

Minder eten, meer bewegen!

Veel paarden die u op foto's in de Hoefslag ziet, zijn sporters die op hoog niveau presteren. Deze paarden zijn niet te dik. Dit geeft een vertekend beeld van de situatie in Nederland, waar volgens onderzoek veel paarden lijden aan obesitas. Om hoofbevangenheid te voorkomen is het belangrijk een paard in een goede conditie te houden. Is uw paard te dik, dan moet hij afvallen.

Tekst: Anneke Hallebeek |

Foto's: Arnd Bronkhorst

Afvallen.... Dat is makkelijker gezegd

Paard te dik?

Afvallen.... Dat is makkelijker gezegd dan gedaan. Hoe weinig voer mag je geven, zonder te weinig ruwvoer te geven met het risico van stalondeugden, maagzweren en verteringsproblemen? Komt het paard niets tekort als je zo weinig voer geeft? Vermageren dus, hoe doe je dat en waar moet je op letten?

Voedingstoestand

Bepaal allereerst de voedingstoestand van je paard. Hoe staat het ervoor? Heeft hij veel of weinig vetreserves? Om dat te beoordelen moet je eens goed naar je paard kijken, van een afstandje en van dichtbij. Doordat je je paard elke dag ziet, vallen veranderingen niet snel op. Het is verstandig eens iemand anders te laten kijken en beoordelen. Laat je dierenarts bijvoorbeeld bij de jaarlijkse enting het paard kritisch beoordelen. Hij/zij doet dat volgens een bepaalde methode. Hierbij kijkt hij naar het geheel, naar onderdelen en voelt aan het paard. Wat als eerste opvalt aan te dikke paarden, is dat ze bolle en ronde vormen hebben. De hals is dik en rond, de romp is bol en diep, het kruis is hoog en rond. Is er sprake van obesitas dan valt vaak op dat het hoofd relatief klein lijkt ten opzichte van de rest en soms ook dat de verhouding tussen romp en benen niet klopt. De ribben horen bij een paard in gezonde conditie vlak onder de huid te liggen en zijn zeer goed te voelen. Zodra je moet zoeken met je hand of je vingers waar de ribben zitten, zegt dit al genoeg. Hij is te dik.

Overgewicht en ziekten

Te dik zijn is ook voor paarden niet erg gezond. Het grootste risico dat op de loer ligt voor het paard is hoofbevangenheid. Ook de overbelasting op de gewrichten

kan nadelig zijn. De relatie tussen overgewicht en hoofbevangenheid krijgt veel aandacht in het wetenschappelijk onderzoek. De verandering in gewicht en dus de hoeveelheid vetweefsel heeft invloed op de stofwisseling. Mogelijk dat insuline resistentie hier een gevolg van is. Insuline resistentie kan weer leiden tot vetopslag en zo werkt het elkaar in de hand. Aardig om te weten, belangrijker om te voorkomen. Reden genoeg om paarden met overgewicht op een vermageringsdieet te zetten. Bij voorkeur een rantsoen met weinig zetmeel en suikers en veel vezels.

Niet zonder risico

Minder energie opnemen betekent dat het paard reserves gaat aanspreken om toch voldoende energie te hebben voor de dagelijkse behoefte. Geef je het paard echter plotseling erg weinig te eten, dan kan de stofwisseling verstoord raken. Het vetweefsel maakt opeens teveel vet vrij dat in het bloed komt. De lever kan dit niet allemaal verwerken. Het paard wordt ernstig ziek en wil niet meer eten en drinken. Zonder behandeling betekent dit het einde van het paard. Deze aandoening 'vet in het bloed' of hyperlipaemie, komt vooral voor bij Shetlandpony's. In de meeste gevallen is het een drachtige merrie die bewust of onbewust (onwetend van de dracht) te weinig te eten krijgt. Voor alle veranderingen in het rantsoen geldt dat dit geleidelijk moet gebeuren. Geef het paard dus geleidelijk minder energie. Het paard in een kaal weiland zetten en laten 'verhonger' tot hij dun genoeg is, is ook niet de juiste methode. Paarden zijn van nature grazers die de hele dag door hapjes nemen. Staat er maar weinig gras, dan happen ze gewoon de wortels eruit,

Wat als eerste opvalt aan te dikke paarden is dat ze **bolle en ronde vormen hebben**



Een paard in een kaal weiland zetten en laten 'verhonger' tot hij dun genoeg is, is niet de juiste methode.

met zand en al. Het paard krijgt op deze manier teveel zand binnen en te weinig vezels en structuur. Een paard heeft stengelig voer nodig om de darmbewegingen te stimuleren zodat het voer goed gemengd wordt met de verteringsenzymen maar ook om opgenomen zand mee te nemen richting de mest. Op het kale landje is het risico groot dat het paard zandkoliek en diarree krijgt. Tenslotte kan een verkeerd samengesteld vermageringsdieet leiden tot spierafbraak en weerstandsvermindering. Geef je namelijk minder hooi en minder brok, dan krijgt het paard niet alleen minder energie binnen, maar ook minder eiwitten, vitaminen en mineralen.

Gewicht en werk

De hoeveelheid voer die een paard nodig heeft, is afhankelijk van het gewicht en het werk. De stokmaat is het belangrijkste uitgangspunt om het gewicht te bepalen. In geval van een bijzonder grof of fijngebouwd paard kan dat gewicht wat hoger of lager zijn. De stokmaat is een kenmerk van een bepaald ras. Vandaar dat het gewicht ook op basis van het ras geschat kan worden. Een paard van 1.50m weegt ± 475 kg en een paard van 1.65m ± 600 kg. Het verschil in voerbehoefte is een dikke plak hooi (1,5 kg). Voer je beide paarden op het niveau van 600 kg gewicht dan wordt het paard van 475 kg langzaam aan dikker. In eerste instantie merk je daar weinig van, maar als je het rantsoen niet bijstuurt, wordt het uiteindelijk een paard met obesitas. Is het paard iets te dun of te dik, dan is het huidige gewicht dus te laag of te hoog. Om het goede gewicht te bereiken is een aangepast rantsoen nodig. Baseer het voerschema niet op het huidige maar op het streefgewicht. Raadpleeg de dierenarts om het juiste gewicht en het bijpassende voerschema te bepalen. Behalve het gewicht is natuurlijk het werk een factor die de energiebehoefte bepaald, net als dracht, melkproductie en groei. Veel paarden werken maar amper. Hier ligt dan ook de kern van het

probleem: paarden bewegen te weinig en worden daarom te dik! Voor die paarden bevat het rantsoen al heel snel teveel energie. Het is dan ook vaak niet nodig om paarden extra voer te geven na het rijden.

Vermageren in de praktijk

Heeft je paard overgewicht dan is het vaststellen van dat feit al een hele stap. Vervolgens ga je een plan maken om de situatie te verbeteren. Het heeft geen zin plotseling alles om te gooien wat betreft rantsoen en training. Het gaat om structurele aanpassingen die ervoor zorgen dat het paard afvalt én dat het paard daarna ook niet meer aankomt. Daarbij is het wel beter om de training te intensiveren. Hoe meer het paard werkt, des te eerder bereikt hij het gewenste gewicht. Als het paard niet werkt, is de dagelijkse behoefte niet groot en kan het paard zeer zuinig omspringen met zijn energie.

Regel 1: Het paard krijgt minder energie dan hij nodig heeft.

Het paard moet afvallen, dus de energie-opname moet minder zijn dan hij verbruikt. Als het paard getraind wordt, mag het voerniveau wel iets omhoog, maar moet nog altijd onder de behoefte blijven. Een goede rantsoenberekening is nodig om de exacte hoeveelheden te bepalen die het paard van hooi en krachtvoer mag krijgen.

Regel 2: Het paard krijgt voldoende vezels

Al lopende vele hapjes vezelrijk voer tot zich nemen, is onderdeel van het normale eetpatroon en gedrag van paarden. Op stal is dat natuurlijk al anders dan in de wei. Maar de vezels zijn een onmisbaar onderdeel van het rantsoen. Vezels (lees: ruwvoer) zijn ook een bron van energie voor het paard en kun je daarom tijdens een vermageringsperiode niet onbeperkt voeren. Kies een ruwvoer met veel vezels en weinig energie. Grofstengelig hooi is het meest bruikbare. Kuilvoer is vaak toch rijker aan energie dan hooi. En gras past eigenlijk niet in een vermageringsdieet, omdat dit een energierijk voer is. Stro of graszaadhooi kan in beperkte mate gebruikt worden om extra vezels te geven en het paard veel te laten kauwen. De minimale ruwvoer hoeveelheid ligt op ongeveer 1 kg droge stof voer per 100

kg lichaamsgewicht paard. Ook het aanvullende krachtvoer kan vezelrijk zijn. Kies dus een voer met een hoog gehalte aan ruwe celstof waaraan gedroogde luzerne of andere vezelrijke grondstoffen zijn toegevoegd.

Regel 3: Het paard krijgt voldoende eiwit, mineralen en vitaminen

Afvallen is het verbranden van lichaamsvet en niet van spiereiwit. Dit laatste kan gebeuren als het paard een verkeerd samengesteld rantsoen krijgt. Geef je te weinig eiwitten, dan gaat het paard de spieren afbreken om aan bepaalde aminozuren te komen. Het paard lijkt af te vallen, maar helaas vermindert de bespiering. Krijgt een paard lange tijd onvoldoende mineralen en vitaminen dan heeft dit een nadelig effect op de gezondheid. De weerstand kan verminderen waardoor er eerder infecties ontstaan. Kortom, het vermageringsdieet moet energie-arm zijn, maar wel voldoende vezels, eiwit, mineralen en vitaminen bevatten.

Regel 4: Het paard staat niet te lang zonder eten

Eet een paard langere tijd niet dan kunnen er problemen ontstaan. Het paard verveelt zich en kan gaan kribbe-bijten of weven. Maagzweren zijn ook een gevolg van te lang vasten. Laat een paard niet langer dan acht uur zonder eten staan. Het vermageringsdieet is beperkt van omvang en moet dus in kleine porties verdeeld worden. Laat het paard niet alleen maar geeft hem een maatje. En zorg voor afleiding; extra training, longeren, ga wandelen of poetsen, alles is welkom.

Regel 5: Beweging werkt dubbelop!

Paarden verbranden meer energie als ze bewegen of werken. De spieren verbruiken op dat moment extra energie én getrainde paarden verbruiken ook de rest van de dag meer energie. Kortom, door te trainen versnel je het vermageren dubbelop. Zonder training kan een paard zeer zuinig met zijn energie omgaan en kost het veel meer tijd om het streefgewicht te bereiken.

Doel bereikt, maar dan...

Het bereiken van het streefgewicht kan maanden duren. Geduld is vereist. Zodra het paard goed op gewicht is, pas je het



Foto: BCM/Remco Veurink

Een paard kan eventueel in de wei met een graasmasker. Zorg dan wel voor toezicht,

rantsoen iets aan zodat hij niet verder vermageret. Voorkom dat hij weer te dik wordt. Dat kan soms betekenen dat je ingrijpende maatregelen moet nemen. Voor veel paarden is beperkte weidegang noodzakelijk. Zet het paard 's nachts op stal of in een paddock. Maak bij voorkeur een paddock met wit zand. In zwart zand groeit gras en onkruiden die het paard wil opeten met als risico teveel zandopname. Of zet het paard in de wei met een graasmasker. Hierdoor kan hij wat langer in de wei blijven lopen. Zorg wel voor toezicht, hij kan het graasmasker afrollen of erin verstrikt raken. Een paard goed in conditie houden, is vaak niet eenvoudig. Een kleine verandering is niet zo erg, maar voorkom dat obesitas ontstaat óf dat het paard te zeer vermageret. Beide schaden de gezondheid en zijn ook niet altijd makkelijk te herstellen. Door de conditiecontrole een standaard procedure te laten zijn in de half-jaarlijkse gezondheidscontrole van je paard voorkom je verrassingen. |