



Abb.8.4 Mobilisierung der Skapula-bewegenden Muskulatur.



Abb.8.5 Behandlung des Stresspunkts (SP) 15 nach Jack Meagher.

rende Wirkung. Der Stresspunkt SP 15 liegt am Übergang vom M. longissimus dorsi zum M. gluteus superficialis (Abb.8.5) und erweist sich neben anderen als sehr wirkungsvoll für das Heimprogramm.



Lange Sitzbeinmuskeln

Auch die Dehnung der langen Sitzbeinmuskeln ist eine hilfreiche Maßnahme als Eigenbehandlungsprogramm für zu Hause. Pferde, die nicht genug unter den Schwerpunkt treten, sind in dieser Muskelgruppe häufig verspannt und verkürzt.

Man umgreift gefühlvoll die Fessel des Pferdes und dehnt vorsichtig in dem Maße das Hinterbein nach vorne, wie das Pferd muskulär nachgibt (Abb. 8.6). Spürt man Widerstand, verharrt man einen Augenblick an Ort und Stelle oder geht sogar ein Stück in Richtung Ausgangsstellung zurück, um die Dehnung fortzuführen, sobald man merkt, dass das Pferd wieder nachgibt. Die Dehnungsrichtung erfolgt auf den Vorderhuf zu.

Pferde mit Rückenproblemen haben auch oft Gleichgewichtsschwierigkeiten. Es ist deshalb darauf zu achten, dass das Bein nicht zu weit vom Boden hochgehoben wird.



Abb. 8.6 Dehnung der langen Sitzbeinmuskeln.



Abb. 8.7 Mobilisierung des Hüftgelenks.

8.2 Mobilisierung der Gelenke

Hüftgelenk

Zur Mobilisierung des Hüftgelenks zieht man das Hinterbein der betroffenen Seite unter dem Bauch hindurch zur Gegenseite (Abb. 8.7). Der Zug wird vorsichtig verstärkt, bis das Pferd das Bein eigenständig und reflektorisch in Abduktion, Extension und Innenrotation zieht.

Lendenwirbelsäule

Als mobilisierende Übung für die Lendenwirbelsäule wird der Schweif umfasst und einmal so um die Hand geschlungen, dass keine Schweifhaare ausgerissen werden. Der Ausführende zieht gefühlvoll den Schweif in die Richtung des gleichseitigen Vorderhufes (Abb. 8.8). Dadurch kommt es zu einer globalen Mobilisierung der Lendenwirbelsäule in Seitneigung und Rotation, sowie zu einer Dehnungsmobilisierung der lumbalen Muskulatur auf der Gegenseite.

Zur Mobilisierung der Lendenwirbelsäule in Richtung Kyphose sind zwei Holzstäbchen dienlich, die als verlängerte Finger wirken (Abb. 8.9). Jeweils rechts und links und von der Mitte des Sakrums wird vorsichtig ein zunehmender Druck von den Tubera sacralia in Richtung Schweifrübe ausgeführt. Dabei soll das Pferd die Lendenwirbelsäule aufwölben.