

# Undvik senskador hos din ridhäst!

Den betydelsen har hästens uppväxt, träning, benskydd och ridbaneunderlag

## SLUTSATS

För att förebygga degenerativa, nedbrytande, senskador bör den unga hästen hållas på lösdrift, den äldre hästen bör tränas jämt för sin uppgift, benskydd bör väljas utifrån deras förmåga att leda bort värme och alltför djupa ridbaneunderlag bör undvikas.

## INLEDNING

Under galopp kan den ytliga böjsenan belastas med över tre gånger hästens kroppsvikt och senan belastas nära sin bristningsgräns. Senskador är en av de vanligaste orsakerna till hälta hos tävlingshästar.

## SYFTE

Studiens syfte var att sammanställa vetenskapligt underlag gällande hur man förebygger degenerativa, nedbrytande, senskador i den ytliga böjsenan hos ridhästar.



Hästens sensor, fotograf och illustratör Vera Hultman. Orange – ytliga böjsenan, röd – djupa böjsenan, grön – gaffelbandet, blå – sidliga tåsträckaren och grå – långa tåsträckaren.

## RESULTAT

Litteraturstudiens resultat visade att sensors hållbarhet påverkas av den träning hästar under tre år utsätts för och att plötsliga ökningarna i arbetsbelastning hos den vuxna hästen var en riskfaktor för skada. Alla benskydd som används vid träning ökar temperaturen inuti den ytliga böjsenan och detta kan leda till sendegenerering. När ridbaneunderlag jämfördes med varandra visade det att sand, som är ett djupare underlag, gav den ytliga böjsenan en större belastning.



Fotograf Elin Eriksson, används med tillstånd.



Vera Hultman  
Hippologstudent  
vera.hultman@gmail.com