

Vom Theraband bis zum Trampolin

Tägliches Spaziergehen tut Mensch und Hund gut – dieser Fakt ist unbestritten. Heute immer mehr im Kurs steht daneben aktives Bewegungstraining; und zwar längst nicht nur zur Regeneration nach Operationen. Denn: Gezielte Übungen mit Cavaletti-Sprüngen, Wackel-Kissen, Theraband, Trampolin & Co. können den Vierbeiner präventiv vor Verletzungen schützen.

Dr. med. vet. Karin Küng

Nicht nur in der Humanphysiotherapie (dort auch medizinische Trainingstherapie oder MTT genannt) und im Pferdesport nimmt die Bedeutung der aktiven Bewegungstherapie zu. Auch in der Rehabilitation von Hunden, unabhängig davon, ob es sich um einen Familienhund oder einen Hund im Arbeitseinsatz handelt, spielt die Bewegungstherapie eine grosse Rolle. Die therapeutischen Übungen fördern die Regeneration nach Verletzungen oder können sogar prophylaktisch wirken, also präventiv vor Verletzungen schützen.

Individuell angepasste Übungen

Therapeutische Übungen haben aber nicht nur Effekte auf den Körper. Während einer intensiven Rehabilitations-Phase verstärkt sich auch die Bindung zwischen Besitzer und Hund enorm. Dem Tierphysiotherapeuten kommt dabei eine wichtige Aufgabe zu: Er erstellt für jedes Mensch-Hund-Paar individuell angepasste Trainingspläne, je nach Problemstellung beim Hund und Möglichkeiten und Fähigkeiten des Besitzers. Denn: Nicht jeder Hundebesitzer möchte oder kann sich Trainingsequipment zulegen, verfügt über die nötigen räumlichen Gegebenheiten oder arbeitet bereits routinemässig mit seinem Hund. Wie bei einem Medikament gibt es auch beim Bewegungstraining genaue Angaben zur Durchführung und Dosierung, die je nach Heilungsfortschritt immer wieder angepasst werden müssen.

Der Dackel mit Bandscheibenvorfall

So auch bei Rauhaardackel «Felix», der nach der Operation eines Bandscheibenvorfalles zuerst zweimal wöchentlich in die Physiotherapie kommt, später nur noch



Longieren (den Hund im Kreis herumführen) unter Einbezug beispielsweise von Cavaletti-Sprüngen

einmal wöchentlich. In der Praxis liegt der Schwerpunkt auf der Behandlung des Rückens mit medizintechnischen Geräten wie zum Beispiel Laser oder Tiefenoszillation, einem patentierten Behandlungsprinzip, das auf der Wirkung eines lokalen elektrostatischen Feldes beruht. Durch das sanfte Anheben und Fallenlassen des Gewebes wird ein Effekt wie bei einer manuellen Lymphdrainage hervorgerufen. Doch bereits in der ersten Therapieeinheit geht es auch darum, welche Übungen die Besitzerin zu Hause machen kann. Im Fall von «Felix» waren dies das Ausstreichen der gelähmten Gliedmasse mit verschiedenen Utensilien wie einem speziellen Massage-

Handschuh, einer Bürste oder dem Massage-Igelball zur Förderung der Sensibilität. Zudem erhielt das Team erste isometrische Kraftübungen, das heisst, die Besitzerin hat «Felix» mit Unterstützung stehen lassen, später auch mit Gewichtsverlagerung. Dies führte die Besitzerin drei- bis fünfmal täglich jeweils höchstens zwei Minuten lang aus. Mit jedem Fortschritt konnte eine Übung dazugenommen werden. Bei «Felix» war dies das Gehen über verschiedene Untergründe, und sobald er die Gliedmasse wieder gut benutzen konnte, über Stangen (niedrig eingestellte Cavaletti). «Felix» hat sich gut erholt von seinem Bandscheibenvorfall, kann heute wieder ohne Einschrän-

kungen seinen Alltag meistern und begleitet seine Besitzerin beim Joggen.

Zahlreiche Hilfsmittel und Geräte

Grundsätzlich gibt es Übungen in einer bestimmten Position, wie zum Beispiel im Stehen, oder Bewegungsübungen, wie etwa Positionswechsel Platz-Steh oder Longieren in den drei Grundgangarten Schritt, Trab und Galopp. Diese Übungen können ohne, aber auch mit einer Vielzahl an Hilfsmitteln beziehungsweise Geräten ausgeführt werden. Geeignete Hilfsmittel sind zum Beispiel Therabänder, Cavaletti, instabile Unterlagen, Trampoline, Physiorollen und Ähnliches. Zu den aufwendigeren und grösseren Geräten in einem Fitnesspark oder Therapiecenter für Hunde gehören das Laufband, Unterwasserlaufband oder ein Schwimmbad.

Mehr Muskeln für den «Schlaks»

Ein anderes Beispiel ist Beauceron «Esprit». Im jungen Erwachsenenalter hat er sich sehr «schlaksig» fortbewegt. Seine Besitzerin setzt ihn vielfältig sportlich ein, und dafür wollte sie sein Gangwerk verbessern. Dazu kam sie mit ihm regelmässig in die Physiotherapie zum Laufbandtraining und zum Erlernen des Physiorollentrainings, das sie zwei- bis dreimal wöchentlich 20 Minuten lang zu Hause praktiziert. Nach einer Anlernphase und mehrwöchigem Training waren die Fortschritte deutlich zu sehen. «Esprit» war viel stabiler geworden bei seinen Einsätzen im Sport und der Arbeit am Schaf. Insbesondere die Übungen auf der Physiorolle verhalfen ihm zu mehr Rumpfstabilität. Dabei nimmt er die Positionen Platz, Sitz und Steh auf der Rolle ein, und seine Besitzerin induziert eine Instabilität durch Rollen oder Wippen der Physiorolle, die «Esprit» muskulär ausgleichen muss.

Wie, wie oft, wie lange?

Es ist Aufgabe des Tierphysiotherapeuten respektive der Tierphysiotherapeutin, für den jeweiligen Hund und Besitzer die passenden Übungen auszuwählen, das Team sorgfältig zu instruieren und dessen Ausführung der Übung zu kontrollieren. Dazu wird der Trainingsablauf, bestehend aus Warm-up-Phase, Übungsteil und Cool-down-Phase, besprochen. Für den Übungsteil gibt es klare Angaben zum wie, wie oft und wie lange. Mit diesen Informationen bekommt der Besitzer Zeit, zu Hause (oder



(Bild) ist einer von mehreren Bestandteilen der aktiven Bewegungstherapie.

(Ruedi Byland)



Mit Übungen auf aufblasbaren Kissen wird die Muskulatur gezielt gekräftigt und das Gleichgewichtsgefühl trainiert.

(Ruedi Byland)

im Center) mit seinem Hund zu arbeiten, bis wieder ein Kontrolltermin ansteht. So betreut, sollte einem guten Verlauf der Rehabilitation nichts im Wege stehen. Ein weiteres Beispiel ist Sheltie «Only», der nach einer Achillessehnen-Verletzung (Fersenkappenabriss), der chirurgisch versorgt wurde, in die Physiotherapie kommt. Die Besitzerin möchte, dass «Only» bald wieder fit ist, damit sie mit ihm wieder an Hundesport-Wettkämpfen starten kann. «Only» ist zwar gut genesen von der Verletzung, aber das Ziel ist sehr ambitioniert, da er immer noch geschont werden muss und

alle Stop-and-go-Bewegungen vermeiden soll. In der Physiotherapie wird er mit Lasereinsatz am Fersenansatz behandelt und absolviert ein exakt auf ihn abgestimmtes Training auf dem Laufband. Die Besitzerin hat sich sehr konsequent an die Vorgaben gehalten; und nach einigen Monaten konnte sie wieder mit ersten Hundesport-Trainings beginnen.

Ziele und Einsatzgebiete

Fazit: Mit den Übungen der aktiven Bewegungstherapie werden die verschiedenen Komponenten der Kondition beim Hund,

also Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Propriozeption (Körperwahrnehmung), in unterschiedlichem Ausmass trainiert. Davon profitieren Hunde, die sich von einer Verletzung oder Operation erholen, Senioren mit Gelenkproblemen, Junghunde, die auf eine Karriere im Sport vorbereitet werden – aber auch «gewöhnliche» Familienhunde. Viel Spass!

Zur Person: Dr. med. vet. Karin Küng ist Tierärztin für Kleintiere, Tierphysiotherapeutin und Aktivmitglied beim Verband für Tierphysiotherapie SVTPT und führt in Leutwil AG seit 14 Jahren eine eigene Praxis für Tierphysiotherapie.



Der Sensomotorikpfad besteht aus Untergründen verschiedenster Textur und fördert die Körperwahrnehmung des Hundes.

(Ruedi Byland)