



Dr. C. Keune | Eichenheide 6a | 61476 Kronberg

Praxisinfo Mai 2014

Rückenprobleme beim Hund – so stärken Sie Ihrem besten Freund den Rücken!

Im letzten Praxisinfo haben wir Ihnen einen kurzen Überblick über die wichtigsten Gründe für Rückenprobleme und Tips zur Vorbeugung gegeben. Nun möchten wir Ihnen kurz vorstellen, was Sie aktiv für einen starken Rücken Ihres Hundes tun können.

Das Wichtigste ist eine gut trainierte, entspannte Rückenmuskulatur. Leider ist es beim Hund viel schwieriger als beim Menschen, durch gezielte Übungen die Rückenmuskulatur zu stärken, so dass hauptsächlich die Ausdauer trainiert wird. Dadurch wird die gesamte Muskulatur des Körpers gestärkt und somit auch der Rücken. Hierfür eignet sich besonders das Unterwasserlaufband, da hier die Muskeln unter Schonung der Gelenke trainiert werden. Den Hund beim Joggen oder Radfahren mitzunehmen ist eine Möglichkeit, die Muskeln zu trainieren. Beim Schwimmen ist zu beachten, dass durch das Kopfhochhalten eine Überstreckung der Brust- und Lendenwirbelsäule erfolgen kann, die bei Problemen in diesem Bereich vermieden werden sollte. Wichtig ist, dass der Hund zu Beginn eines Ausdauertrainings schmerzfrei ist, die Trainingseinheiten nur langsam gesteigert werden und vorher eine ausreichende Aufwärmung der Muskulatur erfolgt.

Gezielte Übungen für den Rücken beziehen sich meist auf bestimmte Abschnitte des Rückens. So kann das Tragen von Gegenständen im Maul zu einer Stärkung der Nackenmuskulatur beitragen, Bergabgehen fördert die Stabilität in der Halswirbelsäule und Kneifen in die Schwanzspitze trainiert über verstärktes Schwanzwedeln den hinteren Rückenabschnitt. Übungen, bei denen die gesamte Wirbelsäule trainiert wird, sind Pirouetten oder Slalom gehen. Dabei wird die eine Seite des Rückens aktiv gestärkt, während die andere Seite gedehnt und somit entspannt wird. Wichtig hierbei ist, dass diese Übungen kontrolliert und langsam durchgeführt werden, um einen vorgeschädigten Rücken nicht zu überlasten. Weitere spezielle Dehnübungen entspannen bestimmte Abschnitte der Rückenmuskulatur. Hals- und Brustwirbelsäule werden gedehnt, indem man den Hund mit Hilfe von Leckerli's dazu bringt, sich nach vorne zu strecken. Führt man das Leckerli seitlich vom Kopf nach hinten, erzeugt man eine Seitwärtsbiegung und -dehnung. Der Hund darf hierbei nicht seine Standposition verändern. Der hintere Rücken wird durch Slalom- und Pirouettenlauf gedehnt. Ebenso entspannend und schmerzlindernd für die Rückenmuskulatur ist Wärme, die in Form von Kirschkernkissen, Rotlicht, Hotpacks oder Wärmflasche zugeführt werden kann.

Zusätzlich zum aktiven Training der Rückenmuskulatur ist das Training der Propriozeption wichtig, um Rückenbeschwerden vorzubeugen. Unter Propriozeption versteht man die Wahrnehmung der Körperlage und –bewegung im Raum. Übungen zur Verbesserung der Propriozeption trainieren den Gleichgewichtssinn, wie beispielsweise das Balancieren auf einem Baumstamm oder auf einem Trampolin. Auch das Rückwärtsgehen oder das Gehen auf verschiedenen Boden-Untergründen (z. B. halbaufgeblasene Luftmatratze) trainiert den Gleichgewichtssinn und somit die Propriozeption. Die Körperkondition, Mobilität und die motorische Kontrolle nehmen zu, dadurch wird die Verletzungsgefahr des Bewegungsapparates im Alltag verringert.

Hat Ihr Hund auffallende Rückenprobleme, kommen Sie bitte rechtzeitig in unsere Praxis. Durch die





Schmerzen im Rücken wird eine Schonhaltung eingenommen, die zu weiteren Verspannungen und dadurch auch zu weiteren Schmerzen führt. Eine frühzeitige Schmerztherapie hilft, den Teufelskreis zu durchbrechen und den weiteren Krankheitsverlauf positiv zu beeinflussen.

Da jeder Patient andere Voraussetzungen mitbringt, was Alter, Erkrankungen, Trainingszustand und Lebensgewohnheiten betrifft, ist es sinnvoll, einen individuellen Behandlungsplan mit entsprechenden Übungen zu erstellen. Wenn Sie aktiv etwas für die Rückengesundheit Ihres Hundes tun möchten, vereinbaren Sie bitte einen Termin mit unserer Physiotherapeutin und wir beraten Sie dann gerne ausführlich über die für Ihren Hund geeigneten Maßnahmen!

