

Voorkom blessures veroorzaakt door slechte bodem

Door [Redactie Horses](#)

02 april 2008 14:43

0



Loop jij dankzij de regen ook al maanden letterlijk aan te modderen met de buitenbak? Soms is het verstandig om je paard niet meer op te zadelen. Een zware, gladde, onregelmatige of harde bodem levert blessurerisico's op voor je paard. Dressuurruiter Alex van Silfhout, springruiter Piet Raijmakers en veterinaire drs. Emile Welling vertellen wanneer het veilig is om te rijden.

Een vlakke, licht verende bodem is volgens dierenarts Welling perfect voor je paard. Van Silfhout heeft graag dat de bodem naast egaal en licht verend ook 'niet te zwaar' is. Helaas voldoen niet alle bodems aan de genoemde eisen. Welling: „Loop je zelf moeilijk door de zware of losse bodem? Dan heeft je paard dat ook.”

Zware bodem

Als je je paard overvraagt, komt er te veel spanning op de pezen. De pezen kunnen overrekt raken met een blessure als gevolg. „Een paard met een weke kootstand buigt bij een zware bodem meer door en heeft dus meer kans op een overrekking”, aldus Welling. Heeft je paard al eens een peesblessure gehad? Dan is een zware bodem taboe.

Ongelijke bodem

Dressuurpaarden hebben op een 'knollenveld' vaak last van ongelijke, scheve belasting. De voet komt niet vlak op de bodem neer, maar gekanteld. Je krijgt een scheve belasting van de kogels. Van Silfhout heeft niet veel problemen met bodems die in het geheel wat harder of zachter zijn. Maar als er plotseling gaten of oneffenheden in zitten, dan wordt het anders. „Dan is het gevaarlijk, het paard kan zich verstappen of zichzelf aantikken.”

Harde bodem

Bij een harde bodem moet je oppassen met het gebruik van stiften. Deze drukken hard op het achterste deel van de voet terwijl de bodem absoluut niet veert. Zonder stiften is de bodem vaak te glad. Problemen met een harde bodem zullen vooral springruiters tegenkomen. Raijmakers: „Wat mij opvalt, is dat de springpiste meestal iets harder is dan de dressuurbodem, deze is wat losser. Op indoorwedstrijden zijn de bodems meestal goed.”

Zadelen ja of nee

Wel of niet rijden? Van Silfhout: „Zakt je paard diep met zijn kogels weg in de ondergrond? Neem dan geen risico en laat je paard op stal staan. Raijmakers: „Soms is het verstandiger om niet te starten.” Is de bodem niet optimaal, maar wel goed genoeg om te starten, dan heeft de springruiter nog een tip: „Vooral niet voorzichtig gaan rijden, dat werkt averechts. Rijd wat meer verzameld en gesloten, zodat je paard mooi in evenwicht blijft.”