

Hva gjør du når hesten blir halt?

Halthet hos hester er veldig vanlig. Vi har fått noen gode råd hos hesteveterinær Lars Olaf Moen til hva du selv kan gjøre dersom du oppdager halthet hos hesten din.



Alle hesteeiere har med stor sannsynlighet opplevd halthet. Halthet har ofte en tendens til å komme på de mest uønskede tidspunktene, som like før sesongstart eller et stevne. Her får du noen gode råd og tips fra vår samarbeidende hesteveterinær, Lars Olaf Moen.

Hovedkategoriene av halthet

Haltheter kan deles inn i flere hovedkategorier:

- Medfødte og/eller arvelige lidelser (for eksempel osteochondrose, også kalt "løse beinbiter").

- Bruksrelaterte årsaker (for eksempel overbelastning i forbindelse med trening eller konkurranse, overtrening eller ensidig trening/underlag).
- Slitasjeskader (som over tid fører til kroniske slitasjeskader – typisk et resultat av overbelastning over tid som ikke har blitt oppdaget eller behandlet).
- Akutte skader (som hovbyll, bruddskader, forstuing av ledd eller sener- og ligamentskader).

Hva kommer halthet av?

Det er flere årsaker til halthet hos hest. Den viktigste og vanligste årsaken er overbelastning i forbindelse med trening og/eller konkurranse. Det kan være vanskelig å tolke og forstå hestens grenser. Noen faktorer av betydning er:

- Erfaring og kunnskap hos rytter | forståelse for hestens anatomi og fysiologi, treningsfysiologi, kjenne hesten sin godt og målsetninger for hesten.
- Hesten | alder, tidligere skader/kroniske skader og eksteriør.
- Miljø | treningsfasiliteter.
- Treneren | kunnskap, erfaring og forståelse av treningsfysiologi.

– Uhell skjer og kan være vanskelig å unngå. Men mange av skadene vi ser på aktive sportshester kan reduseres ved fornuftig trening. Vi har masse kunnskap om idrett og treningsmetoder for oss mennesker, og ikke minst prinsippet om grunntrening og allsidighet for at vi skal holde oss skadefrie. Det samme gjelder for hester. Men hvem trener og veileder ryttere og hester på den måten med et holdbart fokus? Har hestesporten noe å hente på å organisere seg som idretten ellers?, spør Olaf Moen.

Symptomer på halthet

Symptomene kan variere fra hest til hest. Halthet kan være der konstant eller komme og gå, og ramme et eller flere bein.

– En tosidig halthet, det vil si halthet i to fram- eller bakbein, sees ofte på aktive sprang- og dressurhester. Vi har en halthetsskala på 0 grader (haltfri) til 5 grader (ikke vekt bærende). Tallet har ikke nødvendigvis en betydning for halthetens alvorlighetsgrad, understreker Olaf Moen.

Gjennom flere år i hestepraksis har veterinæren opplevd at halte hester er litt "tabulagt".

– Det er synd, ettersom halthet er såpass vanlig. Det er som med oss mennesker; aktive idrettsutøvere og mosjonister blir også ofte skadet. Er hesten halt er mitt beste råd å gjøre noe med det raskest mulig. Da har hesten din en bedre sjanse for å bli frisk raskest mulig.



Lars Olaf Moen jobber ved EMPET Romerike Hesteklinikk, og er en anerkjent og dyktig hesteveterinær med mange års erfaring.

Førstehjelp ved halthet

Om hesten ikke står på beinet er det viktig å rådføre seg med en veterinær.

– For et best mulig resultat er det viktig at vi veterinærer kommer raskt inn i bildet med tanke på utredning og behandling av en halt hest. Med dagens moderne veterinærmedisinske diagnostiske metoder og behandlinger er det lettere å raskt stille konkrete diagnoser og sette i gang egnet behandling, sier Olaf Moen.

Dette gjør du hvis hesten er halt:

1. La hesten holde seg i ro på boksen sin, eventuelt der den står om den ikke er flyttbar, til veterinæren kommer.
2. Sjekk alltid under hoven på det halte beinet. Se etter spiker, skrue, stein eller liknende som sitter fast som kan være en årsak. Da er det viktig at veterinæren raskt kan komme og fjerne dette.
3. Ta alltid kontakt med veterinæren selv om det er en mer vanlig halthet, og ikke vent for lenge. Det beste er å la hesten holde seg i ro i en sykepaddock, og eventuelt gå noen rolige leieturer for hånd. Rådfør deg med din veterinær.

– Et viktig prinsipp man også kan følge, som mange av oss bruker i rehabilitering, er at så lenge hesten ikke er halt og beveger seg normalt kan den brukes på det nivået. En halthet betyr smerte (det er derfor man halter), og når man ikke halter er det ikke vondt, råder Olaf Moen.

Det er ikke alltid veterinæren klarer å finne årsaken til haltheten med en gang, men det har en høy verdi at veterinæren kan følge opp hesten og gjenta undersøkelser.

Rehabilitering (rekonvalesens)

Den kanskje viktigste fasen med å få en hest bra igjen etter en halthet eller skade er ifølge hesteveterinæren rehabilitering.

– Det er et stort tema, og det mangler enda en del kunnskap og erfaring på dette området. Jeg synes denne tematikken fortjener et større fokus fremover. Mange blir skuffet når hesten blir halt, og det er fullt forståelig. Men så lenge man gjør en rask og grundig diagnostikk, setter i gang behandling og følger opp med et rehabiliteringssystem kan man lære mye som kan brukes videre i sin karriere som rytter.

Dette er viktige faktorer innen rekonvalesens hos hester:

- systematikk og tålmodighet (og mye forståelse av hestens problem)
- bevegelighet av ledd
- kontrollert mosjon
- aktiv rehabilitering
- se fremover mot et mål

– Kunnskapen og erfaringen du tilegner deg i en sann prosess kan brukes i videre treningsarbeid og forebyggende arbeid. Få en god forståelse av hestens problem og gjør noe med det, så kommer oftest resultatene deretter, sier den hestekyndige veterinæren.

Hvordan forebygge halthet?

– Et viktig forebyggende prinsipp for å forebygge halthet og skader er å "gi seg mens leken er god". De fleste skadene oppstår når hesten er sliten, akkurat som hos oss mennesker. Når melkesyren kommer og ryttere pusher kan hesten miste teknikk, balanse og styrke – og typisk "trække over". Da kommer skaden, sier Olaf Moen.

Men når er hesten på det nivået? Det er ifølge veterinæren vanskelig å tolke.

– Det finnes flere tegn, men du kan være ekstra obs på lett sjangling/ustøhet, kortere steg og strihet. Dette handler om å kjenne hesten sin og erfaring, både fra deg som rytter, men også treneren og de rundt som følger med på dere.

Kjenn hesten din!

Det er viktig å bli kjent med hestens kropp og normale bevegelser. Det gjør det lettere å se små forandringer ved eventuell halthet, som kan være svært betydningsfullt. Olaf Moen råder hesteeiere til å vite hvordan hestens kropp og bein er bygd opp, altså litt basiskunnskap om anatomi.

– Legg det til en rutine å kjenne over beina noen ganger i uka. Bøy på ledd av og til. Hvis hesten normalt ikke reagerer, men plutselig gjør det – kan det være av betydning. Om du vil lære mer om dette kan du rådføre deg med veterinæren din, eventuelt høre om klubben din vil lage et lite kurs, tipser han avslutningsvis.