ NA LIŚCIE ŚRODKÓW DOPINGOWYCH – FEI albo CLUB JOCKEY

ŚCIEGNA I STAWY

ARTI MATRIX

ROZWIĄZANIE PROBLEMÓW ZWIĄZANYCH Z: ŚCIEGNIAMI, CHRZĄSTKAMI, MAZIĄ STAWOWĄ, TOREBKAMI STAWOWYMI, MIĘŚNIAMI, KOŚCCEM. DZIAŁA NA KILKU POZIOMACH. ZAWIERA KWAS HIALURONOWY.



ARTI BASE

UTRZYMANIE ELASTYCZNOŚCI STAWÓW. ZACHOWANIE MOCNYCH KOŚCI. ZALECANE PODCZAS WZROSTU MŁODYCH KONI. PROFILAKTYCZNIE: KONIE SPORTOWE/PRACUJĄCE/STARSZE.



FREEBUTE

DZIAŁANIE PRZECIWZAPALNE I PRZECIWBÓŁOWE. STOSOWANIE RÓWNIEŻ PODCZAS TRWANIA KONKURENCJI. WSPOMAGA STAWY I MIĘŚNIE KONI, ABY OSIĄGNĘŁY MAKSYMALNY WYNIK.



PROFILAKTYKA ŚCIEGIEN

MUSCOOLER

ODŚWIEŻA PRZECIĄŻONE ŚCIEGNA STYMULUJE KRĄŻENIE.



ICE CLAY

PRZECIĄŻONE NOGI/ŚCIEGNA OKŁAD W FORMIE GLINKI WZBOGAĆONY W MINERAŁY



NASZE PRODUKTY DOSTĘPNE W SKLEPACH: AGNES (KALISZ), AMIGO (BEDZIN), ARCUS (OLSZTYN), BRUGE (TARNOWO PODGÓRNE), EQUIVERSUM (WROCŁAW), GNL (ŁÓDŹ), INTER API (MILANÓWEK), KOŃSKI ŚWIAT (KONSTANCJA JEZIORNA), NA KON (TORUŃ), PASAŻ (SOPOT), PEGAZ (POZNAŃ), STAJNIA MISZEWO (GDAŃSK), STAJNIA (WARSZAWA).

ZAPRASZAMY DO WSPÓLPRACY SALONY I SKLEPY JEŹDZIECKIE

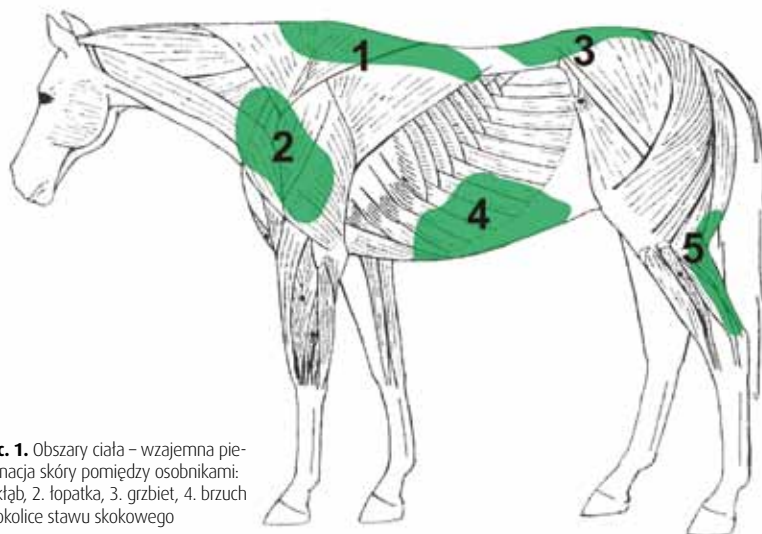
FHU CZEMPION

39-200 DĘBICA, ul. RONDO 11A

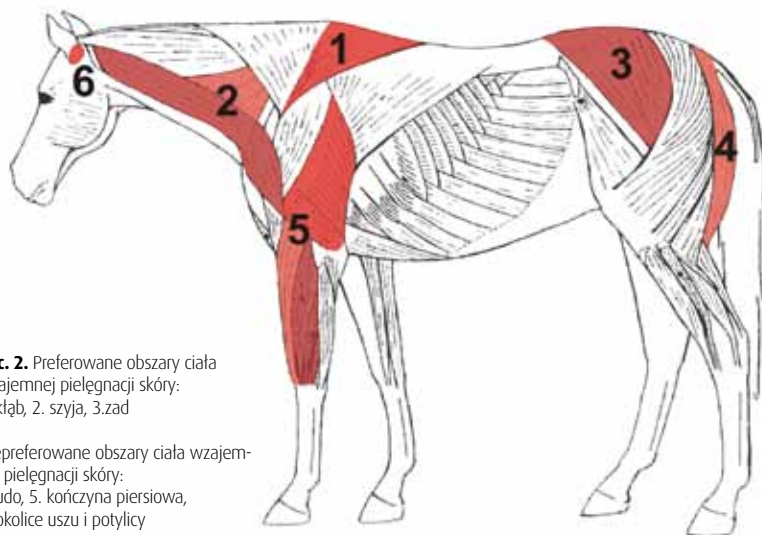
tel/fax: 014 682 80 88, 607 822 832

www.cavalor.com bezpośrednio: cavalor polska

mail: biuro@cavalor.pl, biuro@czempion.pl



Ryc. 1. Obszary ciała – wzajemna pielęgnacja skóry pomiędzy osobnikami:
1. kłęb, 2. łopaska, 3. grzbiet, 4. brzuch
5. okolice stawu skokowego



Ryc. 2. Preferowane obszary ciała wzajemnej pielęgnacji skóry:
1. kłęb, 2. szyja, 3. zad

Niepreferowane obszary ciała wzajemnej pielęgnacji skóry:
4. udo, 5. kończyna piersiowa,
6. okolice uszu i potylicy

Masaż zawsze zaczyna się od szyi, czyli obszaru ciała, gdzie witamy się z koniem. Podczas masażu obu stron szyi koń przyzwyczajają się do chwytów masażysty. Może w tym czasie być nieufny, niespokojny i mieć napięte mięśnie. Inne konie mogą wykazywać zupełny brak zainteresowania zabiegiem. Rozluźnienie pojawia się na ogół w obszarze kończyn piersiowych, najczęściej na wysokości mięśni łopatki oraz przedramienia. Przy masowaniu grzbietu konie są często niespokojne lub wykazują brak zainteresowania. Rozluźnienie przychodzi ponownie podczas masażu kończyn miednicznych: głównie mięśni pośladkowych, mięśnia dwugłowego uda. Jeśli koń nie akceptuje masażu okolicy uszu, obszar ten jest omijany. Pierwsze zabiegi masażu są „odczulające” –

przyzwyczajające konia do zabiegu masażu. Ich celem jest wzajemne zapoznanie się konia i masażysty, a także zbudowanie zaufania.

Koń przyzwyczajony do zabiegów masażu najczęściej osiąga pełne wyciszenie, skoncentrowanie i rozluźnienie od momentu masażu drugiej strony szyi, a następnie obu koń-

czyn piersiowych i miednicznych. Jest to zgodne z przeprowadzonymi badaniami, gdzie preferowanymi obszarami masażu pomiędzy końmi była m.in. szyja oraz zad. Natomiast w przypadku niepreferowanych obszarów ciała zgodność ta odnosi się do masażu okolic uszu.

Większość koni nie wykazuje zainteresowania i skoncentrowania podczas pracy na mięśniach grzbietu. Może to być związane z częstą bolesnością tego obszaru. Można również zauważyć, że u niektórych koni jedynie masaż obszarów kończyny piersiowej i miednicznej przynosi im skoncentrowanie i rozluźnienie.

Podobnie jak w naturze wspólne ocieranie skóry i czochanie sierści pomiędzy końmi jest świadectwem zaufania, tak masaż wykonywany przez człowieka powoduje budowanie więzi i przyjaźni pomiędzy człowiekiem a koniem. Dzieje się tak, ponieważ konie z natury są bardzo towarzyskie i potrzebują kontaktu fizycznego.

Jak wynika z przeprowadzonych badań, masaż ma szczególne znaczenie w zmniejszaniu stresu u koni. Jest to ważne u koni będących w ciągłym stresie z powodu kontuzji, stałego przebywania w boksie, w obcej stajni lub będących w ciężkim intensywnym treningu. Dlatego powinniśmy zapewniać regularne zabiegi koniom szczególnie w obszarach szyi, kłębu oraz zadu, które są masowane przez nie w naturze. ■

PIŚMIENNICTWO

1. Jaworski Z., 2009. Behavior koników polskich utrzymywanych w systemie hodowli rezerwatowej. Sympozjum naukowe „Współczesne wyzwania hodowli i chowu zwierząt”, Bydgoszcz.
2. Blendinger W., 1984. Wstęp do psychologii konia. ZTK, Zbrosławice.
3. McBride S.D., Hemmings A., Robinson K., 2004. A preliminary study on the effect of massage to reduce stress in the horse. J. Equine Vet. Scie., 24(2), 76-81.
4. Feh C., Demazieres J., 1993. Grooming at a preferred site reduces heart rate in horses. Animal Behav., 46, 1191-1194.
5. Bird J., 2002. Hodowla konia w zgodzie z naturą. Interpet Publishing Ltd, England.