

MEIN TIERHEIL PRAKTIKER

AUF ZUM TIERFRISEUR

Was tun?

AUTOIMMUNERKRANKUNGEN

TIPPS zur Krallen-
pflege beim Hund

HUFREHE

Kissing Spines
beim Pferd

D 5,90 EUR • A 6,50 EUR • CH 8,50 CHF



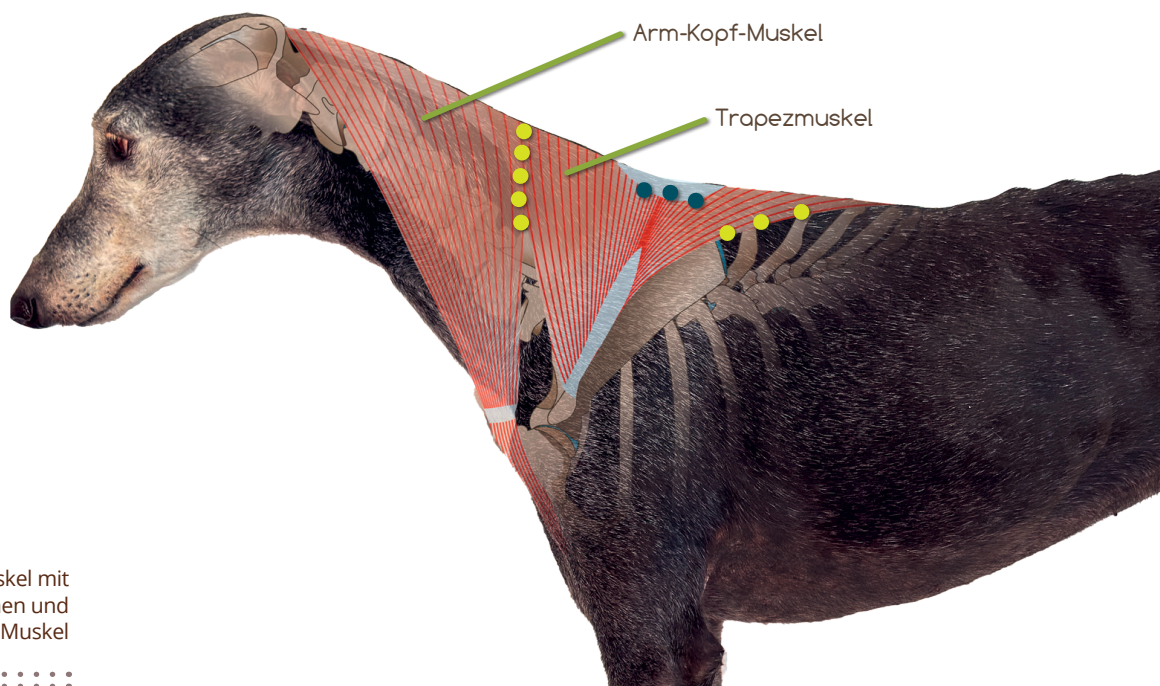
Bachblüten und Buschblüten: Sanfte Begleiter für unsere Tiere



STRESSPUNKT- MASSAGE

AM TRAPEZMUSKEL DES HUNDES

Nicht nur wir leiden an Muskelverspannungen und kennen die damit verbundenen Schmerzen, sondern auch unsere Hunde. Doch ihre Fähigkeit, Schmerzen zu verbergen, macht es uns nicht leicht, die Beschwerden gleich zu erkennen. Daher bleiben Muskelprobleme oft unerkannt und können zu schwerwiegenden Folgeschäden führen. Die gute Nachricht ist, dass sich mit einer Stresspunktmassage Verspannungen frühzeitig aufspüren und lösen lassen können, bevor sie sich manifestieren. Stresspunkte sind druckempfindliche Punkte, mithilfe derer man eine überlastete oder schmerzende Muskulatur erkennen kann. Sie liegen sowohl am Muskel-Sehnen-Übergang als auch an den Muskelrändern. Daher spricht man bei Hunden, deren Rassen sich im Exterieur stark voneinander unterscheiden, auch von Stresspunktzonen.



Trapezmuskel mit
Stresspunktzonen und
Arm-Kopf-Muskel

Symptome und Ursachen

Typische Symptome, wie Berührungsempfindlichkeiten einzelner Körperregionen, abweichende Fellstruktur in bestimmten Bereichen, Vermeiden gewohnter Bewegungen und Gangstörungen, können Hinweise auf muskuläre Verspannungen geben.

Wichtig ist es, den Ursachen möglichst schnell auf den Grund zu gehen, um vorbeugend aktiv werden zu können. Übermäßiges oder einseitiges Training, ständige Ballspiele und Sprünge, Laufen auf hartem Untergrund etc. stellen eine hohe Belastung für den gesamten Bewegungsapparat dar. Auch orthopädische Erkrankungen und Verletzungen, z. B. durch einen Sturz oder eine Kollision, führen zu Schonhaltung, Fehlbelastung und damit zur Überlastung einzelner Muskelbereiche, während andere kaum beansprucht werden. Gleiches gilt für Hunde, die immer nur an der Leine geführt werden – auch sie können sich einen unnatürlichen Gang angewöhnen, der Fehlbelastung bewirkt. Freilauf ist für eine gesunde Muskulatur wichtig. Ebenso beeinflussen Bewegungsmangel, psychischer Stress, Flüssigkeitsmangel und Organprobleme die Muskulatur negativ. Es gibt unzählige weitere Faktoren, die für Muskelverspannungen verantwortlich sein können, und diese gilt es zu finden, damit die Beschwerden nach einer Behandlung nicht erneut auftreten.

Der Trapezmuskel und seine Funktion

Es gibt Muskelbereiche, in denen Stresspunkte häufiger zu finden sind als in anderen. Dazu gehört der stabilisierende Trapezmuskel. Er ist ein breiter, oberflächlicher Muskel, der vom 2./3. Halswirbel bis zur Brustregion (9. Brustwirbel) reicht. Er ist unterteilt in einen Halsanteil, der am zweiten Drittel der Schulterblattgröße ansetzt, und in einen Brustbereich, der bis zum ersten Drittel der Schulterblattgröße reicht. Damit gehört er zur Schultergürtelmuskulatur. So bezeichnet man Muskeln, die aus dem Hals-, Rücken- oder Brustbereich



kommen und am Schulterblatt bzw. Oberarm ansetzen. Die Funktion des Muskels liegt v. a. darin, das Schulterblatt in seiner Lage am Rumpf zu halten. Über den Kontakt zu den Dornfortsätzen stabilisiert der Trapezmuskel in der Bewegung die Vordergliedmaße auf der gegenüberliegenden Seite. Somit wird deutlich, dass Fehlstellungen der Wirbel zu Verspannungen führen können und umgekehrt. Außerdem führt der Trapezmuskel (Halspor-

Stresspunktlage des Trapezmuskels

.....



Muskelverspannungen haben verschiedene Auslöser. Nur eine gezielte Ursachensuche verhindert wiederkehrende Beschwerden.

tion) die Vordergliedmaße nach vorne. Wichtig ist, dass die Schulterblattbewegung vom 4./5. Halswirbel bis zum 6. Brustwirbel reicht und daher Brust- oder Zuggeschirre, die diesen Bereich einschränken, zu Problemen im Trapezmuskel führen können. Diese Problematik

BUCH-TIPP

STRESSPUNKT-
MASSAGE BEIM HUND

Pia Gerecke

ISBN 978-3954643479
Kynos Verlag



äußert sich dann u. a. in einem „verkürzten Schritt“ der Schultergliedmaße. Anders als beim Menschen, ist beim Hund die Vordergliedmaße rein muskulär am Rumpf befestigt. Er hat nur einen Schlüsselbeinstreifen, der im Arm-Kopf-Muskel eingelagert ist. Das Bewegungsmaß im Schulterbereich ist daher sehr groß und ermöglicht eine ausgezeichnete Stoßdämpfung der Vorhand. Verbunden ist dies jedoch mit erhöhtem Verletzungsrisiko, da physiologisch ein Großteil des Körpergewichts auf der Vorhand lastet. Verlagert sich durch die Ausübung von Sportarten mit vielen Wendungen und Landungen nach Sprüngen oder aufgrund orthopädischer Probleme in der Hinterhand noch mehr Gewicht auf die Vorhand, dann kann es zur Überlastung und damit verbunden zu Verspannungen in diesem Bereich kommen. Eine elastische und gut ausgeprägte Schultergürtelmuskulatur ist daher für einen verspannungs- und schmerzfreien Bewegungsablauf unserer Hunde essenziell.

Stresspunktlage des Trapezmuskels

Die Stresspunkte am Trapezmuskel erstrecken sich vom oberen Schulterblatttrand bis zum hinteren Schulterblattwinkel und zeigen sich oft als feste Linie (Abb. S. 46, blaue Punkte). Darüber hinaus können weitere Stresspunkte zwischen dem Arm-Kopf-Muskel und der Halsportion des Trapezmuskels liegen (Abb. S. 47, gelbe Punkte am Hals). Außerdem bilden sich Stresspunkte an der Schnittstelle von Trapezmuskel (Brustportion) und dem breiten Rückenmuskel (Abb. 46, gelbe Punkte in der Brustkorbregion).

Zum Auffinden der Stresspunkte steht, sitzt oder liegt der Hund, während man sich selbst seitlich auf Schulterblathöhe befindet. Der Daumen liegt oberhalb des Schulterblatts auf der einem zugewandten Seite, während die Finger auf der anderen Seite, gegenüber des Daumens, liegen. Man tastet nun mit dem Daumen den Bereich entlang der Schulterblattoberkante bis zum hinteren Schulter-

blattwinkel ab, wobei der Daumendruck in Richtung Finger geht. Wichtig ist, nicht zu viel Druck auszuüben, um einen falsch positiven Befund zu vermeiden.

Im Anschluss daran werden die Stresspunktzonen am Muskel-Muskel-Übergang mit den Fingerbeeren abgefahren (Abb. S. 46, gelbe Punkte) und das Muskelgewebe, ohne viel Druck auszuüben, von unten gegen die Muskelkante geschoben. So fährt man Stück für Stück den Muskelrand entlang.

Hat man einen Stresspunkt gefunden, fühlt man ggf. verhärtetes Gewebe unter den Fingern, oder der Hund senkt den Hals, weicht dem Druck aus oder die Haut entlang der Hals-, Schulter- und Rückenmuskulatur zuckt zusammen.

Stresspunktmassage

Vorbehandelt wird der Muskelbereich mit Streichungen und Knetungen, um eine ausreichende Erwärmung des Gewebes zu gewährleisten. Erst danach geht man in die Behandlung der Stresspunkte über.

Dabei liegt der Hund so, dass die betroffene Seite nach oben zeigt. Der Daumen oder Zeigefinger wird im Winkel von ca. 45 Grad zum jeweiligen Stresspunkt aufgesetzt. Dann baut man vorsichtig Druck auf und dringt mit kleinen punktuellen Reibungen in die Tiefe des Gewebes vor. Dabei darf der Finger nicht über die Haut rutschen. Die Friktion (Reibung) quer zum Muskelfaserverlauf erfolgt auf der Halsportion schräg nach oben und hinten, auf der Brustportion nach oben und vorne. Toleriert der Hund eine Reibung quer zum Faserverlauf nicht, kann man in Längsrichtung arbeiten. Der Druck wird langsam aufgebaut und ggf. intensiviert. Dabei kann der Mittelfinger zusätzlich auf den Zeigefinger gelegt werden, um einen variablen Druck auf dem Zeigefinger ausüben zu können. Die Behandlung darf dem Hund keinesfalls Schmerzen bereiten, da er sonst mit Abwehr reagiert und eine Weiterbehandlung unmöglich wird. Mit der Druckstärke also immer

“
Eine rundum
erfolgreiche
Stresspunkt-
massage
beginnt mit
Gewebe-
erwärmung
und endet
mit sanfter
Dehnung.“



Zirkelreibung
am Beispiel des
Trapezmuskels

.....

im Toleranzbereich des Hundes bleiben und den Hund sowohl beim Abtasten als auch bei der Stresspunktmassage im Blick behalten. Bereits eine kleine Reaktion der Anspannung genügt, die sich oft schon in der Mimik des Hundes äußert, um feststellen zu können, ob die Massage dem Hund gefällt oder nicht. Weniger intensiv ist es, wenn mit an- und abschwelldem Druck gearbeitet wird. Dabei geht der Druck in Richtung quer zum Faserverlauf und mit weniger Druck zurück bzw. bei Längsfriktion mit Druck längs der Muskelfaser und mit weniger Druck zurück. Bei Zirkelreibung wird unter Druckaufnahme ein Halbkreis ausgeführt und mit geringerem Druck der Kreis beendet oder unter Beibehaltung der Druckstärke kreisend in die Tiefe gearbeitet. Am oberen Schulterblattrand bietet sich eine Zirkelreibung genau auf dem Trapezmuskel an. Eine Friktion auf einem Stresspunkt darf maximal 2 Minuten ausgeführt werden. Hat sich der Stresspunkt nicht gelöst, kann die Massage nach 2-3 Tagen wiederholt werden. Abschließend wird der Muskel mit Streichungen massiert und 2-3x gedehnt.

Die Dehnung erfolgt passiv, also durch uns, indem wir z. B. eine Gliedmaße in eine bestimmte Position bringen und die Dehnung dann für mindestens 30 Minuten halten. Die Halsportion des Trapezmuskels wird durch eine Rückführung der Vordergliedmaße gedehnt. Dabei ist zu beachten, dass man langsam in die Dehnung geht und langsam wieder heraus. Keinesfalls wippende Bewegungen ausführen oder gegen die Schutzspannung des Hundes arbeiten.

Nach der Behandlung sollte der Hund einen kleinen Spaziergang machen, sich aber nicht anstrengen. Danach sollte er sich zur Entspannung ausruhen. Auch muss er Zugang zu Wasser haben, vielleicht etwas Hüttenkäse oder Dosenfutter als Trinkanreiz.

Fazit

Die Stresspunktmassage ist eine manuelle Therapieform, mit der sich frühzeitig Verspannungen aufspüren und lösen lassen. Wird sie richtig und regelmäßig durchgeführt, lindert sie Schmerzen, kann Bewegungseinschränkungen und Verletzungen vorbeugen und trägt so zum Wohlbefinden unserer Hunde bei.



PIA GERECKE
Hundephysiotherapeutin

Schwerpunkte:
Stresspunktmassage bei
Hunden, Osteopathie,
Unterwasserlaufband
und Akupunktur

.....