



Aimo Koskinen hyödyntää työssään erilaisia laitteita, mm. kuvan laseria.

## Hoidetaan ongelmaa, ei vain oiretta - ja mieluiten ennalta

“Oleellista on, että hevonen on täysin terve ja rento kaikilta osin. Erityisesti se korostuu, kun halutaan huippusuorituksia.”, Aimo Koskinen kiteyttää toimintansa ydinviestin. Joskus hevosta vaivaavan kivun alkulähteille on haastavaa päästä. Se on kuitenkin välttämätöntä, jottei vaiva uusiutuisi.

**J**anakkalassa järjestettyyn luentopäivään osallistui noin kaksikymmentä kuulijaa. Luennon lisäksi Aimo esitteli metodejaan käytännössä.

Hermoratahieroja Aimo Koskinen on tehnyt työtään vuosikymmeniä, ja kertoo onnistumisten kannustaneen jatkamaan valitulla tiellä. Hän hoitaa sekä hevosia, koiria että ihmisiä. Yleensä hän pysyttelee mieluummin poissa julkisuudesta, mutta haluaa tämän haastattelun myötä kannustaa hevosenomistajia aina sekä hoitamaan hevosta kokonaisvaltaisesti että jaksamaan etsiä syytä ongelmien takana, ja hoitamaan syytä pelkkien oireiden sijaan.

Hermoratahieronta ei terminä äkkisel-tään aukene tavalliselle harrastajalle. Hieronta alkaa jo olla tuttu huoltotoimenpide

monilla talleilla, ja hermot välittävät käskyn lihaksille supistua, mutta mitä tämä käytännössä tarkoittaa?

- Tutkin hevosen hermoja ja lihasten hermotusta. Hermoja tunnustelemalla pystyn paikallistamaan kohdan, mistä hevonen on kipeä, ja siten auttamaan eläinlääkäreitä oikean diagnoosin tekemisessä. Joskus ongelman juurille voi olla hyvinkin haastavaa päästä, Aimo kertoo.

- Piikitykset ja muut vastaavat hoidot kuuluvat tietysti eläinlääkärin tehtäviksi. Minä pystyn auttamaan kivunlievityksessä ja lihashuollossa, mutta mielestäni ennen muuta tärkeää on pystyä paikallistamaan oikea kohta, mikä vaatii hoitoa, hän taustoitaa.

- Vain rento lihas hermottaa ja toimii

kunnolla. Pienikin jumi jossain voi vaikuttaa hevosen suoriutumiseen merkittävästi, sillä se alkaa heti muuttaa liikettään kipua välttääkseen. Varsinkin kilpahevosilla kiputilat ovat yleisiä, niiden elämään liittyy kuitenkin paljon stressiä. Oleellista on, että hevonen on täysin terve ja rento kaikilta osin. Merkitys korostuu erityisesti silloin, kun kilpahevoselta halutaan pyytää vaativia suorituksia.

- Esimerkiksi löysän mahan ei pitäisi olla mikään normaali tila. Jos hevosen maha menee kuralle, sen elimistö on stressaantunut. Usein syynä on kipu. Pitää muistaa, että hevonen on kokonaisuus, joten sen hoidonkin pitää olla kokonaisvaltaista, hän muistuttaa.



Akupunktioneula ärsyttää hermopistettä sen verran, että kiputila saadaan laukeamaan.

## Akupunktioneula ärsyttää hermoa halutusta pisteestä

Impulssi etenee hermostossa kuten sähkö. "Trigger point" tarkoittaa kohtaa, jossa impulssin eteneminen häiriöityy - lihas ei hermota kuten kuuluu. Tällaisia pisteitä hermoratahieroja etsii, ja akupunktioneulan avulla ärsyttää pistettä sen verran, että kiputila saadaan laukeamaan.

- Kun neula poistetaan, hoidon vaikutus alkaa. Elimistöön vapautuu endorfinia, ja hevonen on rento. Jos hevosta on käsitelty laajalti ja sen kiputilat ovat olleet voimakkaita, hevonen on väsynyt vielä seuraavana päivänäkin, joten sitä ei silloin kannata rasittaa - rasitukseltaan tämä voi vastata kovatehoista juoksulenkkiä, ja palautumiseen pitää varata aikaa, Aimo kuvailee.

Hevosen lukeminen on kaikissa hoitamisen vaiheissa tärkein osa koko työssä. Aimo korostaa myös hevosenomistajan kuulemista ennen hevosen käsittelyyn ryhtymistä.

- Omistaja tuntee hevosensa parhaiten, ja usein osaa kertoa jopa tarkalleen, milloin vaikkapa vinous, epätasaisuus tai ravin tahdittaminen on alkanut, ja liittyykö siihen jokin erikoinen tilanne. Kaikki tämä infor-

maatio on erittäin arvokasta, hän toteaa.

Kaikkia hevosia pystyy hoitamaan akupunktiolla, mutta hyvin kipeään hevoseen ei mennä heti kättelyssä pistämään neulajä.

- Kokemukseni mukaan kaikki hevoset suostuvat akupunktioon, mutta jos hevonen on hyvin kipeä, käsittelen sen ensin laserilla, jonka toimintaperiaate on samantapainen, rentouttava ja verenkiertoa lisäävä. Senkin käytössä on tietysti omat niksinsä ja oikean hoitokohdan katsominen on yhtä tarkkaa, hän kertoo.

On kuitenkin syytä muistaa, että hevosten välillä on suuriakin yksilökohtaisia eroja. On olemassa myös yksilöitä, joihin käsittely ei vaikuta.

## Lonkan limapussin tulehdus on yleinen, mutta melko tuntematon vaiva

Aimo kertoo bursan, lonkan limapussin tulehduksen, olleen hänelle yksi merkittävimmistä opeista vuosien aikana, ja haluaa nostaa sen tässä yhteydessä erityisesti esille. Sana bursa tulee kreikan kielen sanasta "juosta".

Kyseessä on akuutti tulehdus lonk-

*"Hermoston tunnistamalla pystyn paikallistamaan kohdan, mistä hevonen on kipeä, ja siten auttamaan eläinlääkäreitä oikean diagnoosin tekemisessä."*

kaniveltä ympäröivässä limapussissa, joka sijaitsee hevosen reisiluun ja keskimmäisen pakaralihaksen jänteen välissä. Se on pakaralihaksen tärkein jänne. Keskimmäisen pakaralihaksen taas on merkittävä tekijä liikkeessä, hevosen "moottori" takajalan lihaksistossa. Limapussin tulehtuminen johtuu yleensä keskimmäisen pakaralihaksen jänteen vauriosta. Kun limapussi tulehtuu, sen teho heikkenee, koska lima kadottaa voitelukykyänsä. Hevonen yrittää välttää paineen tunnetta lonkanivelessä ja muuttaa liikerataansa.

- Esimerkiksi tyypillisesti toispuoleisesti bursa-vaivaisen ravihevosen ensimmäinen oire on ravin tahdittaminen. Seuraavaksi kipeän lonkan puoleinen lautaslihas tulehtuu, ja jos tila jatkuu edelleen, vastakkainen lapa alkaa kipeytyä koska siihen kohdistuu



*Huippukylmäkäsitelyssä nestemäinen hiilidioksidisuihku aiheuttaa hoidettavaan kohtaan termoshokin.*

enemmän rasitusta hevosen välttellessä paineen tunnetta lonkassaan. Tällaiselle hevoselle varsinkin kaarrejuoksu on hyvin vaikeaa ja usein se haluaa kilpailuvauhdissa hidastaa 1500 metrin jälkeen. Sisukas hevonen voi vielä juosta maaliin asti, mutta uskon että moni "toppari" kärsii tästä vaivasta. Molempien puolten limapussien tulehdustila näkyy hevosen liikkeessä vaihtelevana epätasaisuutena, kun hevonen säättää liikettään kulloisenkin kiputilan mukaan, Aimo kertoo.

Limapussin tulehdusta hoidetaan kortisonilla piikittämällä. Piikittäminen on eläinlääkärille haastavaa, sillä limapussi on syvällä lihasten alla. Pääsääntöisesti piikityksiä tarvitaan useampia, sillä tulehdus uusi helposti. Se on kuitenkin huolellisella hoidolla, riittävällä levolla sekä oikeanlaisella harjoitteluohjelmalla mahdollista hoitaa kokonaan terveeksi.

Olenaisiin vammoja ehkäisevä keino on kuitenkin aina suunnitelmallinen ja mallittainen harjoittelu sekä ennaltaehkäisevä hoito.

## Huippukylmästä enemmän irti akupisteiden tuntemuksen avulla

Aimon työparina talleilla kiertää huippukylmähoitoon perehtynyt Kari Vartiainen. Kari on itsekin hevosharrastaja sekä hevosenomistaja, ja testaa uusia toimintatapoja ensin itseensä ja omiin hevosiinsa, niin myös huippukylmälaitteen tapauksessa. Huippukylmälaitteita näkee ihmisten hoidoissa sairaaloissa, ulkomailla enemmän myös hevosten hoidossa, ja Suomessakin ne ovat viime aikoina kasvattaneet suosiotaan. Aiemmin Kari toimi sammutinyrittäjänä, joten korkeaa painetta hyödyntävä kone ei ole uusi tuttavuus.

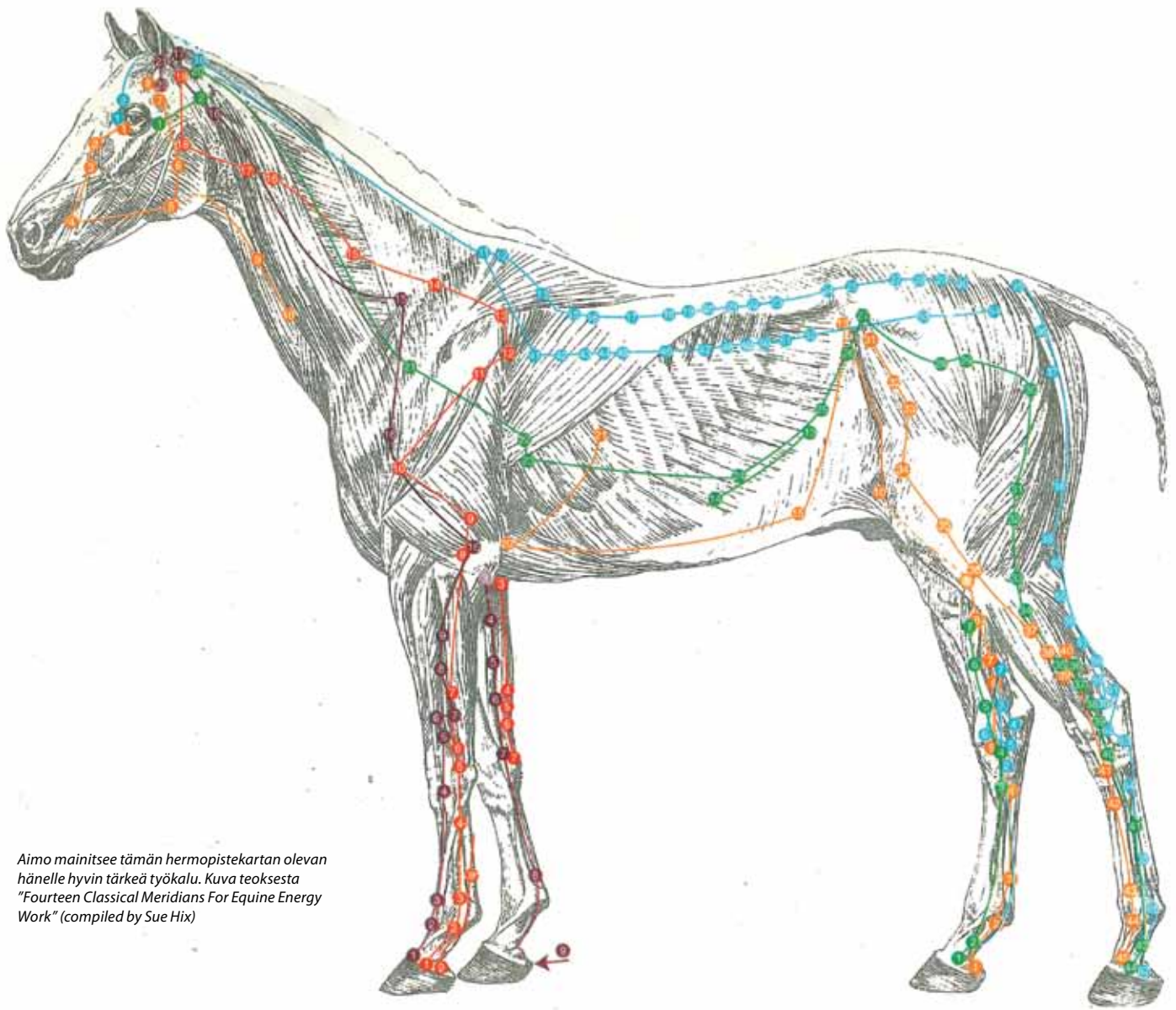
- Huippukylmähoidossa käytetään siihen erityisesti kehitettyä laitetta, joka suihkuttaa nestemäistä hiilidioksidia mikrosuihkulla. Hiilidioksidi tulee koneesta 50 barin voimalla 0,4 millimetrin kokoisesta aukosta. Nestemäinen hiilidioksidi on noin -78 asteista, ja hevosen iholle 5-8 senttimetrin päästä suihkutettuna se kylmentää ihon nopeasti +2-+5 asteen lämpötilaan, Vartiainen avaa laitteen toimintaa.

Monelle hevosharrastajille ennestään tuttuja kylmäystapoja ovat lumen, jään ja veden hyödyntäminen sekä kylmäpakaukset. Vartiainen mainitsee käyttämänsä koneen eduiksi nopeuden lisäksi helppouden, esimerkiksi takapolvet ovat haastavia kylmättäviä muilla keinoin. Hän mainitsee mahdollisiksi hoitokohteiksi myös lihaskräppäykset, revähtymät, nivelkiput, lihas-, jänne- ja niveltulehdukset, haavat ja hiekkat. Myös ennaltaehkäisevästi "ympäri" käsitteyllä hän kertoo olevan hyviä vaikutuksia. Lisäksi hän mainitsee havainneensa positiivisia tuloksia kokeiltuaan kylmähoitoa myös hevosen ruununrajoihin (kavion kasvun edistäminen) sekä etupolven karpaalikanavaongelmien hoitoon.

Suihku aiheuttaa hoidettavaan kohtaan termoshokin, joka toimii samaan tapaan kuin akupunktioneula. Käsitteilyn jälkeen hevonen tarvitsee riittävän palautumisajan.

- Huippukylmä voidaan kohdistaa samoihin hermopisteisiin kuin Aimon suorittama akupunktio, jolloin hoito vaikuttaa hermojen kautta laajemmalla alueella, Kari





Aimo mainitsee tämän hermopistekartan olevan hänelle hyvin tärkeä työkalu. Kuva teoksesta "Fourteen Classical Meridians For Equine Energy Work" (compiled by Sue Hix)

kertoo.

Yli- tai väärin käytettynä tämäkin hoitomuoto kääntyy tarkoitustaan - hevosen parasta - vastaan.

- Käsittelijän pitää tietää mitä tekee. Kylmän tarkoitus ei ole puuduttaa, vaan virkistää verenkiertoa hoitoalueella. Pahimmillaan ylikäytön seurauksena voi olla jopa ihon kuolio. Tätä varten koneessakin on lämpömittari, joka ilmoittaa milloin ihon pintalämpötila on saavuttanut halutun pisteen. Tarkoitus on edistää ja tukea hevosen kehon omia mekanismeja, ei puuduttaa tai vahingoittaa niitä. Kilpailuihin käsittelyllä on syytä pitää vähintään neljän vuorokauden varoaika, Kari muistuttaa eläinsuojelullisista seikoista.

## Pepen vaivat selätettiin lopulta

Janakkalalainen Elina Lehtovaaran Pepe-hevonen sairasti menneenä kesänä pitkään ennen kuin vaivojen perimmäinen syy lopulta löytyi. Tästä syntyi myös ajatus luentopäivän järjestämiseen.

- Pepen tämän kesän sairaskertomus on

aivan uskomaton ja tuskin vaivat olisivat vieläkään selvinneet ilman Aimoa, Elina mainitsee.

- Keväällä luulin, että kaikki on hyvin. Mutta laiturilla Pepe ehti olla vain 13 päivää, kun se yhtenä päivänä pystyi vain hädin tuskin kävelemään talliin. Epäilimme kaviokuumetta. Klinikalla kuitenkin hevonen todettiin kolme päivää tämän jälkeen täysin terveeksi. Olin sekavassa mielentilassa, koska hevonen ei suinkaan ollut terve. Yritin jatkaa, mutta tilanne vain paheni.

Pepeä hoidettiin monin eri keinoin ja monen eri ihmisen toimesta - niin lääkäreitä kuin eri hoitajiakin kävi, veriarvot näyttivät hyviltä.

- Päivä päivältä hevonen muuttui apaatisemmaksi ja oli kuin poissa tästä maailmasta. Itse itkin tallilla, kun en tiennyt mitä olisin tehnyt. Tuntui jo, että ainoa jäljellä oleva keino olisi rukoilu.

- Työkaverini kertoi minulle Aimos- ta, jonka avulla vaivojen lähteille lopulta päästiin. Aimo löysi kipukohdat sormin, ja lievitti hevosen kipua, mutta varsinaisen parannus saatiin eläinlääkäriin luona

perusteellisen tutkinnan päätteeksi. Pепен bursat piikitettiin, selkä relaxsoitiin ja varmuuden vuoksi piikitettiin vielä yksi okahaarakeväli, joka oli kaventunut ja saattaisi aiheuttaa ongelmia tulevaisuudessa. Suolesta löytyi myös hiekkaa. Jatkohoitona Pepe on saanut akupunktiota ja kuntoutussuunnitelman, koska lihakset ehtivät kadota pitkän sairastamisen aikana. Hevonen ei kuitenkaan ole enää kivulias, kun kivun lähde viimein löytyi ja saatiin hoidettua, Elina iloitsee.

- Haluaisin erityisesti kiittää luentotilaisuuden yhteistyökumppaneita, jotka mahdollistivat mielenkiintoisen ja osallistujille maksuttoman luentopäivän, Elina vielä mainitsee.

Viivi Huuskonen

Venla Mutikainen