



Anne Schmatelka

Über den Rücken

Pferde mit Rückenproblemen richtig reiten

 CADMOS

Über den Rücken



„Das Pferd lehrt den Menschen Selbstbeherrschung, Konsequenz und Einfühlung in Denken und Empfinden eines anderen Lebewesens – es fördert also die Eigenschaften, die für unseren Lebensweg außerordentlich wichtig sind. Ein wahrer Jünger der Reitkunst wird darüber hinaus durch den Umgang mit seinem Pferd lernen, dass nur die Liebe zum anderen Lebewesen und das gegenseitige Verstehen das Erreichen von Höchstleistungen ermöglicht.“

Alois Podhajsky, „Die klassische Reitkunst“, 1965

Anne Schmatelka

Über den Rücken

Pferde mit Rückenproblemen richtig reiten

Impressum

Copyright © 2011 by Cadmos Verlag, Schwarzenbek
Gestaltung und Satz der Originalausgabe: Ravenstein
+ Partner, Verden
Lektorat: Anneke Bosse

Coverfoto: Stephen Rasche-Hilpert
Fotos im Innenteil: soweit nicht anders angegeben JB
Tierfoto
Zeichnungen: Archiv Cadmos, Philippe Karl, Erich
Kotzab, Maria Mähler

E-Book: Satzweiss.com Print Web Software GmbH→

Deutsche Nationalbibliothek – CIP-Einheitsaufnahme
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese
Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet
über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Alle Rechte vorbehalten.

Abdruck oder Speicherung in elektronischen Medien
nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung durch
den Verlag.

ISBN: 978-3-8404-1014-7

eISBN: 978-3-8404-6028-9

Inhalt

Ein paar Fragen zur kritischen Selbstanalyse

Vorwort

Von Rückenproblemen zu Kissing Spines

Die ersten Anzeichen

Schmerzhafter Kuss

Wenn Muskeln Bände sprechen

Der lange Rückenmuskel

Die Oberhalsmuskulatur

Die Hinterhandmuskulatur

Die Zungenbeinmuskulatur

Quo vadis, klassische Reitkunst?

Zurück zu den Wurzeln

Der leicht geschwungene Bogen

Über die Zeit

Ausbildung der Remonte

Der Schritt

Der Trab

Der Galopp

Über die Gänge allgemein

Rücken- und Schenkelgänger

Wichtige Rahmenbedingungen

Hufe – die Basis von allem

Der passende Sattel

Osteopathie und Gymnastik

Wellness für das Pferd

Kleines Trainingsprogramm für Pferde mit Rückenproblemen

Entspannung der Halsfaszie

Möhrenübung

Aufwölben

Lockerung von Zungenbeinmuskulatur und Kiefer

Das Becken kippen

Schweifziehen

Stretching für die Hinterbeine

Stretching für die Vorderbeine

Der Wiederaufbau beginnt

Die Arbeit an der Longe

Die Skala der Ausbildung und die Durchlässigkeit

Takt und Schub

Der Weg in die Tiefe

Der leichte Sitz

Der reine Gang

Die viel zitierte Losgelassenheit

Anlehnung und Sitz - ein untrennbares Duo

Die Zügelänge

Der falsche Knick - Ursachen und Auswirkungen

Taktverlust durch Handeinwirkung

Anlehnungsprobleme beheben

Richtiger Sitz – gesundes Pferd

Der Springsitz

Der Entlastungssitz

Überzüaumung und die Folgen

Die Nase gehört nach vorn

Begriffliches zur Hyperflexion

Auf dem richtigen Weg

Schluss mit übereiltem Tempo

Übergänge, Übergänge, Übergänge

Tempounterschiede

Gebogene Linien

Von der Schiefe zur Geraderichtung

Lieber seitwärts als geradeaus

Nichts geht ohne Pausen

Die ersten Wochen unter dem Sattel

Der Schritt gibt Auskunft

Der Trab: lieber parallel als spektakulär

Der Galopp: das gefühlte Schweben

Grundlegend wichtige Übungen

Der einfache Galoppwechsel

Übergänge

Die Ecke

Zirkel verkleinern und vergrößern

Zulegen und Einfangen auf der gebogenen Linie

Die Schaukel

Das Schulterherein

Travers und Renvers

Die Traversale

Gymnastizierende Lektionenfolgen

Schulterherein - Volte - Travers

Schulterherein und Tritte verlängern

Traversale - Volte - Traversale

Traversale - geradeaus - Traversale

Traversale - Volte - Schulterherein

Travers und Renvers im Wechsel

Schulterherein auf der Mittellinie

Ein paar Worte zum Schluss

Anhang

Tipps zum Weiterlesen

Kontakt zur Autorin

Register

A

B

D

E

F

G

H

K

L

M
N
O
P
Q
R
S
T
U
V
W
Z

Ein paar Fragen zur kritischen Selbstanalyse

Beantworten Sie die folgenden Fragen kritisch und ehrlich – die Antworten tragen dazu bei, dass Sie Ihrem Pferd und sich selbst am besten helfen können! Falls Sie Auffälligkeiten bemerken, sollten Sie einen guten Osteopathen und Tierarzt konsultieren, da Verspannungen und Schmerzen der Grund für das Verhalten Ihres Pferdes sein können.

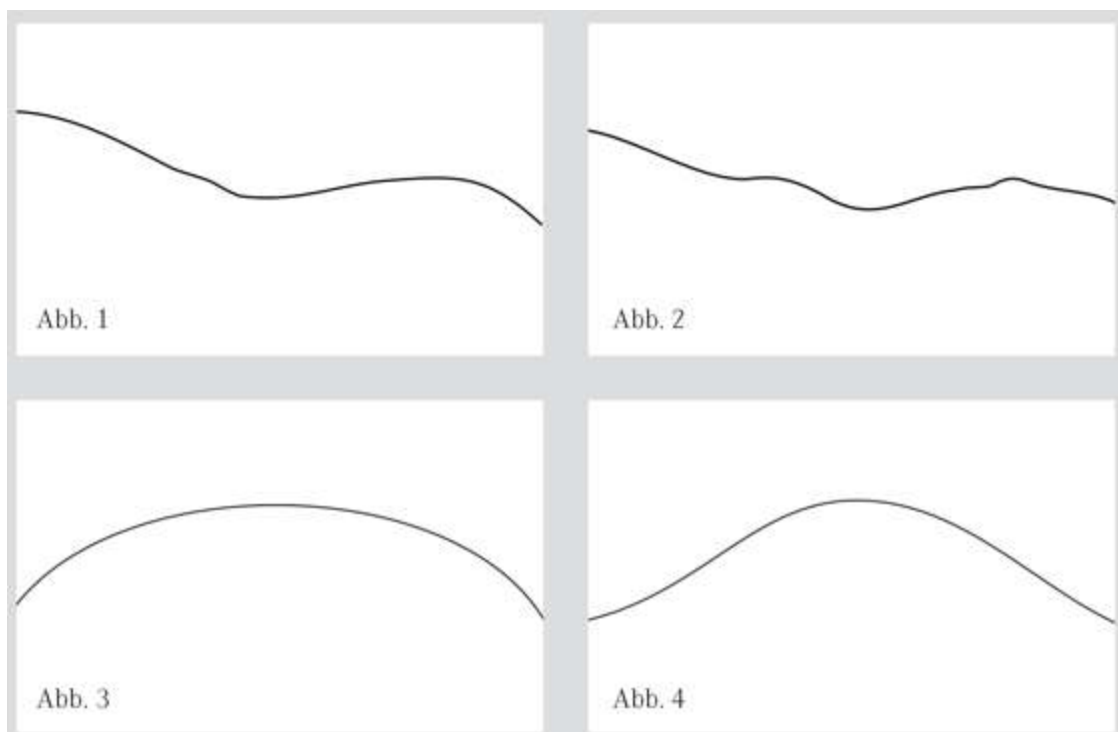
1. Auffälligkeiten beim Reiten und im Verhalten

Bewegt sich Ihr Pferd zu Beginn des Reitens hölzern?
Haben Sie das Gefühl, es muss sich erst einlaufen?
Sind Ihnen Taktfehler aufgefallen?
Kommen Paraden schlecht durch?
Klemmt Ihr Pferd am Bein?
Gerät Ihr Pferd schnell ins Laufen, haben Sie das Gefühl, es würde unter Ihnen wegrennen?
Ist Ihr Pferd plötzlich unwillig oder widersetzlich geworden?
Haben Sie den Eindruck, dass sich die Leistungsbereitschaft Ihres Pferdes verschlechtert hat?
Ist das Pferd gestürzt?
Hat es sich festgelegt?
Ist es auf der Weide/beim Training mit der Hinterhand weggerutscht?

2. Körperform und -haltung des Pferdes

Stellen Sie Ihr Pferd auf eine ebene, gerade Fläche und betrachten Sie es.

Steht es gelassen oder bewegt es sich unruhig hin und her?
Strahlen Gesicht und Ohrenspiel Ruhe aus?
Schont das Pferd beim Stehen immer dasselbe Bein?
Wenn Sie Ihr Pferd in einem engen Kreis (Durchmesser geringer als zwei Meter) um sich herumlaufen lassen, geht es dann taktrein?



Entspricht die Rückenlinie im Großen und Ganzen Abbildung 1, was auf eine gute Bemuskelung hindeutet, oder sieht sie eher aus, wie auf Abbildung 2 schematisch dargestellt?
Wie sieht die Kruppe von hinten aus? Eher so rund, weil gut bemuskelt, wie in Abbildung 3, oder kantig wie in Abbildung 4?

3. Der Sattel

Passt eine gesamte Handfläche in den Wirbelkanal Ihres Sattels?

Liegt der Sattel überall gleichmäßig auf und rutscht nicht zur Seite?

Wippt der Sattel hinten?

Sind zwischen Sattelkammer und Widerrist im nicht angegurteten Zustand mindestens sechs Zentimeter Platz?

Verhält sich das Pferd beim Satteln ruhig und entspannt ohne Anzeichen von Abwehr?

Wurde der Sattel mindestens innerhalb des letzten Jahres von einem Sattler kontrolliert?



Vorwort

„Hilfe, mein Pferd hat Kissing Spines!“

So werden viele Pferdebesitzer gedacht haben, als ihnen die Diagnose vom Tierarzt mitgeteilt wurde, dass ihr Pferd einen irreparablen Schaden an der Wirbelsäule hat: Kissing Spines.

Und jetzt?

Zuerst einmal: Ein Pferd mit Rückenproblemen oder Kissing Spines kann genauso im Sport oder in der Freizeit geritten werden wie jedes andere auch. Es kann 20 Jahre alt und älter werden und schmerzfrei laufen. Die Diagnose Kissing Spines würde heute nach entsprechender Untersuchung wohl beinahe jedes zweite Pferd aufweisen. Wir könnten es uns jetzt bequem machen und behaupten, dies liege an den so empfindlichen Zuchtlinien. Die heute gezüchteten Reitpferde nehmen uns Reitern durch ihre Sensibilität, ihre hohe Rittigkeit und ihre exzellenten Reitpferdeigenschaften sehr viel ab. Viele glauben, nicht mehr so sorgsam reiten zu müssen wie früher, um die Qualität eines Pferdes zu erhalten respektive sie zu fördern oder um beim Pferd überhaupt Losgelassenheit zu erreichen. Hinzu kommt, dass immer mehr Reiter auf die eigentliche Basisarbeit in der Dressur verzichten.

In den allermeisten Fällen entwickeln sich Kissing Spines und andere Rückenprobleme des Pferdes durch fehlerhaftes Reiten und Ausbilden: mit zu viel Handeinwirkung, zu viel Aufrichtung, zu hohem Tempo, zu wenig Aktivität aus der Hinterhand, zu wenig Gymnastizierung. Das Ergebnis sind auseinandergefallene, auf die Vorhand gerittene Pferde ohne korrekte Grundausbildung.

Auch die Eile in der Ausbildung der Pferde von heute macht es dem Tier schwer, gesund zu bleiben. Pferde sind überfordert, müssen sich häufig einem übersteigerten

Erfolgsdruck fügen. Die Achtung des Menschen vor dem Partner Pferd geht dabei in vielen Fällen verloren.

Reiten hat somit auch ein wenig mit Demut zu tun. Der Demut, seine eigenen Wünsche und Forderungen hintanzustellen, den Entwicklungsmöglichkeiten seines Pferdes anzupassen – und diese sind immer langsam!

Die Remonte war früher vier bis fünf Jahre alt, wenn sie unter den Sattel kam. Die Knochen und Gelenke waren dann schon viel stabiler und gefestigter, als sie es heute mit zwei bis drei Jahren sind. Man ließ sich Zeit bei der Arbeit an der Longe und half dem Pferd damit, die notwendige Basismuskulatur aufzubauen, damit es später das Reitergewicht ohne Schaden tragen konnte. Nach dem ersten Einreiten ging es ins Gelände. Die Pferde wurden nicht, wie heute schon fast üblich, auf aufwendige Bewegungen gedrillt oder in der Halle mit der Nase vor der Brust „abgerichtet“, sondern durften sich in zwangloser Selbsthaltung in allen Gangarten bewegen. Ziel war, Muskeln, Sehnen, Bänder, Knochen und Gelenke zu stabilisieren, die Schwungentwicklung zu fördern und die natürliche Qualität der Grundgangarten zu erhalten. Die Fähigkeit, das eigene Gleichgewicht zu finden, ergab sich durch diese Ausbildung fast nebenbei. Erst nach rund zwei Jahren, wenn das Pferd gefestigt war, begann die Arbeit in der Dressur. Dressurarbeit durchlief jedes Pferd, um erst danach seiner entsprechenden Spezialisierung zugeführt zu werden.

Dieser Weg wird heute kaum noch gewählt – weil er zu viel Zeit kostet und zu viel Geld. Ein Fünfjähriger, der nicht mehr kann als im Gelände bergauf und bergab zu laufen, der nicht mindestens L-Dressur-Lektionen beherrscht oder mindestens ein L-Springen gegangen ist, ist eigentlich nichts wert.

Doch zu welchem Preis werden Pferde heute schon im „Kindesalter“ hart ausgebildet? Laut Versicherungsstatistiken sind 80 Prozent aller im Sport

eingesetzten Pferde mit Lebensversicherung schon siebenjährig als dauerhaft unbrauchbar abgeschrieben, also sportuntauglich, in der Reitersprache „platt“. Sehnenschäden, Fesselträgerentzündungen, Kissing Spines, Genickschäden, Nackenbandreizungen, Entzündungen, psychische Probleme und vieles mehr sind Diagnosen, die Tierärzte heute vermutlich im Minutentakt stellen müssen. Wenn schon nicht vorher, dann ist spätestens jetzt der richtige Zeitpunkt gekommen, um etwas zu ändern, und das heißt:

- neue Wege zu gehen,
- Dinge anders zu machen als bisher,
- Dinge anders zu machen als andere,
- auch einmal „NEIN“ zu sagen,
- (scheinbar) althergebrachte Methoden zu hinterfragen.

Dieses Buch zeigt Wege und Lösungen, wie Pferde mit Rückenproblemen und Kissing Spines wieder fit und sportlich einsetzbar werden und es dauerhaft bleiben können. Es ist eine „Bedienungsanleitung“, und der Reiter lernt, einen Blick für die Probleme seines Pferdes zu entwickeln.

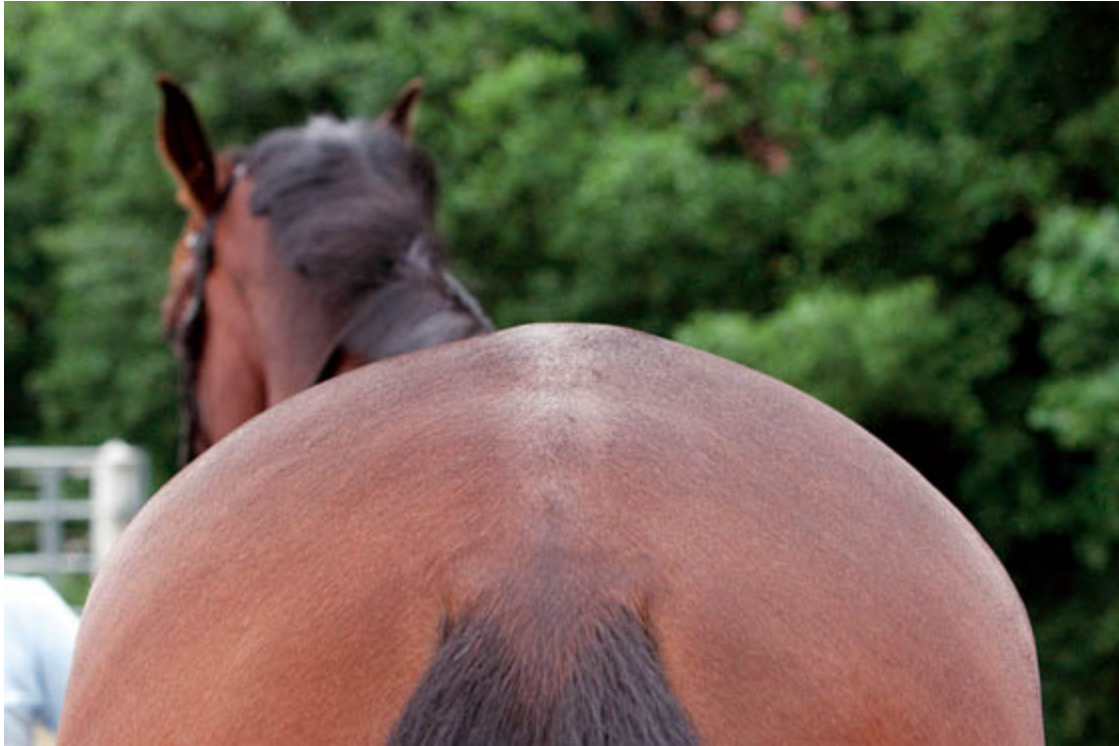
Wer zum Mitdenken bereit ist und den Aufwand gerade bei der Umstellung des Trainings nicht scheut, wird mit einem leistungsfähigen und -bereiten Pferd belohnt. Voraussetzung ist, dass einige wichtige Rahmenbedingungen stimmen:

- Der Sattel muss korrekt auf dem Pferd liegen.
- Alle vier Hufe müssen korrekt ausgeschnitten oder beschlagen sein.
- Das Pferd muss in richtiger Art und Weise in die Tiefe geritten oder longiert werden.
- Der Reiter verzichtet auf absolute Aufrichtung oder Hyperflexion, Rollkur, LDR („Low, Deep & Round“).
- Der Reiter bemüht sich um einen ausbalancierten, möglichst korrekten Sitz.
- Mit konsequenter Gymnastik wird das Pferd geschmeidig gehalten.

- Ein guter Osteopath wird regelmäßig zur Kontrolle und Behandlung hinzugezogen.
- Der Reiter bringt viel Geduld – und damit Zeit! – mit.
Unser Vorbild sind die großen alten Meister der klassischen Reitkunst, deren Ziel die Feinheit und Losgelassenheit in der Zusammenarbeit zwischen Reiter und Pferd war. Feinheit bedingt Sensibilität und das Vertrauen, auf kleinste Zeichen des anderen zu achten. Das gilt nicht nur für das Pferd unter dem Sattel, sondern auch für den Reiter in Bezug auf kleinste Veränderungen im Umgang mit dem Pferd. Gerade bei gesundheitlichen Problemen und damit verbundenen Schmerzen ist es wichtig, die Anforderungen den körperlichen Möglichkeiten des Pferdes anzupassen, ohne auf Konsequenz im Handeln zu verzichten. Immerhin sind wir in den allermeisten Fällen nicht ganz unbeteiligt an der Diagnose Kissing Spines ...

Anne Schmatelka

im Februar 2011



Von Rückenproblemen zu Kissing Spines

Rückenprobleme und Kissing Spines kündigen sich langsam an! Anfangs ist das Pferd im Rücken empfindlich, beim Putzen beginnt es unruhig zu werden, unter dem Reiter bewegt es sich in der Lösungsphase hölzern oder es entstehen erste kleinere Taktfehler. Lektionen erfolgen nicht mehr geschmeidig, die Übergänge werden unrund. Auch die Bemuskelung des Pferdes ändert sich. Das Pferd entwickelt nicht nur eine Kompensationshaltung, sondern auch eine erste Kompensationsmuskulatur. Diese ersten Anzeichen für ernsthafte Probleme sollten so früh wie möglich erkannt und ernst genommen werden.

Die ersten Anzeichen

In den allermeisten Fällen zeigen sich Rückenprobleme zuerst mit Empfindlichkeiten im Rücken. Das Pferd drückt zum Beispiel beim Putzen den Rücken nach unten, dreht sich weg, schlägt mit dem Schweif oder tritt unruhig von einem Huf auf den anderen. Viele Reiter denken, ihr Pferd sei kitzelig. Nur: Pferde sind nicht kitzelig im Rücken – bei einem solchen Verhalten haben sie Schmerzen.

Weitere typische sichtbare Symptome für den Schmerz sind Sattelzwang, also Probleme beim Auflegen des Sattels und beim Angurten. Manche Pferde versuchen, beim Aufsteigen und ersten Anreiten davonzulaufen, oder sie klemmen und machen einen Katzenbuckel, manche Pferde steigen oder bocken sogar.



So bitte nicht: Das in absoluter Aufrichtung gerittene Pferd muss sich verspannen und den Rücken wegdrücken. Rückenprobleme sind bei einer solchen Reitweise vorprogrammiert.

Auch Pferde, die gegen die Hand stoßen oder sich auf die Hand legen, die triebig sind und sich verhalten, die in Wendungen einfach steif sind und deren Kruppenmuskulatur nicht in der Bewegung mitschwingt, die keine Last aufnehmen, sich nicht korrekt versammeln lassen und keine Galoppwechsel springen, haben oft nichts anderes als Rückenschmerzen.

Weitere Alarmsignale für Probleme mit der Wirbelsäule und/oder der Rückenmuskulatur: Das Pferd kann auch bei kontinuierlichem Training in der Anlehnung nicht konstant sein, es geht gegen die Hand und ist mal vor und mal hinter dem Zügel. Zu Beginn des täglichen Trainings bewegt sich das Pferd hölzern und fußt im Schritt wie im Trab mit den Hinterhufen nicht einmal in die Spur des Vorderhufs. Nach einer Aufwärmphase wird dies zwar besser, doch als Reiter hat man weiterhin das Gefühl, dass irgendetwas nicht rund läuft. In Trabverstärkungen neigt das Pferd dazu, nur eiliger zu werden und Taktfehler zu zeigen. Oder es gerät auf die Vorhand und lässt sich nicht wieder aufnehmen.

Viele Pferde mit Rückenproblemen kann man nicht entspannt und bequem aussitzen. Sie nehmen den Reiter nicht mit. Wieder andere stellen das Kauen komplett ein, lassen sich nicht stellen oder biegen. Viele Pferde leiden unter deutlichem Gewichtsverlust, wirken eckig und kantig trotz guten Futters.

Das falsch gearbeitete Pferd verspannt und verkrampft sich. Das führt mit der Zeit zu Kompensationsverhalten, zu einer Schonhaltung. Das Pferd verändert sein Gangmuster, seine Muskulatur.

Wenn Reiter oder Trainer hier nicht die Bremse ziehen, werden aus diesen Rückenproblemen sehr schnell Kissing Spines. Man weiß, dass es je nach Intensität der fehlerhaften Arbeit schon innerhalb von 14 Tagen zu periostalen Reaktionen (Knochenhautreizungen) kommen kann.

Schmerzhafter Kuss

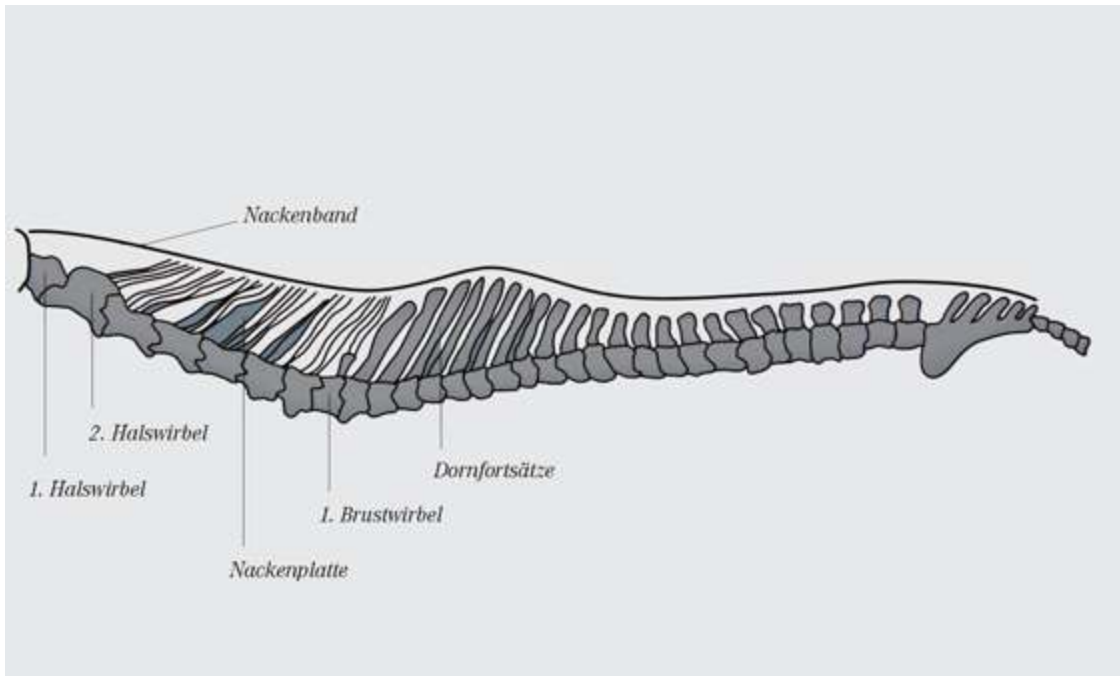
Der englische Ausdruck Kissing Spines kann wörtlich mit „sich küssende Dornfortsätze“ übersetzt werden. Das hört sich nett an, ist es aber nicht. Gemeint ist ein mit Schmerzen verbundenes Annähern der Dornfortsätze der

Brust- und Lendenwirbelsäule, da das Pferd durch falsches Training nicht gelernt hat, seinen Rücken unter dem Reiter einzusetzen.

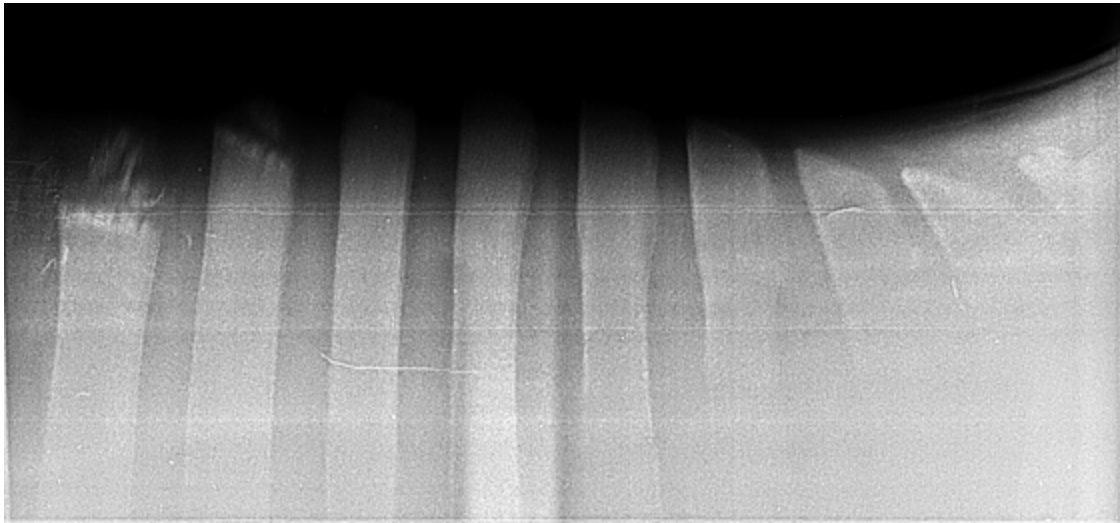
Durch die Kontraktion des langen Rückenmuskels (Musculus longissimus dorsi) entsteht eine sogenannte Lordosierung der Brustwirbelsäule. Der Begriff leitet sich vom Wort Lordose ab und bezeichnet die Krümmung beziehungsweise beim Pferd die Absenkung und Verspannung der Wirbelsäule. Das Pferd hat nicht genügend Muskulatur ausgebildet, um den Rücken anzuheben. Die Muskelgruppen arbeiten nicht mehr wirbelsäulenstabilisierend, und sie werden selbst auch nicht mehr mit genügend sauerstoffreichem Blut versorgt. Es kommt aufgrund verschiedener Stoffwechselprozesse zu Milchsäureansammlungen in der Muskulatur, die - vereinfacht erklärt - zu weiteren Verspannungen führen.

Die Folge sind Entzündungen, die in letzter Konsequenz zu Sklerosierungen führen, also Kissing Spines. Unter Sklerose versteht man eine Verhärtung von Organen oder Gewebe durch eine Vermehrung des Bindegewebes.

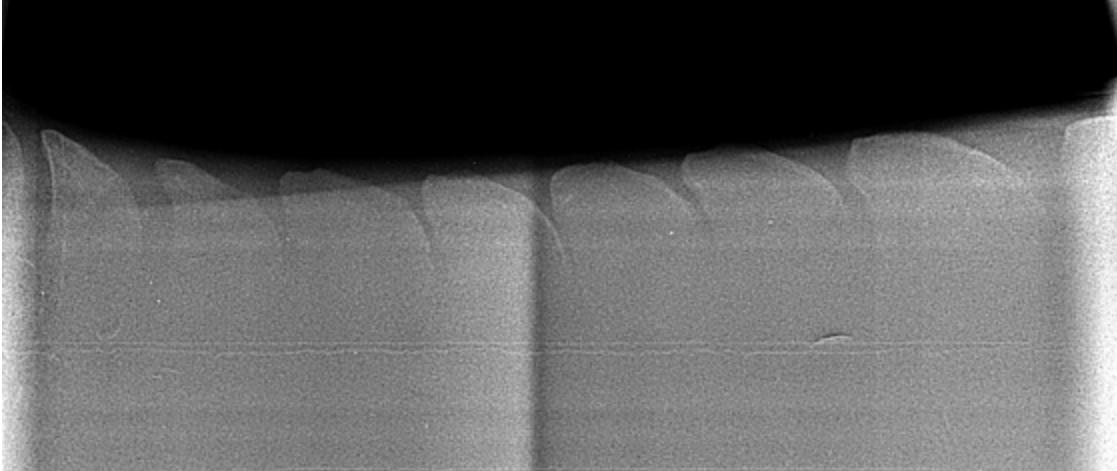
Diese Ablagerungen sind auf dem Röntgenbild als mehr oder weniger stark ausgeprägte weiße Linien am Rand der Dornfortsätze zu erkennen. Sie lassen die Lücken zwischen den einzelnen Dornfortsätzen immer schmaler werden und schließlich fast ganz verschwinden, sodass es zu permanenten Berührungen der einzelnen Dornfortsätze kommt. Dieser Zustand ist für das Pferd sehr schmerzhaft.



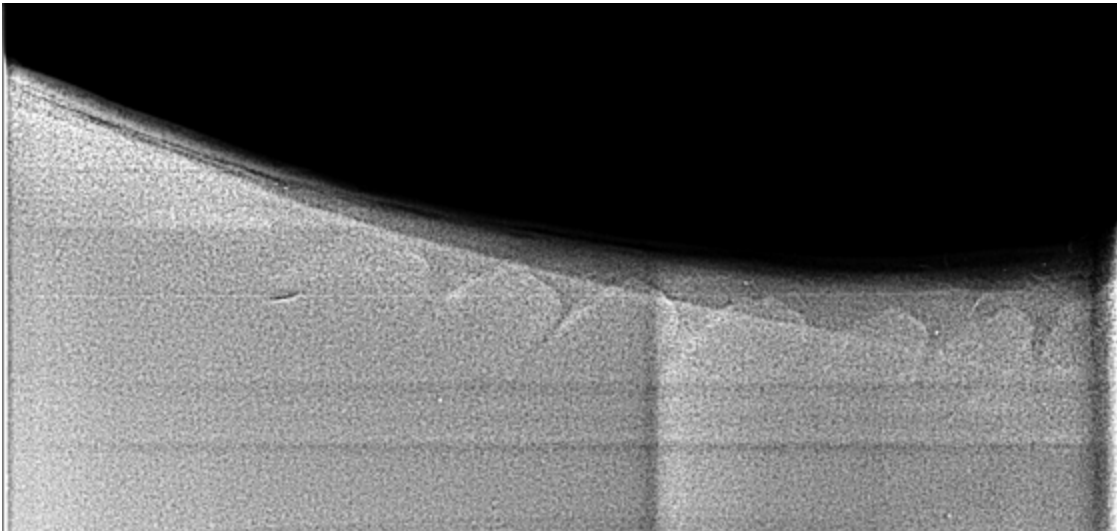
Die Wirbelsäule des Pferdes in schematischer Darstellung. (Zeichnung: Archiv Cadmos)



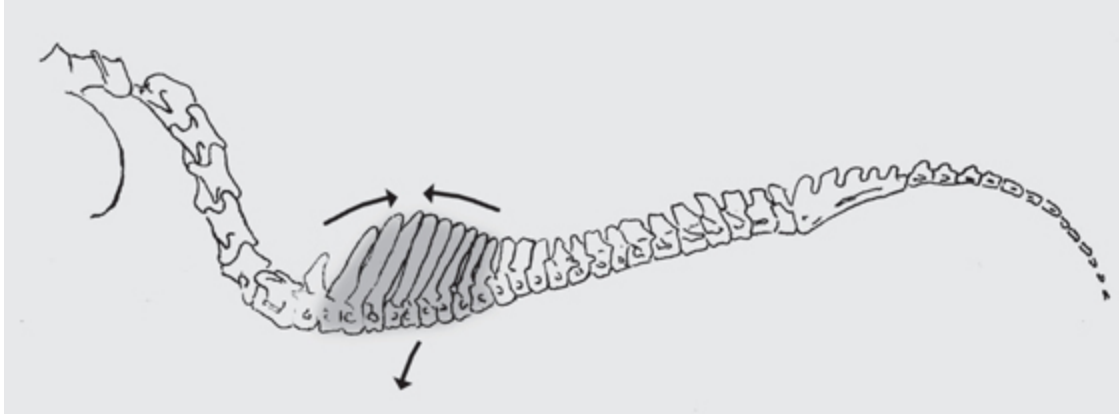
Gut sichtbare Abstände zwischen den Dornfortsätzen am Widerrist bei einem fünfjährigen Pferd.



Deutlich zu erkennender Engstand der Dornfortsätze im Bereich der Sattellage bei einem sechsjährigen Pferd. Erste Verknöcherungen sind als weiße Linien zu erkennen.



Bei diesem 17-jährigen Pferd mit Kissing Spines sind keine Abstände zwischen den Dornfortsätzen mehr zu erkennen. Trotz dieser Deformationen ist das Pferd schmerzfrei und wird auf S-Dressur-Niveau geritten. (Fotos: Anne Schmatelka)



Die Belastung der Wirbelsäule bei absoluter Aufrichtung und weggedrücktem Rücken. Die Dornfortsätze werden sich bei dieser fehlerhaften Aufrichtung irgendwann berühren. (Zeichnung: Erich Kotzab)

Man geht davon aus, dass in der Tiefe, also in dem Bereich, den das Röntgenbild kaum noch oder gar nicht mehr zeigen kann, die Veränderungen um ein Vielfaches schlimmer sind. Das heißt: Nicht nur der Bereich der Dornfortsätze schmerzt und ist entzündet. Die tieferen Strukturen tun dem Pferd noch mehr weh.

Übersetzen wir die vorgenannten Aussagen: Wird ein Pferd in absoluter Aufrichtung geritten, also in einer nur durch Handeinwirkung herbeigeführten Aufrichtung, verändert sich die Belastung auf Knochen, Sehnen, Muskeln und Gelenke, sodass der lange Rückenmuskel zum Tragen des Reiters genutzt werden muss. Aufgrund seines Aufbaus kann er das aber eigentlich nicht. Er ist dafür nicht geschaffen, sondern dient ausschließlich der Fortbewegung, was vor allem daran liegt, dass er als fleischiger Muskel mit einem wesentlich höheren Anteil an Bindegewebe und mit weniger weißen Muskelfasern ausgestattet ist als andere Muskeln.

Deshalb muss das Pferd den langen Rückenmuskel verkrampfen, um das Gewicht des Reiters tragen zu können. Dieses Verkrampfen des Muskels zeigt sich schon nach kurzer Zeit dadurch, dass das Pferd mit spannigen Tritten läuft, mit den Hinterbeinen nicht mehr so aktiv untertreten kann, gegen das Gebiss drückt und im Rücken nicht mehr