



# Equid Body Power

Friskvård häst & människa

Innan behandling häst : Både massagen GSHM och elektroterapi diodynamiska strömmar har karenstiden 96 timmar.

Se till att hästen är torr och ren innan besök, jag är väldigt noga med att inte behandla häst som egentligen behöver veterinärvård och jag förstår ibland att det kan vara svårt som hästägare att avgöra det. Ser jag att hästen behöver veterinärvård istället så hänvisar jag till det. Ibland då jag börjat med en ny häst så kan problem komma fram, då hästen inte vill visa att den har ont utan ger mig förtroendet att förstå. I en flock vill den inte visa, då blir den ranglåg.

Det allra bästa är ett samarbete med veterinär såklart. Då kan jag förebygga och komplettera med mina behandlingar men har inga befogenheter att ställa diagnos.

Vid första tillfället så kikar jag på hästen i rörelse, går igenom/palperar muskulaturen/senor/leder, behandlar/masserar och lägger upp en behandlingsplan. Då hästar är stora djur så måste man dela upp behandlingarna för bästa resultat. Kroppen klarar annars inte av att ta reda på slag och undanröja inflammation om man gör för mycket på en gång. Då jag sedan är igenom hästen efter ca 3 behandlingar med 4-5 dagars mellanrum så rekommenderar jag att underhållsbehandla, beroende på problem och hur mycket man tränar och tävlar så kan underhållsbehandling göras en gång i månaden. Då kan jag ha koll på kroppen och mota problem i tid.

Första gången kikar jag även på sadel/sadlar om man har det, sadeln är så viktig att den ligger rätt på ryggmuskulaturen. Under sadeln finns viktiga muskler och spinalnerver som måste fungera.

Jag visar även stretch, så ryttaren kan försöka hjälpa hästen med de stora muskelgrupperna som man kommer åt med stretch. Stretch är väldigt bra då man kan få indikationer på hur hästen mår i sin muskulatur, man lär känna sin häst eftersom hästar är oliksidiga precis som vi människor så tar det emot mer där hästen är kortare i sin muskulatur.

För bästa resultat så hjälper jag även till med träning, så viktigt att hästen får rätt förutsättningar att få en stark och hållbar kropp. När man jobbar med kroppen så finns ett muskelminne som behöver brytas om hästen gått länge med ett felaktigt rörelsemönster och felbelastat eller kompenserat.

En häst som är spänd och har svårt att slappna av kan behöva hjälp med hur den mår i sin flock, trivs den i flocken ? Stallens rutiner vad gäller foder, foder tider, hagkompisar, motion,

utevistelse, att få en häst mentalt i balans är så viktigt och något som varje hästägare måste ha i åtanke. Dessa spänningar sätter sig i hästens muskulatur om den inte mentalt är tillfreds.

//Susanne