



# A.P.Z.

# NIEUWS

MAANDELIJKS  
Maand MEI 2024  
Erkenningsnummer: P806032  
Laaglandweg, 13  
B 2610 WILRIJK  
APZ : GSM - 0496-25 97 38  
Email: apz79@hotmail.com  
www.apz-zandhoven.be  
Rekeningnummer APZ:  
BE79 7331 4131 9633  
(BIC-Code: KREDBEBB)



WILRIJK 1

(ANTWERPEN)



(Bron: [klik hier](#))

## Vergadering van 30 april 2024

### Zoekertjes / Te koop:

Wie iets te koop wil aanbieden of iets zoekt dat te maken heeft met de paardensport, kan dit nog steeds aan ons doormailen. De vraag of advertentie zal dan een tweetal maanden verschijnen in ons clubblad en op onze website. Dit is een gratis dienst voor onze leden.

### Varia

Leden die deelnemen aan menwedstrijden of mentochten verzoeken wij om een tekst, eventueel aangevuld met foto's, over te maken aan het bestuur zodat dit kan worden opgenomen in het clubblad. Dit leest aangenamer dan de technische/wetenschappelijke artikelen die wij zelf moeten gaan zoeken op het internet. Een mailtje hebben wij het liefst maar geschreven kan ook.

## AGENDA

Datum	Ptn	Omschrijving
<b>2024</b>		
18/19-05-2024		CAN Bertrix - ABC
01/02-06-2024		CAN/CAV Bornem - ACB
22/23-06-2024		CAN Libramont - ABC
13/14-07-2024		CAN/CAV Wortegem - ACB
03/04-08-2024		CAN/CAV Linden - ACB
17/18-08-2024		CAN/CAV Booischot - ACB
01-09-2024		CAN/CAV Kersbeek - AC
06/08-09-2024		CAN Bertrix - Belgisch Kampioenschap
28/29-09-2024		CAN/CAV Genk - ACB



- ~ Lesgeven
- ~ Opleiden van paarden
- ~ Leren mensen

Hoogstraatsebaan 175  
2390 Oostmalle

0032 473 702 602  
geerts\_glenn@hotmail.com

[www.glenngeerts.be](http://www.glenngeerts.be)



## Masseren deel 2: Hoe masseren?

di 30 apr, 10:00

Een massage is fantastisch, dat weet je als je zelf wel eens gemasseerd bent. Stijve spieren worden weer los en bewegen gaat makkelijker. Ook paarden hebben baat bij een lekkere massagebeurt. Fijn dus dat gecertificeerd paardenmasseur Karin Groot Jebbink ons de beginselen van het masseren van paarden uitlegt. 'Do try this at home!' [In het vorige bericht legoeden we iets uit over de werking van spieren en waarom masseren goed is.](#) Hieronder een tipje van de sluier van Karin Groot Jebbink om zelf aan de slag te gaan als paardenmasseur.

### Let op je paard

Het is belangrijk om veilig te werk te gaan! Let goed op de signalen die een paard geeft tijdens het masseren. Naar je happen, slaan, duwen en/of draaien zal iedereen wel interpreteren als ongenoegen. Maar er zijn ook subtiele manieren waarmee een paard duidelijk maakt dat hij aanraking op bepaalde plekken onaangenaam vindt: 'zuur' kijken, met zijn huid trillen of de spieren aanspannen, duiden ook niet op een prettige ervaring. Let dus steeds goed op je paard! Ga ook niet op een krukje of iets dergelijks staan om te masseren. De kans dat je er vanaf valt, is te groot. Als het paard je massage wel prettig vindt, zul je merken dat hij zich ontspant, een been op rust zet en als ultieme uiting van zijn tevredenheid, een grote geeuw. Nog een aanbeveling van paardenmasseur Karin; klopt nooit op bot-structuur, dat is gevoelig! Mocht je hierna de smaak te pakken hebben; op diverse plaatsen kun je een cursus volgen.

### Manenkam kantelen

Het bovenste gedeelte van de hals bestaat uit heel veel lange spieren. Om de losheid te controleren én om ze los te maken kan je de volgende techniek toepassen: Houd met je duim in het midden (daar zit een soort 'sleuf') de hals tegen en buig met je hand de manenkam naar beneden. Laat na enkele seconden de bovenkant weer terug 'schieten'. Ga van onder naar boven en doe dit drie keer. Buig de hals steeds een beetje verder door en behandel beide kanten.

## **Schoudervrijheid**

Vouw je vingertoppen voorzichtig en rustig achter het schouderblad. Als de spieren voldoende ontspannen zijn, kan je tot wel twee vingerkootjes ver achter het schouderblad komen. Door dit te doen voel je hoe het met de schoudervrijheid gesteld is en kun je eventueel de spieren voorzichtig wat los maken.

## **Rug los kloppen**

Om de bovenkant van de rug te beoordelen kan je eerst voorzichtig langs de uitsteeksels van de ruggenwervels voelen met je duim of vingertoppen. Kijk naar de reactie van het paard. Vertoont hij ongemak, dan is dat een reden om extra aandacht te besteden aan dat gebied. Om de spieren van de rug los te 'kloppen' maak je 'kommetjes' van je handen of een losse, open vuist. Daarmee klop je over de rug van je paard van net na de schoft tot ongeveer twee handbreedtes voor de punt van de heup (dus niet bij de lendenwervels). Zorg dat je niet op de uitsteeksels van de ruggenwervels klopt maar er onder. Als je klopt moet je 'plofjes' horen en geen 'klappen'. De intensiteit moet je per paard even aanvoelen maar mag best stevig zijn om effect te hebben. Wanneer je rustig 'klopt' heeft het een ontspannend effect op je paard, wanneer je sneller klopt juist een opwekkend effect!

## **Billen loskneden**

Ook de achterhand kun je loskloppen op de manier zoals bij de rug is beschreven. Houd dan de lijn van het heupbeen schuin naar achteren aan. Klop niet op het heupbeen, dat is gevoelig. Op de achterhand mag je best met wat meer kracht kloppen dan op de rug. Verder kun je de billen van je paard kneden om zijn broekspieren lossere te maken. Dit doe je door met de muis van je hand een draaiende beweging te maken, terwijl je er kracht op uitoefent. Gebruik hierbij je gewicht in plaats van pure armkracht want anders is het niet vol te houden. Ook de rugspieren kan je op deze manier kneden. Maak ook de binnenkant van de broekspier goed los door je hand op de binnenkant van het achterbeen te leggen en kleine cirkelbewegingen te maken met je hand en de spier, dus naar jezelf toe.

Tekst : Natasha Bruinsma/Hoefslag

Bron: <https://www.dehoefslag.nl/verzorging/verzorging/30817/masseren-deel-2-hoe-masseren>





Sabine Timman

## Ouderdomsgebreken

za 4 mei, 16:00

Als het paard ouder wordt, kunnen verschillende ouderdomsgebreken' hun intrede doen als gebits- en oogproblemen, melanomen, hoefbevangenheid en PPID (voorheen ziekte van Cushing). Maar wanneer spreken we eigenlijk van een ouder paard? Gemiddeld bereikt een paard de top van zijn prestatievermogen op 14-jarige leeftijd.

Maar wanneer het zijn hele leven goed gemanaged wordt, kan het paard ook op latere leeftijd nog topprestaties leveren. Kijk maar naar Salinero van dressuuramazone Anky van Grunsven, die op 18-jarige leeftijd nog het uiterste van zijn lichaam vroeg op de Olympische Spelen van 2012 in Londen.

### Wanneer is je paard oud?

Een paard dat de 15 jaar gepasseerd is ziet men doorgaans als een paard van oudere leeftijd. Een paard ouder dan 20 jaar noemt men bejaard. Een paard wordt gemiddeld tussen de 20 en 25 jaar oud, maar er zijn gevallen bekend van paarden die de leeftijd van 40 jaar bereikt hebben.

# Leeftijd-gerelateerde aandoeningen bij paarden

In alle gevallen geldt dat bij een juiste behandeling het paard nog prima van zijn laatste levensjaren kan genieten. Uiteraard vraagt elk (ouderdoms)verschijnsel om een eigen benadering. Doe dit in overleg met je dierenarts

## Slechte lichamelijke conditie

Bij een ouder paard gaat de algehele lichamelijke conditie vaak achteruit. Denk hierbij aan gebitsproblemen, gewichtsverlies en bespiering die minder wordt. Een ouder paard heeft vaak een ‘doorgezakte rug’ omdat zijn buikspieren minder sterk zijn. Daarnaast wordt de vacht minder mooi, verwisselen de haren moeilijker en glanst het haarkleed minder. Ook treden er veranderingen in de spijsvertering op, waardoor deze minder efficiënt voedingsstoffen kan opnemen. Om ervoor te zorgen dat het oudere paard voldoende voedingsstoffen binnen krijgt, zal het voederrantsoen moeten worden aangepast.

## Gebitsproblemen

De tanden en kiezen van een paard groeien vanaf het moment dat ze doorgekomen zijn gewoon door. Het geven van ruwvoer is daarom heel belangrijk, omdat het paard hierop langer moet kauwen en het wrijfvlak van tanden en kiezen kan afslijten. Problemen met het gebit van een paard zorgen ervoor dat de opname van voedingsstoffen minder efficiënt wordt. Het paard doet er bijvoorbeeld lang over om het voer op te eten en/of maakt proppen tijdens het eten. Gebitsproblemen zijn een belangrijke oorzaak voor het vermageren van het paard. Het geven van zemelen of speciale senior slobber waar ruwvoer in zit kunnen hierbij een uitkomst bieden. Om de kans op gebitsafwijkingen klein te houden kun je het paard het beste van jongs af aan periodiek door een gecertificeerd paardentandarts of -gebitsverzorger laten controleren.

## Artrose

Bij artrose zal het kraakbeen van de gewrichten van het paard slijtage vertonen, waardoor het gewricht minder soepel werkt en pijnlijk is voor het paard tijdens het bewegen. Het paard zal met name bij koud en nat weer stijf, stram en/of kreupel lopen. Het lopen zal verbeteren als het paard enige tijd in beweging is en het lichaam is opgewarmd.

## PPID (voorheen ziekte van Cushing)

PPID (Pituitary Pars Intermedia Dysfunction) is een aandoening die veel voorkomt bij oudere paarden; 1 op de 7 paarden heeft deze ziekte. ‘Pituitary gland’ is de Engelse benaming voor de hypofyse. De hypofyse is een kleine klier die onder aan de hersenen hangt, welke zich bezig houdt met de hormoonhuishouding. Bij een paard met PPID is een deel van de hypofyse, de zogenaamde ‘pars intermedia’, ontregeld. Hierdoor kunnen er veranderingen in de vacht optreden als een dikkere, krullende vacht. Het paard kan lusteloos en sloom worden. Ook wordt de bespiering minder en verandert het figuur. PPID is ook één van de oorzaken van hoefbevangenheid. Het is zeer zinvol om te onderzoeken of een paard PPID heeft. De aandoening is niet helemaal te genezen, maar met een goede behandeling en verzorging kun je je paard vrolijk, fit en in goede conditie houden.

## **Melanomen**

Melanomen zijn goedaardige tumoren en komen vooral voor bij schimmels. De tumoren komen het meest voor bij de anus en/of vulva, bij de oorspeekselklier en rond de ogen en oren van het paard. Het paard kan hier in sommige gevallen hinder van ondervinden. De dierenarts kan ervoor kiezen de melanoom weg te snijden. Het is niet gezegd dat de tumor hiermee wegblijft.

## **Cataract**

Dit wordt ook wel staar genoemd. Het verouderingsproces heeft soms ook invloed op het oog van het paard. Er kan een soort witgrijze vertroebeling op de lens ontstaan waardoor het paard minder scherp/wazig ziet. Behandeling is niet mogelijk.

Bron: De Hoefslag

Bron: <https://www.dehoefslag.nl/verzorging/verzorging/44866/ouderdomsgebreken>