

Aktywność fizyczna – podstawą piramidy żywieniowej zwierząt



Ile ruchu dla zwierząt. Metody, rehabilitacji, sprzęt, rodzaje ćwiczeń, jak nakłonić zwierzęta do ruchu

Iek.wet. Marta Labuda
psychodnia@psychodnia.pl

Korzyści z aktywności



- Utrzymanie wagi
- Dobre samopoczucie
- Stymulacja umysłowa
- Zapobieganie nudzie
- Zapewnienie instynktownych zachowań
- Umiejętności społeczne, interakcja

Aktywność fizyczna



- Rasa
- Usposobienie
- Wiek
- Stan zdrowia
- Miejsce zamieszkania



Poziom aktywności



- Psy spokojne lub mniej aktywne – 1-3 h/dzień-psy ras miniaturowych
- Psy umiarkowanie aktywne – 1-3 h/dzień – psy użytkowe i myśliwskie
- Psy aktywne, pełne energii – 3-6h/dzień- psy pracujące, gończe, myśliwskie
- Psy o bardzo wysokiej aktywności – psy pracujące

Aktywność szczeniąt



- Predysponowane do uszkodzeń chrząstki
- Zamknięcie nasad kości długich 9-18 miesięcy
- Przeciwwskazane skoki, zwroty i ruch zrywny
- Nie całkowicie wykształcona propriocepcja
- Wczesna diagnostyka



Amatorzy sportu

- Częstotliwość treningów
- Długość treningów
- Trening siłowy
- Trening wytrzymałościowy
- Czucie głębokie



Przygotowanie do treningu



- Rozgrzewka 10-15 min
- Rozciąganie – czynne i bierne
- Ćwiczenia siłowe – siad do wstań/siad do waruj
- Trening
- Ćwiczenia rozluźniające 10-20 min

Otyłość /aktywność



- Predyspozycje rasowe
- Wiek
- Sterylizacja kastracja
- Leki
- Żywnienie
- Wady rozwojowe
- Aktywność właścicieli



Konsekwencje otyłości



- Długość życia
- Zaburzenia endokrynologiczne
- Choroby układu oddechowego
- Nadciśnienie
- Zapalenie kostno- stawowe

zmiany w układzie ruchu



- Zmniejszenie elastyczności chrząstki stawowej
- Skrócenie włókien mięśniowych
- Zmiany degeneracyjne torebki stawowej
- Przykurcze więzadeł i ścięgien
- Zaburzenia miejscowego ukrwienia
- Zmniejszenie produkcji mazi stawowej
- Tworzenie się osteofitów

Cele rehabilitacji



- Poprawa sprawności
- Usamodzielnienie się zwierzęcia
- Powrót do pełnej sprawności ?
- Ustalenie programu ćwiczeń w domu
- Omówienie z właścicielem jego oczekiwań względem rehabilitacji, potrzebnego czasu i realnych możliwości

Cele rehabilitacji



- Działanie przeciwbólowe
- Poprawa zakresu ruchomości stawów
- Wzmocnienie mięśni
- Stymulacja aktywności ruchowej
- Kontrola masy ciała



Ocena pacjenta



3 tygodnie po amputacji głowy kości udowej



3 tygodnie po amputacji głowy kości udowej



Metody rehabilitacji



- Zabiegi fizykalne
- Hydroterapia
- Masaż
- Bierne ruchy stawów
- Rozciąganie
- Ćwiczenia aktywne ?



Laseroterapia



- Przeciwbólowo
- Przeciwozrętkowo
- Regeneracyjnie
- Metoda nietermiczna

Ultradźwięki



- Przeciwbólowe
- Przeciwzapalne
- Poprawa krążenia
- Zmniejszenie napięcia mięśniowego
- Zwiększenie rozciągliwości tkanki łącznej
- Poprawa przewodnictwa nerwowego
- Przyspieszenie gojenia się tkanek

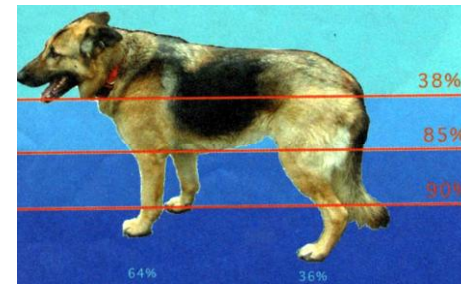


Ćwiczenia na bieżni :

- Odciążenie
- Ruchomość
- Wytrzymałość
- Masa mięśniowa
- Wydolność
- Pionizacja



Poziom zanurzenia a obciążenie



(Za Levine D, Tragauer V et Millis DL, 2002)





Rehabilitacja w leczeniu zachowawczym



Bieżnia wodna



Masaż



Bierne ćwiczenie zakresu ruchomości w stawie



- Etap wczesnej rehabilitacji
- Różne przyczyny ograniczenia zakresu ruchomości
- Rozluźnienie i poprawa elastyczności mięśni
- Przeciwdziałanie skutkom bezruchu/unieruchomienia

Ćwiczenia czynne zakresu ruchomości stawu



- Spacery – różne chody
- Brodzenie po wodzie
- Pływanie
- Różne podłoża
- Ćwiczenia



Ćwiczenia czynne



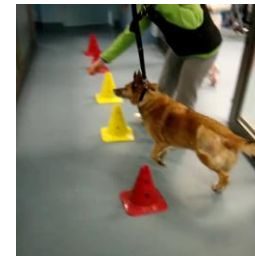
- Częstotliwość ćwiczeń
- Liczba powtórzeń
- Czas trwania ćwiczeń
- Obciążenie
- Podłoże



Stopniowanie ćwiczeń



Ćwiczenia czynne



Bender 03/2018

- Labrador, samiec, 12 lat , waga 56 kg
- Przewlekła kulawizna lewej kończyny piersiowej
- Niezborność i słabość kończyn miednicznych
- Niechęć do ruchu, pokłada się czasie spaceru
- Trudności z wchodzeniem po schodach



Bender

09/2017



12/2018



Bender 03/2018



- Bieżnia wodna 3 x w tygodniu
- Masaż kręgosłupa i kończyn
- Spacerory 4-5 x dziennie
- Odchudzanie
- Masaż wykonywany w domu przez opiekunów



Bender



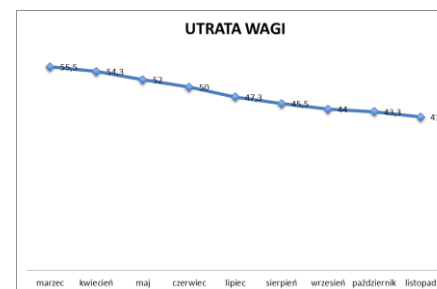
- 06/2018 zdiagnozowano niewydolność tarczycy
 - T4 0,6 ug/dl norma 1,3-4,5
 - ft4 4,6 ug/dl norma 7,7-47,6
 - TSH 0,2 norma < 0,6
- Waga 50 kg
- Fothyron 2 x dz 500 ug
- Kontrolne badanie krwi po 4 tyg – T4 3,0 ug/dlg

Bender

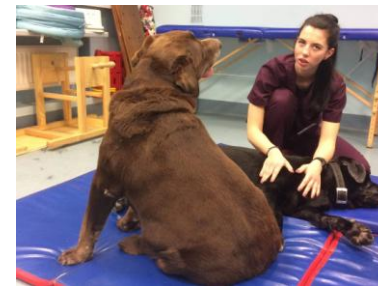
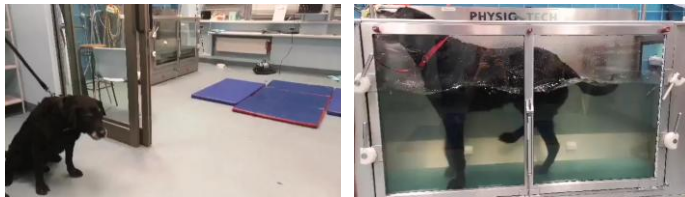


- w maju po 6 tygodniach zmniejszono częstotliwość rehabilitacji w Psychodni do 2 x w tygodniu
- Zabiegi w domu bez zmian
- Zabiegi 1 w tygodniu od 10/2018
- 11/2018 PRP do obu stawów łokciowych i stawu ramiennego
- Okresowo tramal 150 mg 2 x dz 1 tabl i NLPZ

Bender



Bender



Koty



- Kot to drapieżca jego układ ruchu jest idealnie dostosowany do natury samotnego łowcy: mocne mięśnie, budowa szkieletu i stawów umożliwiające wspinanie się, skakanie oraz szybki bieg



Potrzeby behawioralne kotów



- Sen
- Pielęgnacja
- Znaczenie terenu
- Polowanie
- Ukrywanie się
- Jedzenie
- Zabawa
- Eksploracja
- Obserwacja

Otyłość kotów



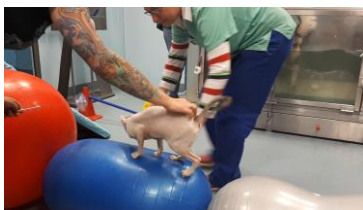
- Brak ruchu !!!
- Ryzyko wzrasta wraz ze wzrostem liczby kotów w domu
- Większe ryzyko wielu chorób w tym chorób ortopedycznych
- Badania na grupie 1500 kotów wykazały, że koty otyłe są 3-krotnie bardziej narażone na wystąpienie kulawizny nie związanej z urazem (Scarlett, 1998)
- Badania rtg starszych kotów wykazują zmiany zwyrodnieniowe w 90% przypadków (Hardie, 2002)

Metody rehabilitacji

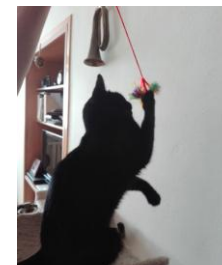
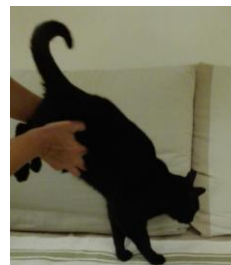
- Zabiegi fizykalne
- Hydroterapia
- Masaż
- Bierne ruchy stawów
- Rozciąganie
- Ćwiczenia aktywne ?



Ćwiczenia czynne



Ćwiczenia czynne





Dziękuję za uwagę

psychodnia@psychodnia.pl

Akcesoria rehabilitacyjne



Baton



Baton



Baton

