

# TOLLAREN

3-2009  
Årgång 24





Jag heter Ann Bubère och arbetar som hundfysioterapeut med egen praktik i Trosa.

Det är roligt att få dela med sig av sina erfarenheter. Kanske det kan berika andra hundägare. Förhoppningsvis.

Sedan 10 år tillbaka är jag tollarägare, och en mycket nöjd sådan. Under dessa år har vi gått kurser, tränat och tävlat i agility, lydnad och spår.

Utöver eget arbete med hund har jag utbildat mig till agility- och lydnadsinstruktör, hundmassör och hundfysioterapeut (PT). PT innebär att min utbildning är amerikansk, University of Tennessee, USA.

I mitt tidigare liv arbetade jag som ekonom men ändrade inriktning, d v s mitt fritidsintresse blev mitt yrkesval.

På bilden ses Ann Bubère med sin tollare Nellie.

## Tips & råd om friskvård och rehabilitering av hund

Friskvård och rehabilitering är områden med många olika aspekter att ta hänsyn till. Jag vill nämna några enkla saker som man själv kan göra för sin hund. Det finns statistik som säger +2,8 år om hunden hanteras med fokus på hälsa, kost och motion. Mental stimulans får givetvis inte glömmas bort. Alla hundar behöver ett "arbete att gå till" då och då. Det kan vara allt ifrån jakt till att bära hem varor från affären.

### Friskvård:

#### 1. Värm upp hunden innan aktivitet.

Promenera minst 20 min, alla gångarterna. Det behövs längre tid ju äldre hunden blir. Inte olikt oss människor!

#### 2. Känn igenom din hund varje vecka.

Använd dina händer. Alltid mjuka och långsamma rörelser. Böj/sträck hundens leder, framför allt armbågar och knän.

Titta efter om hunden visar reaktion (smärta). Med reaktion menar jag ett lyft öra, en huvudsvängning åt något håll eller liknande. Känn efter om hunden känns varm, svullen eller öm runt någon av lederna.

Visar hunden reaktion eller känns varm runt en led kan det vara tecken på inflammation. Då bör hunden vila mycket och endast ta korta promenader. Inga ansträngande aktiviteter! Blir det inte bättre efter ett par dagar är ett veterinärbesök på sin plats.

#### 3. Efter aktivitet bör hunden varvas ned.

Promenera 20 min. Skritt och trav är att föredra. Det förebygger onödiga muskel- och ledproblem. Sedan är det dags att hoppa in i bilen och åka hem!

Hemkommen kan det vara bra att ge hunden lättare massage. Mjuka, cirklande rörelser över hela kroppen med början på huvudet och sedan längs kroppen och benen. Stretching är ett utmärkt komplement men bör användas med försiktighet. Det är viktigt att man behärskar tekniken.

### Ann Bubère

Tös Hundmassage & Rehab AB, Trosa  
www.toshundmassage.se  
ann@toshundmassage.se  
Tel: 0707-20 49 88

### Rehabilitering:

#### 1. Om din hund får artros - drabbar var 5:e hund - finns några enkla tips.

Använd ett ledvärmande täcke, ex vis Back on Track (OBS! 090415 av SKK:s Nationella Dopingkommission klassat som doping vid prov/utställning/tävling - 2 veckors karens).

Ge hunden glukosamin men se till att det är av god kvalitet. Det finns en uppsjö av olika produkter på marknaden. Regel: Billigt brukar inte vara bäst! Glukosamin kan stärka ledbrosket och minska eventuella inflammationer i lederna och kan därför verka i både läkande och förebyggande syfte. Det finns en förening som heter Patientföreningen hundartros. Deras hemsida hittar du på hundartros.se. De har många och bra tips. Ibland är NSAIDs enda alternativet, oftast i form av läkemedlet Rimadyl via veterinär.

#### 2. En hund med artros i en led vill över tid inte böja/sträcka ut leden ordentligt.

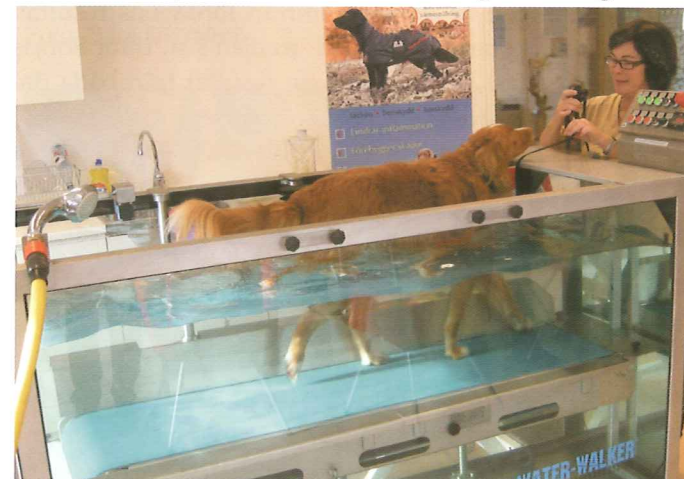
Det är viktigt att hjälpa hunden till fortsatt god ledrlighet. Böj/sträck leden några gånger om dagen åt hunden. Det kallas PROM, passive range of motion.

Man kan också göra ROM-övningar, range of motion-övningar. Det görs enklast som cyklande benrörelser. Du för hundens ben som om den skulle använda benet till att cykla. Kan också göras några gånger varje dag. Allt för att bibehålla god rörlighet i leden.

Sitta till stå-övningar är bra träning för bakbenen. Goddag-övningar med frambenen är också en bra övning för hundar med problem i armbågarna.

#### 3. Undvik att gå på asfalt så mycket som möjligt. Gärna gräs. Cykla inte med hunden, det blir alltför stumma rörelser.

Hunden behöver mjukt underlag så ofta som det är möjligt. Lätt sluttande backar är också bra att gå uppför och nedför. Sand är jättebra, om den inte är alltför djup. Simning är ett annat alternativ. Utmärkt är skogspromenader med mycket mossa, stubbar och grenar att gå över.



Nellie, tollare (artros vänster armbåge) arbetar i vattenlöpbandet som är tempererat, höj-/sänkbart med reglerbar hastighet (0,4-1,2 km/h) - allt efter behov. Vid rehabilitering ger vattenlöpbandet möjlighet till manipulation, dvs hundfysioterapeutens händer hjälper hunden till korrekta benrörelser och därmed förbättras rörelsemönstret som i sin tur ger starkare ledband och muskler.



Bonney, Cavalier King Charles (medial patellaluxation grad 2 båda knäna). Under 3 veckor arbetade vi intensivt med expanderar på i vattenlöpbandet. Expanderar kan vara ett alternativ till manipulation. Tack vare glas runt om hela vattenlöpbandet är det enkelt att följa hundens rörelsemönster.

### En hundfysioterapeut arbetar främst med hundens muskler och leder.

Ibland räcker det inte med hemmaövningar. Då är det ett bra alternativ att anlita en hundfysioterapeut. Läs igenom dina försäkringsvillkor - vissa har ersättning för rehabilitering (Sveland Hund 2.000 kr, If VeterinärXtra 3.000kr, Folksam Dubbel Veterinärvård 3.000kr, Agria Veterinärvård med tilläggsförsäkringen Agria Rehabilitering 6.000kr).

I dagsläget ersätts endast simträning, vattenlöpband och massage. Inga andra metoder. Försäkringsbolagens villkor är en djungel av mer eller mindre begriplig information för oss hundägare. Jag skulle kunna skriva en hel artikel om hundförsäkringar!

Nyligen har jag avslutat en behandling av en hund med glappande knäskålar (patella luxation, grad 2). När hunden kom till mig var den dåligt musklad i sina bakben, ömmade i ländryggen, svansen hängde rakt ned och hunden ville oftast bli buren. Den ville inte alls springa eller hoppa. Hunden pep och gnällde nästan jämnt. Veterinären hade sagt att operation är enda alternativet.

En sådan operation kostar idag omkring 50.000 kr för två knän. (Patella luxation är ofta dubbelsidig). Vi arbetade intensivt med hunden i ett vattenlöpband (underwater treadmill), massage och hemmaövningar. Efter 3 veckor var hundens humör på topp. Ägaren var på återbesök hos veterinären som konstaterade att operation inte längre behövdes.

Ägaren ringde mig i förra veckan och berättade att hunden nu springer och hoppa, är glad, svansen viftar, livsglädjen är tillbaka.

Det är då man får en klump i halsen och tårar i ögonen. Av glädje!

Hundfysioterapi börjar bli ett begrepp även i Sverige - det går att spara mycket pengar och du får en glad och smärtfri hund på köpet!