

Kontuzja psa

– koszmar przewodnika

■ Rozmowa z Martą Labudą lekarzem weterynarii z warszawskiej PSYCHODNI – Ośrodka Rehabilitacji Zwierząt (www.psychodnia.pl)

🗨 Rozmawia TOMEK JAKUBOWSKI

👉 Z jakimi urazami ma Pani w swojej pracy najczęściej do czynienia?

Są to najczęściej urazy dystalnych odcinków kończyn, czyli tych znajdujących się najbliżej podłoża, urazy dotyczące palców, śródreżca, śródstopia, nadgarstków, stawu skokowego, ścięgna Achillesa, nadwyrężenia torebek stawowych, więzadeł, ścięgien i ich przyczepów. Wymieniałabym też, wynikające z dużych napięć i przeciążeń, nadwyrężenia przyczepu mięśnia czy ścięgna – takie, które mogą nawet spowodować oderwanie fragmentu kości przy przyczepie.

Jeśli chodzi o urazy z wyższych odcinków kończyn, to najczęściej dotyczą one okolic mięśnia dwugłowego i trójgłowego. Są to również różnego rodzaju naciągnięcia i nadwyrężenia.

Zdarza się, że dopóki pies nie zacznie intensywniej pracować, to nie dostrzegamy jego problemów, a potem może się okazać, że ma on wrodzoną dolegliwość, która ulega nasileniu przez trening. Pies z predyspozycjami do schorzeń genetycznych – na przykład dysplazji stawów łokciowych czy biodrowych – którego aktywność ogranicza się do spokojnych spacerów może nie odczuwać zbyt dużego dyskomfortu, ale przy intensywniejszym trybie życia schorzenia mogą się uaktywnić i bardzo utrudnić lub wręcz uniemożliwić psu intensywniejsze treningi.

👉 Jak możemy zminimalizować ryzyko mikrourazów i ich odnawiania?

Przede wszystkim poprzez stopniowanie trudności wykonywanych ćwiczeń, jak i poprzez odpowiednio przeprowadzoną rozgrzewkę przed treningiem.

Ważnym aspektem jest też podłoże, na jakim pies trenuje, ma ono bardzo duże znaczenie. Podobnie jak w przypadku koni sportowych, gdzie do nawierzchni przywiązuje się ogromną wagę – stosuje się specjalne podłoża, z wiórkami kauczukowymi i odpowiednimi mieszankami. Rodzaj podłoża często determinuje brak lub wystąpienie określonych kontuzji. Przy sporych prędkościach, jakie psy potrafią osiągać, przeciążenia są tak duże, że nieraz drobna nierówność powoduje, że mogą powstać urazy. Często są one niewielkie i trudne do zlokalizowania. Problemem dla zawodnika może być zaakceptowanie, że potrzeba nieraz długiego czasu na rehabilitację zwierzęcia. Zazwyczaj pojawia się pokusa, żeby skrócić czas oczekiwania na powrót do treningów i startów w zawodach. Tymczasem wskazany jest znacznie dłuższy odpoczynek niż ten minimalny, potrzebny do ustąpienia pierwszych objawów kulawizny. Niedoleczone kontuzje bardzo szybko się odnawiają, a z każdym nawrotem coraz trudniej je leczyć. Niestety przekonanie właścicieli zwierząt do tego, aby restrykcyjnie zastosowali się do zaleceń ograniczenia ruchu do minimum przez okres rehabilitacji bywa bardzo trudne.

Mikrourazy potrafią wykluczyć psa z pracy w całym sezonie. Dzięki różnego rodzaju zabiegom można skrócić regenerację tkanek, a tym samym czas potrzebny do powrotu do pełnej sprawności – min. poprzez odpowiednio zaplanowaną i przeprowadzoną rehabilitację. Po urazach wykluczających większy wysiłek i obciążenia zalecamy ćwiczenia w wodzie, dzięki którym zwierzę może w znacznym odciążeniu utrzymywać siłę mięśniową, kondycję i sprawność. Miałam ostatnio klientkę, której zależało bardzo na doprowadzeniu psa do pełnej formy w ciągu miesiąca. Dzięki odpowiednio dobranej

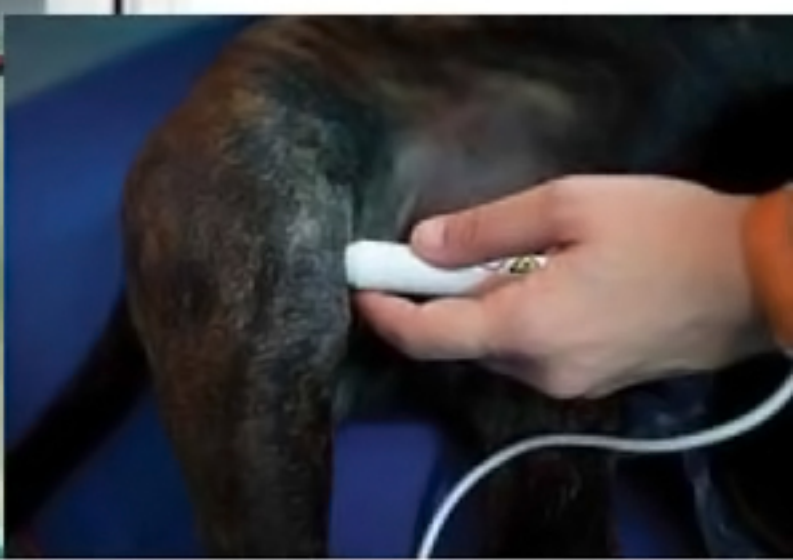
24 DOGSPORT

REHABILITACJA PSA
ROZMOWA Z MARTĄ LABUDĄ



obok: amstaff Rajzer w trakcie terapii w bieżni wodnej – rehabilitacja po rekonstrukcji więzadła krzyżowego przedniego

poniżej: zabieg laseroterapii



mu programowi ćwiczeń w bieżni wodnej, terapiom wspomagającym udało się go przywrócić do pełnej sprawności.

👉 Jakiego rodzaju urazy zaliczyłaby Pani do kategorii najcięższych?

Trudno tu mówić o konkretnych przykładach kontuzji, bo każda kontuzja dotycząca nawet tych samych struktur anatomicznych jest inna, a powrót do zdrowia zależy od wielu czynników i predyspozycji osobniczych.

Na pewno jako najcięższe można określić kontuzje zaniebane przez właściciela, nieprawidłowo leczone i nawracające.

👉 Prawidłowa rozgrzewka to chyba pierwszy, podstawowy krok przy prewencji kontuzji?

15-minutowy spacer jednostajnym, równomiernym tempem to minimum, które bym zalecała. Bardzo ważne jest, by pies trenujący 1-2 razy w tygodniu miał zapewniony ruch także w pozostałe dni, tak aby kilkudniowe przerwy w treningach nie spowodowały nagłe kontuzji, gdy dojdzie do intensywniejszego wysiłku na placu ćwiczeń. Nie wszyscy traktują sport na tyle poważnie, by trenować regularnie i jeździć na zawody, niektórzy mają czysto rekreacyjne podejście. I szczególnie oni powinni zadbać o codzienny ruch swojego psa, by stawy były sprawniejsze i odporniejsze na urazy, gdy od czasu do czasu przyjdzie im się zmierzyć z większymi obciążeniami.

👉 Kiedy można zacząć intensywniejszy trening z młodym psem, np. wymagający skoków, nagłych zwrotów i zmian tempa przy pełnej prędkości?

Do intensywniejszych ćwiczeń przystępowałabym z psem, który ukończył już pierwszy rok życia. Forsowny tre-

ning szczeniaka może w krótkim okresie nie ujawnić widocznych szkód, objawów chorobowych, ale stawy takiego psa będą długofalowo mniej wytrzymałe i odporne na przeciążenia oraz kontuzje. Stawy u młodych czworonogów są luźniejsze, ich struktury są delikatniejsze, podatniejsze na przeciążenia, w związku z tym urażenie chrząstki czy powstanie krwiaka bądź ubytku, który w młodym organizmie nie odbuduje się całkowicie, może spowodować, że po jakimś czasie w miejscu dawnego urazu powstaną zmiany zwyrodnieniowe.

Z tego względu w pracy ze szczeniakiem powinniśmy ograniczyć się do budowania masy mięśniowej i stopniowej poprawy kondycji poprzez przyzwyczajanie do podejmowania coraz większego wysiłku. Techniczny trening, w którym mamy do czynienia z gwałtownymi zmianami tempa i kierunku biegu, zostawiłabym na czas, gdy pies dojrzeje fizycznie i będzie gotów do podjęcia takich wyzwań.

👉 Jakie suplementy dietetyczne mogą wspomóc rehabilitację psa sportowca?

Profilaktycznie mogłabym polecić w przypadku psów trenujących wyczynowo suplementy diety zawierające substancje chondroprotektynowe, czyli takie, które chronią stawy i chrząstkę stawową. Ich zadaniem jest wspomaganie odżywiania chrząstki i produkcji mazi stawowej. Na rynku dostępnych jest bardzo wiele takich preparatów o zbliżonym składzie, choć trudno tu wymienić ich wszystkie substancje aktywne.

Alternatywnym rozwiązaniem jest podawanie karm weterynaryjnych wzbogaconych suplementami chroniącymi stawy. Karmy te są zbilansowane, w związku z tym nie ma potrzeby stosowania dodatkowych suplementów. Skutecznie wspomagają regenerację stawów i ograniczają ich stany zapalne. □