

FRISKVÅRD. Anton, 10 år, är en grånad och distingerad boxerherre. Tack vare sjukgymnastik kan han njuta av en smärtfri ålderdom.



UTRÅKNAD. För två år sedan såg det ut som att avlivning var det enda alternativet för Anton. Han led av svåra smärtor i ryggen.

FRISK HERRE. Visst är Anton gammal men då och då kikar valpen fram i honom. Han älskar bus.



"Gamla och pigga ben"

Nu lever Anton ett prima liv

För två år sedan var boxern Anton, 10 år, uträknad på grund av ryggsmärtor. Med hjälp av sjukgymnast och friskvårdstips fick han livskvaliteten åter.

TEXT BERIT STRIDH FOTO KARIN YLLÖ

Anton ligger på rygg intill fikabordet. Han slappnar av med alla fyra gammalmansbenen i luften. Det ser skönt ut, men 10-åriges Antons liv har inte alltid varit så bra.

– Han fick spondylos för några år sedan och kände av ryggen av och till, blev hängig och nedstämd. För två år sedan var han så hängig att vi kände att vi måste göra något, säger Antons matte Bodil Porsgaard och blir blank i ögonen.

Anton kom in i sin mattes liv ett och ett halvt år gammal, fyra månader efter att den förra boxern, tiken Olivia, hade fått avlivas i förtid på grund av leukemi.

– Under de fyra månaderna kunde jag inte sova, säger Bodil Porsgaard.

Hon har haft andra hundar tidigare, men boxer är något alldeles särskilt.

– De är så goa att pussa på, och man hör alltid att man har hund. Det ljudet kommer jag att sakna, säger Bodil, väl medveten om att Anton är gammal.

MEN HON SLAPP ta det svåra beslutet att avliva Anton, då för två år sedan. Av en händelse fick Bodil tips om sjukgymnasten Annika Falkenberg på djursjukhuset Blå Stjärnan i Göteborg.

– Jag hade funderat på om Anton kunde bli bättre av att simma och ringde till djursjukhuset, men då hade Annika precis slutat där och öppnat mottagning hemma, säger Bodil.

Anton och Bodil fick komma på ett första besök till Annika med en gång.

– Hon lät honom gå i en stege på marken och hon tittade på honom i trädgården. Vi bokade en tid och det fanns väldigt mycket att göra på Anton. Utan Annika hade Anton inte levat i dag, säger Bodil Porsgaard.

– När Anton kom till mig första gången upplevde jag honom som en gammal hund. Han var stel i nacken och använde inte bakkdelen. Tänk att gå omkring och bara kunna se rakt neråt, säger legitimerade sjukgymnasten Annika Falkenberg.

ANTONS INFLAMMATION i ryggraden går i skov. På sikt bildas benöverbyggningar som gör honom allt stelare. Vid spondylos spänner hundens muskulaturen, som på sikt får syrebrist vilket ger ytterligare smärta.

– När man lär sig hur spondylos fungerar tar

man det lugnt och medicinerar hunden under pågående skov och tränar däremellan, säger Annika Falkenberg.

NÄR ANTON HAR HJÄLPTS UPP på behandlingsbordet hos Annika finner han sig väl tillrätta och ligger fullständigt avslappnad. Annika fäster små plattor på Antons hud och kopplar på en svag ström. Matte Bodil Porsgaard kan se en lätt darrning i huden på hunden och Annika förklarar att elektroterapi hon använder närmast kan jämföras med en djupare massage som ökar blodcirkulationen i de spända musklerna nära ryggraden.

– Den kommer åt där fingrarna inte räcker till, säger hon.

Annars är det enbart fingrar och händer hon använder för att knåda Antons muskler. Hon arbetar lugnt och metodiskt igenom hela hans kropp och han njuter.

Anton har gått hos Annika i två år nu, varannan vecka, och fått behandling. Däremellan har matte Bodil fått tips om övningar som hon ska göra med Anton hemma.

Hon påpekar att det finns många duktiga

massörer man kan gå till med sin hund. Men om det, som i Antons fall, gäller en skada eller sjukdom, ska man vända sig till personer med gedigen utbildning.

– På ett djursjukhus är det specialintresserade veterinärer, legitimerade sjukgymnaster eller vidareutbildade djursjukvårdare som arbetar med rehabilitering, säger Annika Falkenberg.

Övningarna som matte och husse har lärt sig att göra hemma, parallellt med behandlingarna hos Annika, har gett resultat

VISSERLIGEN FÅR ANTON numera hjälpas upp i soffan därhemma med en rumpputt och han går inte lika snabbt som i unga dagar, men han blir som en valp igen när familjens son Erik kommer på besök. På det stora hela är han en frisk gammal herre.

– Han har inte haft ett enda skov i ryggen sedan 2006. ■

Vinn Annikas träningsbok! Vänd



Annika Falkenberg: "Ge din gamla hund massage"

Som hundägare finns det en hel del att tänka på och att göra för att ge hunden en aktiv ålderdom.

– Det är så enkelt. Börja med att iaktta din hund i vardagen. Du lär dig mycket om hur hunden mår genom att titta på hur den sträcker sig när den sovit. Sträcker den sig både fram och bak, gör den som vanligt eller har något ändrat sig? Ju bättre hunden mår, desto mer sträcker den på sig, säger sjukgymnasten Annika Falkenberg.

TITTA OCKSÅ PÅ var hunden befinner sig under era promenader. Den unga hunden skuttar ivrigt framför dig, den medelålders går också framför dig, men kanske under mer ordnade former, men ju tröttare och stelare hunden blir, desto mer vill den gå bakom dig alldeles i hälarna, eller till och med sacka efter så att du får vänta på den.

– Det behöver inte nödvändigtvis bero på ålderdom utan kan vara tecken på att något inte står rätt till med hunden, säger Annika Falkenberg.

Men vad kan man göra då?

– Börja massera hunden. Ska man välja en sak att göra är massage det bästa. Den kan aldrig

skada hunden och den ger kontakt, smidighet och ökad cirkulation. Det är bra, men inte nödvändigt att introducera massagen tidigt. När hunden blir äldre blir musklerna torrare och stelare, men de svarar väldigt bra på massage och blir piggare och orkar mer, säger Annika.

När det gäller massage finns det bra böcker att läsa och man kan också gå på kurs och lära sig.

– Grundmassagen är lätt att lära sig och den är inte farlig. Tänk på att det ska vara skönt för hunden och inte göra ont, och håll inte på mer än max en timma åt gången.

GENOM ATT TITTA PÅ sin hund och ge den massage skapar man teknisk möjlighet för hunden att röra sig rätt. Stretchning är däremot inget som Annika Falkenberg rekommenderar.

– Nej, den ska utföras av utbildad personal, annars finns det skaderisker.

När hunden är mjuk och smidig efter mas-

sagen är det dags att lära den att röra sig på ett bra sätt. Hunden är en ekonom, säger Annika och menar att hundar alltid väljer att använda de muskler som känns bra och är starka. Men om

man vill förändra eller tillföra något som är bra för hunden måste man välja övningar som inte hunden gör självmant.

– Jag vill att hunden ska använda sin grundmuskulatur i höfter, rygg och armbågar. För att göra det måste den gå

sakta, i långsam skritt och lyfta ett ben i taget.

EN STUBBÅKER PÅ HÖSTEN eller blåbärsris är jättebra träningsmiljö. Man kan också använda en stege som ligger på marken, koppla hunden och få den att gå långsamt rakt fram. Då tvingas hunden att lyfta ett ben i taget och böja och sträcka alla leder.

Det är jobbigt att gå sakta, men genom att träna detta ett par tre minuter varje dag ökar man hundens aktiva livslängd rejält.

– Så enkelt är det, säger Annika Falkenberg. ■

"Massage är bra och lätt att lära sig"



TRÄNING. En stege på marken får hunden att lyfta tassarna.



GRUNDMASSAGE. Annika Falkenberg tycker att massage är oslagbart för en gammal hund med stela muskler.

5 råd till dig med gammal hund

- 1** Låt den inte hoppa ut ur bilen, det belastar både armbågar och rygg. Hoppa in i bilen är okej.
- 2** Undvik lek som innebär snabba vändningar och tacklingar från andra hundar.
- 3** Använd täcke under den kalla årstiden, äldre hundar är känsliga för kyla och snabba temperaturväxlingar.
- 4** En vetekudde som värms i mikrougnen är skön att ha utmed ryggraden eller benen under vila. Tycker inte hunden om det så går den därifrån.
- 5** Tänk på att det är viktigt för den äldre hunden att få vara med.

"Massera mera!"

