



SAMENSPEL

Massage is geen wondermiddel.

Arts, therapeut, smid, masseur, ruiter, instructeur, zadel/bit/hoofdstel, voermanagement, omgeving, al deze onderdelen kunnen een bijdrage leveren aan een gezond en gelukkig paard.

En wij als ruiter/eigenaar zijn tenslotte verantwoordelijk voor het welzijn van het paard.

Massage is hiervan een klein onderdeel maar kan zeker helpen het paard zijn lichaam in balans te houden en problemen in een vroeg stadium te herkennen.

Massage werkt op verschillende niveaus:

Mechanisch; door lichte druk op het weefsel, spier en vaten. Het lichaam reageert op wrijving en warmte toename, dit beïnvloed de doorbloeding.

Biomechanisch; door aanmaak van histamine (ontstekingsremmend en bloedvatverwijdend), afgifte van serotonine (geluksgevoel) en endorfine (pijn bestrijding).

Neuroflectoir; reactie op het zenuwstelsel. Een lichte druk op de huid geeft al reactie op huid, spier en organen (ook bekend bij andere technieken).

“Gate control”; door aangename prikkels worden pijnprikkels verlicht.

Dit alles draagt bij aan het zelfherstellend vermogen van het lichaam.

Door het bevorderen van de bloedsomloop wordt toevoer van voedingsstoffen en zuurstof, en afvoer van afvalstoffen bevorderd.

Draagt bij aan ontspanning en symmetrie (mentaal en fysiek), normaliseren van de tonus (spierspanning), verminderen van pijn, vergroten van mobiliteit en lichaamsbewust maken.

Kortom een fijne techniek om je paard te helpen zich prettig te blijven voelen in zijn groot atletisch lichaam.

Edith Allan
paardensportmasseur

PaardenPracht
spieren in topvorm