

A man with grey hair, wearing a blue zip-up jacket and blue jeans, is leaning over a dark brown horse in a stable. He is performing a physiotherapy treatment on the horse's neck/shoulder area. The horse is wearing a brown halter and a black boot on its front leg. The background shows a white brick wall and a wooden floor.

Fysiotherapie als onderdeel van **totaalplan**

Fysiotherapie is niet alleen kracht, het is ook veel kijken. Via speciale drukpunten kun je grote spiermassa's van een paard laten spannen of ontspannen. Het gaat meestal om bewegingsproblemen in en rond de wervelkolom. Op het Veterinair Paardencentrum Kootwijkerbroek maken wij kennis met Jarko Dun, paardenfysiotherapeut.

Dun is opgeleid als humaan fysiotherapeut, maar is gaandeweg overgestapt via een praktijk voor mensen en paarden naar een praktijk alleen voor paarden. Nu werkt hij al 15 jaar samen met het Veterinair Paardencentrum van dierenarts Bert van Bokhorst. Hij werkt vooral met zijn handen en vrijwel niet met door anderen veel gebruikte apparaten.

Eerst nauwkeurige diagnose

“Als hier een paard binnenkomt met bijvoorbeeld kreupelheid, dan wordt het eerst door de dierenarts onderzocht”, beschrijft Dun. “Afhankelijk van de uitkomst komt het paard ter behandeling bij mij. Zo heb ik het ook het liefst. De dierenarts probeert eerst zo ver mogelijk te komen in zijn onderzoek door middel van onder andere buigproeven, locale anesthesie, foto’s, echo’s. Dat geeft veel informatie. Vanuit een nauwkeurige diagnose kun je dan verder. Soms komt een paard ook wel rechtstreeks bij mij terecht. Maar dan kijk ik eerst hoe dat paard functioneert. Als ik bijvoorbeeld teveel kreupelheid zie, koppel ik het weer terug naar de dierenarts. Want je komt dan in de ondervoet te veel op een terrein van kleine peesjes en bandjes waar ik moeilijk bij kan. In veel gevallen wordt dat met gedoseerde rust behandeld en eventueel ondersteund met medicijnen. Maar dat is niet mijn vak.”

Oorzaak blessure

Het werk van Dun ligt meer ‘hogerop’: het bovenbeen, de schouder, de hele wervelkolom, het bekken. “Je moet dan denken aan buigingsproblemen”, zegt hij. “Dus een paard dat niet meer linksom of rechtsom wil, dat gaat steigeren, dat gaat uitzwaaien omdat het zijn been niet onder de massa wil zetten, of zelfs kreupel is omdat het niet wil buigen, bijvoorbeeld door spierverkortingen. Soms zitten paarden zo vast dat je ze de helpende hand moet bieden. Soms ontstaat een blessure door een verkeerde samenwerking van ruiter en paard. Een blessure kan door verschillende oorzaken ontstaan: uitschieten in de wei, een blessure in de trailer, een rare draai.”

Zelf aan de slag

Het Paardencentrum behandelt in de hele breedte: van een gewone pony tot de echte topsportpaarden. Dun: “Maar dan is het meer een kwestie van optimaliseren En niet van het genezen van een kwaal. Genezen is relatief. In feite gaat genezen vanzelf. Wat ik doe is een ondersteuning daarvan. Zo zie ik het. Maar soms kom ik ook blessures tegen waarvan de eigenaar helemaal niet op de hoogte is, bijvoorbeeld een spierstructuur die niet klopt. Fysiotherapie is niet alleen kijken en behandelen, maar omvat het inzetten van een begeleidingstraject. Het paard en de eigenaar moeten aan de slag met oefenen!”

Welke oefeningen?

Dun brengt eerst het probleem in kaart: waar en hoe zit het paard vast. Vervolgens komt het technische gedeelte: het mobieler maken van de wervelkolom, het manipuleren van een wervel. “Dat zie ik als een voorzet om de bewegingstherapie beter uit te kunnen voeren. Want dat is het volgende: de ruiter instrueren welke oefeningen hij/zij met het paard moet doen. Het is daarbij mijn taak om inzichtelijk te maken wat voor paard het is: wat voor type is het, welk niveau kan het aan, wat wil de ruiter ermee, wat is zijn of haar doel. Daar kijk je samen met de berijder naar. Paarden bekijk ik hier ook graag onder het zadel. Met alles erop en eraan. Wat voor zadel wordt

er gebruikt? Klemt het wellicht op de schoft? Wat is de ligging van het zadel. Past het goed?”

Totaalplan

Het trainen van de ruiter vindt Dun belangrijk. Hij geeft ze ook les. “Dat is een wezenlijk onderdeel waarop ik mezelf ook heb toegelegd. Het hele proces is van belang, het is een totaalplan. Kijk, ik kan wel een paardenrug behandelen, maar als de ruiter bij het rijden steeds dezelfde foutjes maakt, dan is mijn werk water naar de zee dragen. Ik vind het belangrijk dat paarden eerst normaal lopen. Stap, draf en galop zijn de basisgangen. Daar moet het zuiver in zijn en dat moet het paard mooi ontspannen kunnen doen. Dan pas kun je het laten springen. Het moet haalbaar zijn. Het welzijn van het paard staat bij mij voorop. Het gaat om het paard. De ruiter moet met respect omgaan met het paard. En de sport van de grond af langzaam opbouwen. Leren omgaan met het paard. Niet gelijk met het hoogst haalbare beginnen.”

Drukpunten

Om als mens van 80 kg een groot paard van 700 kg met de handen te behandelen, maakt Dun gebruik van bepaalde reflexen bij een paard. “Als ik een spier tot ontspanning wilt brengen, hoef ik niet die hele spier eruit te tillen. Ik kan ook werken met bepaalde reflexpunten waardoor er iets gebeurt in het paardenlijf. Ik hoef niet allesomvattend te werken. Kneden van een bepaalde spier is niet een techniek die ik altijd nodig heb. Als ik een bepaald drukpunt gebruik, ontstaat er een ontspanning. Die moet je niet geïsoleerd zien. Een spier werkt op het totale organisme. Als je dat op bepaalde drukpunten pakt, en als je dan met bepaalde buiging en stretching werkt, krijgt het paard een ander lijf.”

Vertrouwensband

“Als een paard binnenkomt, schat ik het eerst in”, zegt Dun. “Hoe moet ik ermee omgaan. Dat is een kwestie van routine en gevoel. Maar uiteindelijk moet ik het paard behandelbaar krijgen. Dat is niet altijd even gemakkelijk. Dat moet je opbouwen. Het wordt vaak onderschat. Er moet een bepaalde vertrouwensband ontstaan. Pas dan kun je de wervelkolom mobieler maken. En dan kun je veel beweging krijgen in zo’n groot lijf. Als het paard niet meewerkt, staat er een blok beton voor je... Als het paard mij voor het eerst ziet, weet het gelijk wie ik ben. Het moet dus klikken. En daar werk ik ook aan.”

Cirkel doorbreken

“Ik probeer een negatieve cirkel te doorbreken”, geeft Dun aan. “Want er is een pijnreactie. Daarop volgt een verkramping. Die geeft een verminderde doorbloeding. Deze geeft weer een pijn waardoor de klacht blijft. Ik wil dat doorbreken door de spier te ontspannen, waardoor er weer bloed doorheen stroomt. Dan kan ik daar met de oefentherapie weer gebruik van maken. Van kleine dribbelpasjes naar grotere. Vervolgens probeer ik die cirkel positief op te bouwen. Dat het paard meer durft te bewegen en wil bewegen. Vervolgens moet het werk van de ruiter daar weer op aansluiten. En dat moeten we met elkaar overleggen. Een genezen paard is ook weer een gezond paard. Dat is mijn streven. Een beter welzijn. Dat het paard lekker loopt en beweegt. Eigenaars zien dat zelf ook. Mijn paard is gewoon weer vrolijk, zeggen ze dan. Zoals het de wei ingaat, hoe de oortjes staan. Kijk, dat vind ik het mooiste!”