

Peesblessures

Hoefslag brengt in samenwerking met Helicon opleiding NHB Deurne maandelijks een artikel over het paard en zijn gezondheid. In deze serie worden de bekendste problemen en kwalen van het paard behandeld aan de hand van de vragen: wat kun je zelf, wanneer bel je de dierenarts en hoe moet je handelen? Handig om te bewaren en binnen handbereik te houden, onmisbaar voor iedere paardenhouder. Deze keer peesblessures.

Tekst: Sandra van Iwaarden & Sandra de Vreede | Foto's: Arnd Bronkhorst

Na een wedstrijd rijd je met je paard in de trailer naar huis. Eenmaal thuis volgt een uitgebreide naverzorging en de benen worden met koud water afgespoten. Dan valt je op dat het linkervoorbeen iets dikker is dan het rechter. Als je het been optilt en je voorzichtig met je vingers druk uitoefent op de pezen, reageert je paard direct door zijn been weg te trekken. Er is een verdikking te zien die warm aanvoelt: een peesblessure.

Structuur

Pezen verbinden spieren met bot. Ze komen voor in het hele lichaam als langere of kortere bundels of als een platte plaat (op de buik bijvoorbeeld). Pezen bestaan uit grote bundels parallel lopende (bindweefsel)vezels. Kleine dwarsstukken verbinden de vezels met elkaar. Zo ontstaat een sterke structuur die een grote belasting aankan, maar nauwelijks elastisch is. Het valt te vergelijken met een dik touw dat erg sterk, maar amper uitrekbaar is. Op plaatsen waar een pees over een gewricht loopt, wordt de pees omgeven door een peesschede. Dit is een dubbelwandig zakje met gewrichtsvloeistof (synovia). De pezen die bij sportpaarden het meest geblesseerd raken, zijn de buigpezen in het onderbeen: de



oppervlakkige buiger, de diepe buiger, het checkligament en de tussenpees.

Oorzaken

Peesblessures kunnen ontstaan door trauma van buitenaf, bijvoorbeeld wanneer het ijzer van het achterbeen tegen de achterkant van het voorbeen op de pezen slaat. Maar de meest voorkomende oorzaak is overbelasting. Als er geregeld grote krachten op de pees worden uitgeoefend, gaan peesvezels geleidelijk rafelen. Hoewel zo'n proces al langer aan de gang is, presenteert dit probleem zich vaak als een acute blessure.

Symptomen

- * Kreupelheid, afhankelijk van de locatie en ernst van de blessure, variërend van nauwelijks zichtbaar tot ernstig;
- * zwelling van het been. Dit kan vocht (oedeem) zijn rondom de blessure (hierin zijn putjes te drukken die niet direct verdwijnen). Soms is een verdikking van de pees zelf zichtbaar en voelbaar;
- * het geblesseerde been is warmer dan

het andere been (in de acute fase);
* pijnlijkheid bij aftasten (in de acute fase).

Diagnose

Om een diagnose te kunnen stellen zal een dierenarts eerst een klinisch kreupelheidsonderzoek verrichten. Wordt op basis van dit onderzoek aan een peesblessure gedacht, dan kan een echo worden gemaakt. Door middel van geluidsgolven kunnen doorsnedes van de pezen in beeld worden gebracht. De vermoedelijke peesblessure wordt op deze manier zichtbaar gemaakt en de ernst van de blessure kan worden bepaald.

Revalidatie

Doordat de doorbloeding van een pees minimaal is, herstelt het weefsel zich uiterst langzaam. Het volledig herstel van een peesblessure kan al snel een half jaar tot een jaar duren, maar zelfs na deze periode is de genezing in sommige gevallen niet compleet. De beste kans op herstel van een peesblessure bestaat als er een nauwkeurige diagnose gesteld wordt en een hierop

gebaseerd revalidatieschema gevolgd wordt. Het is van belang dat in elke fase van het revalidatieproces een goed evenwicht bestaat tussen gedoseerde, gecontroleerde beweging en rust. Stappen op de harde bodem zorgt ervoor dat de nieuwgevormde littekenvezels zich richten naar de trekkrachten die op de pees worden uitgeoefend. Ga voor een goede diagnose, revalidatieadvies en een eventueel aanvullende behandeling naar een gespecialiseerde dierenarts of kliniek.

Preventie

- * Geef paarden dagelijks beweging;
- * gebruik beenbescherming tegen trauma van buitenaf (beschermt niet tegen overbelasting);
- * zorg voor een goede warming-up en cooling-down bij iedere training;
- * bouw de training goed op met specifieke oefeningen;
- * neem de kleinste beschadiging aan de pezen serieus;
- * controleer de pezen in het onderbeen dagelijks. |



Met de geluidsgolven van een echo kunnen doorsnedes van de pezen in beeld worden gebracht.