

16 ugers genoptræningsprogram



SCAN KODEN OG GEM
DET PÅ DIN SMARTPHONE



Identifikation

Dato

Diagnose

Behandling

Fold

- Hesten må helst ikke komme på fold*
- Hesten må lukkes på sygefold i dagtimerne (10×10 m evt. med rolig makker)
- Hesten må lukkes på normal fold

Beskæring

- Hesten beskæres og skos som hidtil
- Skoene bør tages af
- Der anlægges følgende sygebeslag:

Genoptræningsprogram

Uge	Skridt	Trav
1 - 4	30 min én gang dagligt	
5 - 8	45 min én gang dagligt	
9 + 10	45 min én gang dagligt	5 min én gang dagligt
11 + 12	45 min én gang dagligt	2×5 min intervaller
13 + 14	45 min én gang dagligt	3×5 min intervaller
15 + 16	45 min én gang dagligt	4×5 min intervaller
17	Start normal ridning med enkelte galopintervaller	
Tidligst små spring eller krævende øvelser i 19. uge		

Underlag

På det perfekte underlag afsættes et tydeligt og jævnt aftryk af hestens hov eller beslag. Herved opnår man fuld effekt af eventuelle sygebeslag. I nogle tilfælde skal tages særlige hensyn mht. underlaget (se nedenfor), og i andre tilfælde er det ikke praktisk muligt at opnå perfekte forhold, og i så fald bør genoptræningen foregå på et jævnt, blødt underlag som for eksempel en ridebane.

Skridtmotionen foretages ved hånd, i skridtmaskine, på skridtbånd eller under rytter, afhængig af under hvilke forhold hesten kan holdes mest rolig. Det kan dog rent psykisk være en fordel for hesten at veksle mellem metoderne for eksempel med en skridttur i skoven en gang om ugen. Travarbejdet foregår bedst ved longering på stor volte og skal så vidt muligt foregå i langsomt tempo, da visse skader belastes i høj fart



Særlige hensyn

- Underlag til den hårde side foretrækkes
- Skridt-/løbebånd frarådes
- Svømmetræning frarådes
- Undgå bakkede folde og genoptræning i bakket terræn
- Undgå fri trav

Kontrol

- Hesten kontrolleres for halthed efter genoptræningens afslutning
- Hesten kontrolleres for halthed efter uge

Bemærkninger

* Heste reagerer meget forskelligt på boksro, og langt fra alle heste formår at stå inde under hele genoptræningsforløbet. Som udgangspunkt forsøges boksro, men bliver hesten for frustreret, må man som kompromis lukke hesten på sygefold