



REHABILITERING

KORSBAND

Syftet med rehabiliteringen för en korsbandsopererad hund är att återfå en så fullständig funktion som möjligt.

I början ses en naturlig avlastning av det opererade benet. Denna avlastning är en helt normal reaktion som svar på smärta eller obehag.

För att uppnå bästa möjliga effekt av operationen är det viktigt att din hund aktiveras i rätt takt, såväl alltför snabb och intensiv som överdrivet försiktig reaktivering påverkar återhämtningen negativt.

Riktlinjer

1. Aktivering enligt angivet schema
2. Undvik långa trappor de första 8 veckorna
3. Hunden ska hållas kopplad under träning
4. Var noga med att följa instruktionerna om vilken tid efter operationen en viss övning kan påbörjas och att rätt antal repetitioner utförs
5. Övningarna ska utföras kontrollerat med en kopplad hund
6. Var lyhörd för bakslag med ökad hälta. Backa då ett steg i rehabplanen och kontakta oss för rådgivning
7. Massera gärna både det opererade och det friska benet.

Vecka1

Rörlighetsträning:

Lägg din hund på sidan med det opererade benet uppåt.

Fatta tag i det opererade benet med ena handen ovanför knät och den andra vid hasen.

Böj försiktigt knäleden tills du känner ett litet motstånd. Behåll denna position 2 sek.

Sträck försiktigt knäleden tills du känner ett litet motstånd. Behåll denna position 2 sek

Repetera övningen 5-10 ggr/ tillfälle.

Utför övningen innan promenaderna.

Promenad i långsam takt på jämt underlag, 5 minuter 4 ggr per dag

Vecka 2

Rörelseträning som ovan.

Balansträning:

Låt hunden stå på ett jämnt underlag.

Lyft den baktass som inte opererats, ca en dm från golvet.

Förflytta hudens kroppsvikt mot den opererade sidan, tillåt inte hunden att luta sig mot din hand. Håll positionen i 5 sek, repetera 5-10 ggr. Utför övningen 2 ggr/ dag

Promenad i långsam takt på jämnt underlag 10 min 3 ggr per dag

Vecka 3

Rörelse och balansträning som ovan.

Cirkelpromenader:

Promenera sakta i 3-5 m stora cirklar. Repetera 5 ggr.

Promenera normalt i 2-3 min.

Repetera ytterligare 5 ggr.

Utför övningen 2 ggr/ dag

Promenad i långsam takt på jämnt underlag 10 min 3 ggr/ dag

Vecka 4

Rörelse- balans cirkelpromenader som ovan.

Promenad i långsam takt på jämnt underlag 15 min 2 ggr/ dag

Vecka 5

Rörelse- balans cirkelpromenader som ovan.

Promenad i långsam takt på jämnt underlag 15 min 2 ggr/ dag

Vecka 6-7

Rörelse- balans cirkelpromenader som ovan.

Promenad i långsam takt på jämnt underlag 20 min 2 ggr/ dag

Vecka 8-13

Rörelseträning som ovan

Balansträning som ovan, men försvåra övningen genom att göra den på en mjuk madrass.

Låt hunden stå på bakbenen 5-10 sek. repetera 4 ggr/ dag

Byt ut cirkelpromenaderna mot slalom runt 6-8 pinnar. Repetera 3 ggr fram och tillbaka.

Utför övningen 2 ggr/ dag

Cavaletti/hinderbana:

Låt hunden skritta över 4-6 utplacerade hinder i lämplig höjd (ca 1 dm för en mellanstor hund) Repetera 4 ggr.

Utför övningen 1 gång/ dag

Promenad i backe:

Promenera i normal takt i backe (ej för brant)

Promenera 3 min upp och ner för backen, promenera därefter 3 min på plan mark.

Promenera ytterligare 3 min upp och ner för backen.

Utöka promenadens längd med någon minut dagligen upp till 15 min.

Utför övningen 1 gång/ dag

Promenad i långsam takt på jämnt underlag 20 min 2 ggr/ dag.

Börja lägga in inslag av skritt i högt gräs eller motsvarande

Vecka 14-16

Som vecka 8-12

Långsam trav i 1 minuters intervaller. Promenera där emellan i 1 minut i normal takt.

Repetera under 3 intervall.

Utöka travets längd med 1 minut var tredje dag.

Lägg in detta pass under varje träningspromenad

Från Vecka 17

Utöka promenaderna upp till 1 timme i koppel med inslag av lättare jogging på slät mark och i flacka till måttliga backar. **Undvik branta backar.**

Hunden kan släppas i hägn om det går att undvika vilda övningar, såsom vild galopp, tvära svängar och hopp och lek med andra hundar.

Efter 6 månader finns inte längre några restriktioner, förutsatt att återhämtning samt påbyggnad av muskulatur har skett utan komplikationer.

Lycka till

