

Katja Lappalainen

MATKAKERTOMUS

Osallistuin Vet PD:n järjestämälle käytännönläheiselle hevosten ortopedista kuntouttamista käsittelevälle kurssille. Kurssi järjestettiin Osloon lähelle rakennetulla uudehkolla Sundby Gård Midtre- nimisellä hevosatilalla 26.9.18-27.9.18. Sundby Gård Mitressä on myös uudet, monipuolisesti varustellut tilat erilaisine laitteineen hevosten ortopedista kuntouttamista varten. Kurssilla luennoivat amerikkalaiset hevosten kuntoutustoiminnasta diplomaattitutkinnon suorittaneet eläinlääkärit Steve Adair, III MS, DVM, Dipl.ACVS, Dipl.ACVS MR ja Andris J. Kaneps DVM, PhD, Dipl. ACVS, Dipl.ACVS MR sekä jatkokoulutautuneet fysioterapeutit Lee Clark Bsc, MCSP, SRP, ACPAT ja Tim Watson Bsc, PhD, FCSP.

Hevosten kuntoutuslaitoksia on viime aikoina perustettu eripuolille Suomea. Toiminta ei kuitenkaan ole millään lailla valvottua, eikä toimijoilta vaadita pätevyyttä millään alalla. Toimijat ovat tallinpitäjiä, treenareita, itseoppineita tai paraprofessionaalitieteiden kannattajia. Harvemmin kuntoutustoiminnan taustalla on eläinlääkäri tai fysioterapeutti. Tarjolla on yhä enemmän erilaisia teknisiä laitteita, joiden väitetään parantavan melkein kaikkea ja nämä laitteet ovat kaikkien saatavilla. Menin kurssille saadakseni tietoa eri laitteiden ja toimintojen tehosta / tehostuudesta, oikeasta käytötavasta sekä hyödyistä ja haitoista. Kurssilla kuitenkin kävi ilmi, että hevosten osalta asiasta on hyvin vähän kunnollisia julkaisuja. Fysioterapiassa tutkimusta on tehty paljon, mutta vain ihmisiä koskien ja usein hevosille suunnatut hoitokäytännöt on suoraan sanoen ”vedetty hatusta” ihmisillä tehtyjen tutkimusten perusteella.

Kuntoutuksella tarkoitetaan terveydentilan parantamiseen tai säilyttämiseen tähtäävää aktiivista toimintaa. Kuntoutus voi perustua liikuntaan (kuten kävely, vesikävely tai manuaaliset käsittelyt) tai energian siirtämiseen kudoksiin jonkun teknisen laitteen avulla. Energiaa voidaan siirtää kudoksiin sähköllä, kudosta lämmittämällä tai ihan mekaanisesti. Esimerkkinä sähköisestä energian siirtämisestä ovat TENS ja NMES. Kudoksia lämmittäviä hoitomuotoja ovat infrapunahoidot, radiofrekvensiterapiat, terapeuttinen ultraääni, laser ja perinteiset kylmä/kuumahoidot. Mekaanisesti energiaa siirretään shock waven, pulssiultraäänien ja magneettisten käsittelyjen avulla. Energian siirtämisen tarkoituksena on saada kudoksissa aikaan solutason muutoksia, kuten kiihdyttää tai hidastaa ATP:n ja soluvälittäjäaineiden tuotantoa sekä parantaa tai huonontaa verisuonten ja solukalvojen läpäisevyyttä. Kaikkia energiaa siirtäviä hoitoja annettaessa on muistettava, että niilläkin on terapeuttinen ikkunansa. Liian kovalla teholla tai liian kauan annettu hoito muuttuu ensin tehottomaksi ja sitten paranemista inhiboiviksi. Laitteiden tehoja säädettäessä olisi aina myös muistettava, että hevosen paksu ja mahdollisesti pigmentoitunut iho saattaa estää energian siirtymistä. Myös hevosen karvapeite imee aina osansa siirrettävästä energiasta. Näiden syiden vuoksi ihmisillä tehtyjen tutkimusten tuloksia ei sellaisenaan voi siirtää hevosen kuntoutustoimintaan.

Sähköstimulaatiohoidoista TENS (Transcutaneous Nervous Stimulation) -hoidolla ei ole lainkaan hevosella tehtyjä tutkimuksia. NMES (Neuro-Muscular Electrical Stimulation) - hoito on todettu hevosilla turvallisiksi ja on myös todettu, että hevosen lihassolut eivät adaptoitu hoitoon. NMES- hoidolla voi olla paikkansa hevosen lihasatrofian hoidossa tai selkälihasten spasmien kivunlievityksessä.

Infrapuna-aallot eivät juurikaan läpäise hevosen ihoa, joten lämmittävä vaikutus jää vain ihon pintaan.

Radioaaltohoitosta on menossa tutkimusta, mutta sitäkin on toistaiseksi tehty vain ihmisillä.

High Frequency - ultraäänellä (1-3 mHz) on tutkimuksissa havaittu olevan hevosen jännettä lämmittävä vaikutus ja sen on havaittu edistävän paranemista kollageenaasilla indusoiduissa jännevammoissa. Muilla ultraääneen perustuvilla hoidoilla ei ole todettu olevan tehoa.

Laserhoitojen tehoa hevosella ei ole pystytty osoittamaan tai tulokset ovat ristiriitaisia. Se, mitä laseria koskevissa tutkimuksissa on todettu, on laserin tehon absorboituminen karvapeitteeseen ja ihoon, varsinkin jos iho on pigmentoitunut. Ihon pigmentti imee jopa 75% laserin energiasta. HILT-laser (High Intensity Laser Therapy) saattaa läpäistä ihoa jonkun verran paremmin kuin muut laser- hoitomuodot. Laserilla

hoidettaessa karvat tulisi ajella ja mustan ihon alueella säätää tehoa normaalia kovemmalle

Kylmähoidon paras teho saavutetaan, kun hoidettavan kudoksen lämpötila saadaan pudotettua 15-19 celsiusasteeseen 15-20 minuutin ajaksi. Jos kudoksen lämpötila laskee alle 10 celsius-asteen, alkaa paleltumisvaurioituminen. Ihon läpi annettu kylmäterapia penetroituu noin 1-4 cm:n syvyyteen. Se on erittäin tehokasta hevosen raajan alaosissa, jossa ei ole ihonalaista rasvaa ja jossa jänteet, ligamentit ja nivelkapselit ovat heti ihon alla. Kylmäterapiaa annettaessa on muistettava kuivan karvan hyvä eristyskyky. Kylmäminen tehostuu, mikäli karva kastellaan kunnolla tai hoidettava alue on klipattu. Laminiitin hoidossa voi uusiokäyttää vanhoja 5L:n nesteytyspusseja. Kaksi tyhjää pussia laitetaan sisäkkäin ja pussien väli täytetään jäämurskalla. Kivio laitetaan sisemmän pussin sisään, jäämurska tiivistetään jalkaa vasten ja pussit suljetaan paikoilleen pintelien ja ilmastointiteipin avulla. Tämä systeemi pysyy kylmänä jopa 2-3 tuntia. Mielenkiintoinen ja käytännönläheinen vinkki oli myös asettaa kylmäpakkaus nivelen ympärille heräämään niveloperaation jälkeen. Tämä kuulemma vähentää paljon postoperatiivista inflammaatiota ja nopeuttaa toipumista. Tosin haava on suojattava erityisen hyvin kontaminaation välttämiseksi.

Lämpöhoidoilla on hyvin kapea terapeutinen ikkuna. Kudoksen lämmittäminen 40-45 celsiusasteeseen 15-20 minuutin ajaksi on paranemista edistävää, mutta yli 45 celsiusasteen lämpötila aiheuttaa jo kudostuhoa. Ulkoiset lämpöpakkaukset ja hauteet siirtävät lämpöä vain noin 1 cm:n syvyyteen ihon sisäpuolelle eli vaikutus on hyvin pinnallinen

Shock wave on hevosen kuntouttavista hoitomuodoista parhaiten tutkittu. Shock waven tiedetään nopeuttavan jännevammoista paranemista. Yleensä jännevammoja hoidetaan 2-3 viikon välein yhteensä 3 kertaa. Radioivalla shock wave -laitteella saa hyvin hoidettua pinnallisia rakenteita, kuten raajojen jänteitä ja nivelsiteitä ja impulssi leviää myös hoidetun pistemäisen kohdan ympäristöön. Fokusoivat laitteet vievät impulssin syvemmälle ja paikallisemmin. Shock waven tiedetään myös poistavan kipua, minkä vuoksi FEI kieltää shock waven käytön 5 päivää ennen kilpailua. Hippoksella dopingvaroaika shock wavelle on 14 vrk.

Vesimatot ovat nykyään erittäin suosittuja. Niidenkin käytöstä ja tehosta on valitettavasti vain hyvin vähän tutkimusta. Luennoitsijat olivat yhtä mieltä siitä, että jänne- ja nivelvaivojen kuntoutuksessa veden taso pitäisi saada vähintäänkin olecranonin tasolle, mieluummin korkeammalle, jotta nostetta voitaisiin hyödyntää. Kontrolloituun kävelyttämiseen vesimatot sopivat hyvin, mutta tämän voi tehdä myös taluttamalla tai käryistä kävelyttämällä.

Kurssilla käsiteltiin myös manuaalisia hoitoja, hevosen hierontaa, venyttelyä yms. Tämä osuus kurssista oli aika lailla samaa asiaa, jota olemme saaneet kuulla Heli Hyytiäisen luennoilla. Helin tekemiin tutkimuksiin viitattiinkin luennoilla useaan kertaan

Iso Kiitos SEP ry:lle matka-apurahasta!