

# Hoitoekstra



Vanhan kilpahevosen vuohiset ovat painuneet, sillä hankoside on vuosien saatossa kroonisesti venynyt.

## Hankosidevaivoja estetään huolellisella lämmittämisellä ja jäähdyttämisellä

### Hankoside on vuohisen kannatinmekanismi

Hankosidevamma. Urheiluvuosen uran loppu? Ei välttämättä enää.

Hankosidevamma voi syntyä mihin tahansa hankosideen alueelle: yläkiinnityskohtaan, hankosideen runko-osaan tai haarioihin.

Forsalalaisen eläinlääkäri Erkki Luikon potilasmateriaalissa useimmiten tapaa vasemman etujalan sisäpuoleisen sivuhaaran vaurioita. "Siksi varmaankin, että täällä ajetaan vasemmalle, ja tämä kohta joutuu suurimman rasituksen alaiseksi."

Ontuma ja kivuliaisuus vaihtelee.

Hankosidevammaa ei näe jännevamman tavoin pullahtamisena, vaan jänteiden alla tapahtuvana pullottamisena.

"Sormilla kokeilemalla hankkarivamman toteaa myös lämmöstä alueella. Usein alue on myös kivulias", Erkki Luikko toteaa.

"Kätiliseen hankkarivamaan tulevat kaikki akuutin tulehduksen oireet: kipua, lämpö ja turvotus."

"Ja ultraääni ei valehtele. Se kertoo kyllä totuuden."

Hankoside voi revähtää, revetä tai venyä.

Jos hankosidevamma on totaali, vuohinen repehtahtaa maahan. Kirjaimellisesti.

Hankositeen voi ymmärtää osana kokonaisuutta, jota useissa kielissä kutsutaan nimellä vuohisen kannatin. Itse hankoside tiukasti otettuna kulkee nujuluiden välissä säären takapinnalla, molempien koukistajajänteiden alla. Yläosastaan hankoside on paksu. Alaosassa, vuohisnujuluiden kohdalla hankoside haarautuu kahtia ja kulkee läpimitaltaan alle sentin paksuisina "nyöreinä" vuohisluun molemmin puolin jalan etuosan, jossa se liittyy ojentajänteeseen. Hankoside on hangon muotoinen, josta nimi.

"Koko tästä jännesysteemistä käytetään saksankielellä kuvaavaa nimitystä "vuohisenkantatusapparaatti", eli puhutaan suorastaan koneistosta. Hankositeet ovat kaikkein vaurioherkimpiä", Luikko toteaa.

Nujuluihin kiinnittyvän rengasiteen kautta "koneisto" liittyy jännevevyyn, ruunuuluun aliseen, monimutkaiseen nivelsidepakettiin, josta kukin pitää paikallaan jotakin osaa varvasalueen luista.

#### Puikkoluiden välissä

Luikko toteaa puikkoluilla edelleen

olevan tehtävä, niin surkastuneita entisiä varpaita kuin ovatkin.

"Ne antavat hankositeelle tukevan kanavan, jotta se ei nujaltele vapaana. Siksi nujuluiden poistaminen on yleensä huono asia."

#### Miksi hankoside sitten menee? Onko se kilometrikysymys?

"Sytä on monia. Huonoasentoinen jalka esimerkiksi, ja etujaloissa pahimpana vasikkapölväisyys, joka suuresti rasittaa hankosidettä. Vääränlainen kaviokulma tai kaviotasapaino on myös yleinen syy. Etujalassa yleinen normaalkulma on 50-52 astetta, takana voi mennä 55:kin. Nämä ovat hevosohtaisia asioita, mutta on huono, jos kavioiden kulma jätetään loivemmaksi mitä vuohisnivelen kulma on. Erityisesti pitkät takakaviot ovat riski."

"Ja ainahan hevonen voi lyödä vastakkaisella jalalla hankositeen sivuiseisiin."

"Ja vääränlaiset, yleensä liian raskaat kengät, jotka ovat kuin linko siellä jalassa!"

Luikko on suuri raskaiden kenkien ja kärkipainojen vastustaja: "Ei hevosta sillä lailla voi ravaamaan opettaa. Jos ravihovoselta puuttuu tanssiaiskeleet, sen täytyy saada ajan kanssa ne opetella. Ja vasta sitten pyydetään vauhtia. Jos hevosella pellin alla sitä vauhtia on, kyllä se sieltä aikanaan tulee ja vähän myöhemmin löytyy."

Jos kaikki yllämainitut riskitekijät on hoidettu pois, jää jäljelle vielä suuri riski: urheiluvuosen toimenkuva ja urheilijan managementti. Se pitää luonnollisesti sisällään kunnollisen ruokinnan ja matohäädöt.

Yksikin huolimaton valmennuskerta voi olla kohtalokas.

"Jos urheiluvuohiset lämmitettiin huolella, väitän, että hankosidevammoista ainakin 70-80 % voitaisiin välttää. Mikäli tämä puoli hoidetaan kunnolla, hankosidevamma riski käytännössä melkein häviää. Sama periaate koskee myös lainakuskeja ravissa. Heilläkin tulee olla aikaa verryttellä hevonen niinkuin se vaatii, vaikka se veisiikin aikaa."

Tässä yhteydessä Luikko heittää ajattelun aiheen myös ravien aikataulutusta suunnitteleville: "Aika vaikea sitä lämmittystä on varsinkin ravien loppupään lähdoissa juokseville joskus tehdä, kun ei kerta kaikkiaan ole siihen aikaa."

#### Jonkinlainen virhe

"Hankositeen meneminen on yleensä seurausta jonkinlaisesta virheestä", Luikko väittää.

Hankoside kestää kovaa käyttöä,

tietyin ehdoin. Sitä ei voi muutama kymmenessä minuutissa ottaa nollasta-sataan -käyttöön.

"Hevosen lihaksisto ja tukielimistö täytyy lämmittää ajan kanssa ja tarpeeksi hyvin, samoin jäähdyttää. Ja täytyy muistaa, että kävelyttämisen ei ole lämmittämistä, eikä myöskään jäähdyttämistä."

"Kun lähdetään lämmittämään, on ajettava mielellään kahteen otteeseen, puolen tunnin paussilla, neljä-viisi kierrosta."

"Ei korkealla pulssilla, mutta kuitenkin siten, että kuona-aineet lähtevät liikkeelle."

#### Vaikka hevonen tulisi suoraan tarhasta?

"Kyllä vain. Ja tarhatessa muuten syntyikin paljon akuutteja vammoja. Hevonen pitäisi periaatteensa ajaa ja pistää kävelykoneeseen ennen tarhausta, jottei se revi sielä itseään."

Sama periaate koskee jäähdytystä: "Puolen tunnin jäähdytys. Eikä sekään saili olla pelkkää kävelyä, vaan sellaista aerobista liikutusta, joka polttaa maaitohapot pois lihaksista."

Ja kun on lämmitelty, treenattu ja jäähdytelty - yhteen laskettuna helposti puoliosta tuntia, on vielä oltava aikaa kylmäykseen.

"Puolisen tuntia tehokasta kylmäästä kylmällä vedellä tai tarkoituksen valmistetulla jääpuusilla. Kuitenkaan kylmäpolttamatta hevosen raajaa, sillä ei sekään ole hyvä."

Kylmäpolttamisen riski on lähellä, jos käytetään esimerkiksi hiilihapojäähdytystä.

Ennen pidettiin hevosta kylmissä lähteissä tuntikaupalla.

"Se olikin varmasti tehokasta. Kylmä vesi ei saa kuitenkaan vahinkoa aikaan."

Jalan käärimeeseen Luikko ei usko. "Onhan ne pintelit värikkään näköisiä."

"Ei se ulkoa tuleva puristus voi mitenkään auttaa. Päinvastoin, siinäkin on riski, jos pinteli puristaa jostakin kohdasta enemmän kuin toisesta. Ja sama riski pätee luonnollisesti myös huonosti istuviin suojiin ja suojiiin, joiden väliin pääsee hiekkaa tai kuraa."

Vuohinen voi väsyä hetkellisesti tai monien vaurioitumisten seurauksena.

Tutkimusten mukaan hankoside ei ole pelkkää sidekudosta. Siinä on myös 10 % lihassoluja jotka ovat hidasta lihassolutyyppiä.

"Vuohinen voi laskeutua, jos se on liian usein venyneessä asennossa. Levossa se saattaa nousta takaisin, mikäli vakavampia kudovauri-

## Hankositeen 60 miljoonaa vuotta



Eoseenikauden Hyracotherium (noin 60 miljoonaa vuotta sitten)

Oligoseenikauden Mesohippus



Mioseenikauden Merychippus

Mioseenikauden Pliohippus

Nykyhevosen Equus

Hankoside on kehittynyt 60 miljoonan vuoden aikana nelivarvaisen Hyracotheriumin luuvälisestä yksivarvaisen nykyhevosen hankositeeksi.

