

Na een korte inleiding over de mogelijkheden van hydrotherapie, lopen we een dagje mee in een Praktijk Dierfysiotherapie met Aqua-Trainer en Zwembad.

HYDROTHERAPIE VOOR DE HOND

Aquatraining of zwemmen

Tekst: Elma Bakker. Foto's: dhr. H. Popijus.



Des te meer golven... des te beter. Djoy geniet volop.



Saartje trekt graag haar baantjes in het zwembad.

NEDERLAND... WATERLAND

Ons land staat bekend om de grote hoeveelheid wateroppervlak. Maar liefst achttien procent van het totale oppervlak wordt ten slotte door water gevormd.

Nu het zonnetje vorms en dier weer naar de waterkant lokt om verkoeling te zoeken, lui geworden spieren en verstijfde gewrichten te oefenen, zullen honden die baat kunnen hebben bij zwemmen en lopen in water meestal aangewezen zijn op praktijken dierfysiotherapie met Aqua-Trainer of op hondenzwembaden.

Want ondanks de hoeveelheid water in Nederland zijn de meeste stranden verboden terrein in de zomerperiode en zijn waterkanten vaak te steil om uw geopereerde hond met beleid het water in en uit te krijgen. Daarbij is het vaak lastig om te bepalen of u uw hond beter in het water kunt laten lopen of dat u uw hond moet stimuleren om te gaan zwemmen. Ook vragen over hoe lang en hoe krijg ik mijn hond rustig het water in, dienen zich dan aan.

ZWEMMEN OF AQUATRAINEN?

Hydrotherapie is letterlijk vertaald: therapie met behulp van water. De actieve hydrotherapie kan opgesplitst worden in aquatraining en zwemmen. Water leent zich door haar grotere dichtheid dan lucht uitstekend om voorwaartse bewegingen te verzwaren. Elke voorwaartse beweging is in water veertien maal zwaarder.

Daarbij geeft het water ondersteuning aan het lichaam. Zo vallen we in diep water minder snel om en worden pijnlijke gewrichten minder belast. Wanneer dit ook nog in aangenaam warm water plaats vindt, wordt het oefenen en trainen als prettig ervaren en zal de doorbloeding van spierweefsel verbeteren. Zo kan in water optimaal gewerkt worden aan een toename van spierkracht, beweeglijkheid en conditie.

Omdat zwemmen en aquatraining van elkaar verschillen qua beweging zijn de behandelindicaties niet identiek. Onderzoek heeft bijvoorbeeld aangetoond dat functioneel trainen het meest effect heeft. Daarom zal een zwemmer om zijn prestatie te verbeteren het meest gebaat zijn bij zwemtraining en een hardloper het meest bij looptraining.

Zo zal de hond bij problemen met stabiliteit en coördinatie meer gebaat zijn bij aquatraining. Zwemmen nodigt daarentegen meer uit om rug en schouders te strekken, knieën te buigen, en is in het algemeen conditioneel zwaarder.

Ook kan de mogelijkheid om een training te doseren van belang zijn. Aquatraining is exact te doseren omdat waterhoogte, snelheid van de lopende band en de tijdsduur van het oefenen of trainen meetbaar is. Zwemmen is juist niet te doseren: alleen de tijdsduur kan bepaald worden.

DAGDEEL DIERFYSIOTHERAPIE MET HYDROTHERAPIE

Als eerste die dag komt Saartje de praktijk in gerold. Saartje is een zeer levenslustige zevenjarige kruising Teckel die na een herniaoperatie nog niet voldoende functie in haar achterpoten heeft om te kunnen lopen. Daarom rolt Saartje nu enthousiast door het leven.

Saartje komt nog een keer per twee weken voor controle en training. Tijdens het onderzoek wordt gekeken of er geen overbelasting van haar rug en voorpoten is opgetreden. Daarna tijd voor het leukste deel: Saartje is namelijk een echte waterrat en geniet zichtbaar van de looptraining in de Aqua-Trainer en het zwemmen. Om Saartje tijdens het lopen in de Aqua-trainer nog stabiliteit te geven, loopt Saartje in redelijk diep water. De hoogte van het water wordt verlaagd naarmate Saartje minder snel omvalt.

Het zwemmen wordt als strekoefening voor haar schouders en rug gebruikt. Door haar verlamming zal Saartje scheef kunnen groeien

en stijve overbelaste voorpootjes kunnen krijgen.

Haar eigenaar houdt met aangeleerde massagetechnieken en huiswerkoefeningen enerzijds de spieren en gewrichten zo soepel mogelijk, maar probeert ook dagelijks de achterpoten van de nodige prikkels te voorzien om verder herstel te stimuleren. Bij mooi weer kan Saartje in de achtertuin in een zwembadje aquatrainen of met haar zwemvestje gaan zwemmen in buitenwater.

Ook wordt bij elke controle de functie van de blaas doorgesproken: helaas plast Saartje namelijk niet altijd voldoende zelf waardoor er een blaasontsteking kan ontstaan. Bij twijfel zal dit naar de dierenarts teruggekoppeld moeten worden.

ZORA

Nadat Saar gedoucht, moe en voldaan de praktijk via de uitgang heeft verlaten, staan er twee wat grotere soortgenoten voor de deur van de onderzoeksruimte.

Zora en Eboney, twee Duitse Dog teven, stappen statig de praktijk binnen. Direct dus een ruimte vol. Alleen Zora moet behandeld worden, maar heeft voor geestelijke ondersteuning altijd zus Ebony nodig.

Zora is geboren in 2003 en heeft al sinds 2005 lage rugklachten, lumbosacrale instabiliteit, waardoor ze steeds meer moeite kreeg om op gladdere ondergronden en afstanden te lopen. Door de pijn kon Zora ook niet zitten. Omdat pijnmedicatie niet meer voldoende hielp, heeft de eigenaar voor dierfysiotherapie gekozen. De behandeling werd één maal per week opgestart. Zora komt nu nog één maal per zes weken. De behandeling bestaat uit massage, oefeninstructies en magneetveldtherapie.

Zora is een zeer vriendelijke hond die haar 'uitgangshouding' echter graag zelf kiest. Een hele behandeling blijven liggen, is daarom echt teveel gevraagd.

Vandaag ploft Zora echter met een weemoedige blik direct op de grond. Eboney volgt gelaten en eigenaren kijken zeer verontrust. Ze laten weten rekening te houden met de mogelijkheid dat Zora in zal moeten slapen wanneer ze zoveel last van haar rug heeft. Bij navraag blijkt dat Zora ook bezig is met een tweede kuur antibiotica vanwege diarreeklachten.

Een dierfysiotherapeutisch onderzoek van haar rug levert geen duidelijke verschillen met andere keren op. Wel is heel duidelijk de maagzone, huidintrekking in het projectiegebied van de maag, aanwezig.



Een uitgevloerde Zora tijdens de magneetveldbehandeling.

Na overleg met de eigenaren wordt, omdat het zaterdag is, de dienstdoende dierenarts opgebeld. Met welke medicijnen kan er gestopt worden? Besloten wordt alle medicatie stop te zetten en een dag af te wachten hoe Zora hierop reageert. Bij verslechtering uiteraard direct naar de dierenarts.

Tijdens de behandeling, die vandaag bestaat uit een massage en magneetveld in het maaggebied, ontspannen Zora en ook de eigenaren, zichtbaar.

DJOY

Nu de onderzoeksruimte weer erg leeg is, tijd voor Djoy om haar intrede te maken. Djoy is een zeer aanhankelijke, sportieve Border Collie die bekend is met HD aan beide zijden. Door veel met haar te lopen en te sporten, hebben eigenaren goed aan haar bespiering gewerkt en Djoy zo heel lang functioneel gehouden. Toen Djoy duidelijk pijnklachten ging krijgen, is in overleg met een specialist besloten Djoy te opereren.

De Pectineus, een spier die bij HD erg kan verkrampen en daardoor pijn en standsverandering in de heup kan veroorzaken, is aan beide zijden verwijderd. Eigenaren hebben voor dierfysiotherapie gekozen om de revalidatie van Djoy te begeleiden.

Djoy traint in de Aqua-trainer om de coördinatie van het lopen en de stabiliteit in beide heupen te verbeteren. Djoy loopt daarom in een langzaam tempo en in minder diep water. Zo worden de spieren die het meest belangrijk zijn voor het stabiliseren van haar heupgewrichten getraind. Vandaag komt Djoy voor de laatste controlebehandeling. Djoy gaat de hellingproef doen: de lopende band wordt hellend geplaatst waardoor de strekking in haar heupen wordt gestimuleerd. Daarbij wordt door het verplaatsen van haar gewicht naar de achterhand haar evenwicht nog meer geoefend.

Na de Aqua-Trainer plonst Djoy nog het zwembad in om een paar rondjes vrij te zwemmen.

Het onderzoek voorafgaand aan de training heeft geen bijzonderheden meer opgeleverd: de spieren rond de heupen zijn weer sterk en soepel genoeg. Na vandaag wordt de behandeling stop gezet. De eigenaar krijgt eindadviezen mee naar huis: door het blijven controleren van de spanning in heup- en rugspieren zal ze in staat zijn



De heupspijeren van Djoy worden op spanning en lengte gecontroleerd.

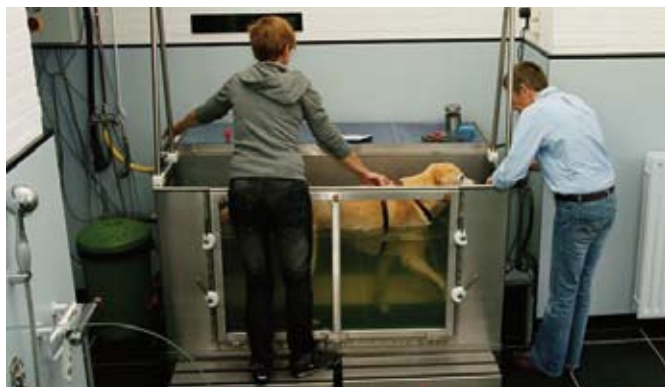
een terugval tijdig te signaleren. Chronische pijn is en blijft tenslotte lastig te peilen; een hond zegt helaas alleen bij acute pijn 'au'.

URSUS

Ursus, een zeer lieve, grijzende twaalfjarige Labrador, gepensioneerd blindengeleidehond, staat als laatste in het ochtendprogramma ingepland. Ursus heeft na zijn werkzame leven een heerlijk leven gekregen bij nieuwe eigenaren, die echter al snel merkten dat Ursus wel erg snel verouderde.

Na allerlei onderzoeken bleek dat Ursus een hernia had tussen zijn stuitje en de onderste ruggenwervel. Omdat Ursus verder goed gezond was, hebben eigenaren ondanks zijn leeftijd besloten hem te laten opereren en de revalidatie op advies van de orthopeed te laten begeleiden door een dierenfysiotherapeut. Door zijn leeftijd was revalideren een weg van 'vallen en opstaan'. Trainen was alleen zeer gedoseerd mogelijk, maar ook de nog nodige pijnmedicatie moest door maagproblemen gestopt worden. Voorafgaand aan elke behandeling moet dan ook de trainbaarheid van Ursus beoordeeld worden.

Ursus komt nog één maal per drie weken voor controle en aquatraining. Hij loopt zijn rondje met enthousiasme, probeert weer de sloten in te duiken en houdt gelukkig zijn dwaze vijf minu-



Ursus werkt in de Aqua-Trainer aan stabiliteit en coördinatie.

ten aan het begin van elke avond. De eigenaren masseren Ursus regelmatig om zijn spieren soepel te houden.

Vandaag gelukkig geen duidelijke bijzonderheden. Het gegeven advies om Ursus met een zwemvest kort in het buitenwater te laten zwemmen bleek geen succes. Het zwemvest doet Ursus aan het werktuig denken, en werkend mag je uiteraard niet gaan zwemmen. Het zwemvest kan dus in de verkoop.

Dat blijft dus kort zwemmen en wat lopen in water op plaatsen waar Ursus gemakkelijk het water in en uit kan.

Nadat ook Ursus na een afsluitend koekje de praktijk heeft verlaten, is het tijd voor de middagpauze.

OP MAAT

Afhankelijk van de klacht, de hond en de keuze van een eigenaar kan aquatraining of zwemmen deel uitmaken van een behandelplan.

Elke hond wordt voorafgaand aan een behandeling of training dierfysiotherapeutisch onderzocht. Afhankelijk van dit onderzoek wordt een behandeling bijgesteld en bepaald of, met welke waterhoogte, en hoe intensief er getraind kan worden.

Daarbij wordt bij elke afspraak tijd uitgetrokken voor adviezen, massage en huiswerk oefeningen. De eigenaar zal altijd betrokken worden bij het begeleiden van de hond naar een zo optimaal mogelijk herstel.

En de honden.... die kunnen meestal niet wachten tot de deur open gaat! ■

Voor meer informatie:
www.aquatraining-hond.nl