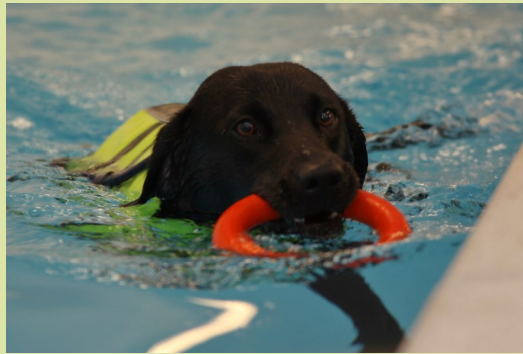




Indendørs hundesvømning

Af Henriette Linde.

For at jagthunden kan yde optimalt, er det vigtigt at holde den i god form både under og uden for jagtsæsonen. Svømning i en af landets ca. 15 hundesvømmehaller kan være et godt supplement hertil.



Svømmetræningens fordele

- God og effektiv motion og vedligeholdelse af bevægelsesapparatet
- I vandet trænes både kondition, styrke, koordination, balance og bevægelighed
- Skånsom træning for hundens led og sener (også velegnet til overvægtige og gamle hunde)
- Effektivt til muskelopbygning
- Forebygger gigt og stive muskler og kan hjælpe ved HD, AA og spondylose
- Skånsom genoptræning efter skader eller operation
- Vandtilvænning og apporteringstræning i vand under kontrollerede forhold
- Varmt vand året rundt
- De fleste retrievere elsker det

Når hunden bevæger sig frem gennem vand, ydes der en meget stor modstand, og der kommer derved samme effekt på musklerne som ved styrketræning.

En hund i god kondition og med en god muskulatur har mindre risiko for at få skader i led, muskler eller sener pga. overbelastning. Har hunden allerede gigt eller problemer med hofter, albuer, knæ eller ryg, kan det ofte hjælpe den at styrke muskulaturen det pågældende sted, og den vil således sandsynligvis kunne holdes aktiv længere.

Vandtemperatur

Svømning kan naturligvis også dyrkes i naturen, men man skal være opmærksom på vandtemperaturen. Ved langvarig træning eller træning i meget koldt vand kan hunden få water tail, som er en smertefuld overbelastning af halen. Desuden kan hunden risikere nedsat kropstemperatur, hvilket vil gøre, at alle funktioner i kroppen fungerer dårligt.



Hvis man ønsker at svømme pga. træningseffekten, bør vandtemperaturen ikke være under 17 grader, og har hunden ledproblemer anbefales højere temperatur (Holmgren, Söderström og Rosén, 2008).



Hvis vandet er koldere end 17 grader, bruger hunden meget af sin energi på at holde varmen, hvilket går ud over træningseffekten. Desuden bliver ledvæsken ikke tilstrækkelig varm og led og muskelfibre dermed stive. Tempereret vand giver de bedste træningsresultater, idet hundens muskler da slapper bedst af, hvor ca. 24 grader synes at være det mest optimale.



Svømmevest

Retrieverne er gode svømmere og ligger som regel fint i vandet. Hundens ryglinje skal ligge parallelt med vandoverfladen. Hvis hunden ligger dybt med bagparten, anbefaler jeg at bruge svømmevest. Det giver en bedre balance og svømmeteknik, og man undgår afkortede svømmetag, hvilket giver et bedre udbytte af træningen.

Hunde i genoptræning og hunde med problemer i bevægeapparatet anbefales også at bruge svømmevest.

Genoptræning

Ved svømning kan vandets opdrift gøre genoptræningen optimal og mindske hundens smerter, da knogler, sener og led ikke belastes, men kun musklerne. Korrekt genoptræning efter skader forkorter perioden, hvor hunden ikke er fuldt funktionsdygtig og kan nedsætte brugen af smertestillende midler. Man bør have sin dyrlæges accept inden svømmetræningen startes, og helingen skal være så fremskreden, at operationsstedet kan tåle belastningen og bevægelserne.

Hvad skal man ellers være opmærksom på

Ved vand i ørerne er hunde tilbøjelige til at ryste på hovedet, hvilket kan ødelægge deres balanceevne under svømningen. Evt. kan vandskyende vat benyttes. Dette anbefales også ved hunde, som har tendens til øreinfektion.

Svømning frarådes ved åbne sår og løbetid pga. risiko for infektion.

Det, jeg ser som fordele ved valg af hundesvømmehal, er mulighed for at få hjælp af uddannet personale, høj vandtemperatur, svømmeveste til rådighed, en bred og skridsikker rampe og undervandskamera/glasrude, så man har mulighed for at se hundens benbevægelser under vand.

Lange bassiner har den fordel, at hunden kan svømme nogle lige stræk, som ikke forstyrres af vendinger og drej, hvilket giver en mere regelmæssig svømmerytme.



Pas på med kulde, fugt og træk

Det er ikke hensigtsmæssigt at sætte en våd hund i en vinterkold bil, hvorfor det anbefales, at den tørres godt først og derefter får et varmt dækken på, som dækker hele ryggen samt de store muskelgrupper på bagbenene. Desuden et varmt underlag i bilen.

Pas på jeres hunde og glem ikke opvarmning og nedkøling ved hård aktivitet. Ska-der i muskulaturen kommer ofte ved pludselige bevægelser, og her er kolde muskelgrupper mest udsatte.