

УДК: 636.1:619:617.3

Врублевський З., Гамота А., Кулай Н. ©*Львівський національний університет ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Гжицького*

ПРОФІЛАКТИКА СПОРТИВНОГО ТРАВМАТИЗМУ У КОНЕЙ

Одним із факторів високої результативності у спортивному конярстві є добра фізична кондиція та правильна підготовка тварини до різного роду змагань. В Україні розповсюджені такі види змагань: конкур, виїздка, триборство та кінні пробіги різної дистанції (1).

Конкур, ймовірно, є найвідомішим з дисциплін кінного спорту, який визнається FEI (міжнародна федерація кінного спорту), де чоловіки та жінки на рівних умовах конкурують в індивідуальних та командних заліках. В сучасних змаганнях з конкуру вершник і кінь повинні пройти курс від 10 до 13 стрибків, мета якого полягає у перевірці навичок, чіткості виконання та загального рівня підготовки пари. У такому виді змагань великого навантаження зазнають суглоби, сухожилок, зв'язок та м'язи грудних кінцівок.

У сучасних змаганнях з виїздки, кінь і вершник повинні продемонструвати завчену на пам'ять серію різних фігур, відомих як "елементи" (вольт, серпантин, вісімка). В усіх змаганнях повинно бути продемонстровано наступні алюри: крок, рись і галоп, а також плавні переходи всередині та між ними. При цьому навантажень зазнають згиначі карпального суглоба: ліктевий згинач, ліктевий розгинач, променевиий згинач зап'ястя, часто зустрічаються міопатози плечового поясу: триголового, двоголового, плече-головного м'язів.

Триборство вимагає від учасника змагань наявність досвіду в усіх кінних дисциплінах, а також чітких знань поведінки коня. Дана дисципліна охоплює всі аспекти верхової їзди: гармонійна взаємодія коня та вершника, яка характеризує кінне триборство; контакт з природою, витримка і великий досвід роботи необхідний для крос-кантрі (крос по пересічній місцевості); чіткість, спритність і техніка, яка напрацьовується у конкурі. Як конкур і виїздка, триборство є однією з трьох дисциплін представлених на Олімпійських іграх. Сучасні змагання складаються з трьох різних випробувань: виїздки, кросу і конкуру. Вони проходять в різні етапи один за одним, протягом яких вершник виступає на одному і тому ж коні. Цей вид спорту є одним із найбільш травматичних для коня. Понад 35% коней після першого і другого дня змагань добровільно припиняють виступи через травми м'язів, сухожилів та зв'язок.

Кінні пробіги - це змагання на час, оскільки контроль часу грає важливу роль. Організатори змагання повинні контролювати час старту кожного учасника і завершення ним кожної встановленої фази, все це повинно фіксуватися кваліфікованими фахівцями, які використовують синхронізовані хронометри. Кожен учасник повинен бути забезпечений карткою часу.

© Врублевський З., Гамота А., Кулай Н., 2012

Хронометрист на старті і фініші кожної встановленої фази зобов'язаний реєструвати час кожного учасника і заносити його в персональну картку часу та картку учасника.

Невід'ємною частиною кінних пробігів є суровий ветеринарний контроль, оскільки пробіги – це не лише перевірка швидкості коня, а і його витривалості. Попри це час відіграє вирішальну роль і вершники часто підганяють коня. У цьому виді змагань коні часто отримують розтяги сухожилків та м'язів як грудних, так і тазових кінцівок.

Отже, всі види кінних змагань є достатньо травматичні для сухожилів, м'язів і зв'язок, а коні довгий час вибувають з тренувального процесу та втрачають свою фізичну кондицію, підготовку. Тому важливо добре підготувати коня до виступів, а співпраця спортсменів і лікаря ветеринарної медицини повинна бути спрямована на профілактику високого травматизму коней.

Одним із ефективних способів профілактики захворювань кінцівок, пов'язаних із спортивним травматизмом, є стретчинг. *Stretching* – пасивне розтягування – називається рух руками фізіотерапевта кінцівок, м'язів та голови тварини (2). Техніка стретчингу спрямована на зменшення напруження м'язів для збільшення еластичності м'яких тканин і кута розгинання суглобів, що є дієвим способом профілактики та реабілітації травматизму. Часте, перед навантаженням, застосування специфічних процедур підвищує фізичний стан коня.

Методика виконання стретчингу передбачає два етапи. Перший – *easy stretch* – поверхове розтягування – здійснюється з затриманням в кінцевій позиції на 10-15 секунд. У цей час відчутне зменшення супротиву тканин, оскільки в цей час досягається найвищого ступеня розтягу. Другий етап – *development stretch* – є глибоке розтягування. Методика виконання передбачає більше розтягування та утримання в цій позиції протягом наступних 10-15 секунд. Розтягування кінцівок, голови та шиї не повинно викликати болю (2,3).

Підготовка до глибокого розтягування кінцівок повинна бути поступовою на протязі трьох тижнів, а силу та частоту процедур поступово збільшують. Слід також вести детальне протоколювання процедур, де на діаграмі зазначається пошкодження м'язів під час змагань чи тренувань, ділянки, що піддавались масажу і стретчингу. В окремій графі протоколюється ступінь розтягування м'язів кінцівок та шиї, збільшення кута розгинання/згинання кінцівки (4). Це дає можливість моніторити навантаження на тварину під час тренувань, а також діагностувати захворювання м'язів, зв'язок та сухожилів на початкових стадіях (5,6).

Отже, добре організований тренінг коня у поєднанні із фізіотерапевтичною підготовкою дає змогу добре підготувати тварину до різного виду змагань.

Масаж та стретчинг є доброю альтернативою застосуванню фармакологічного лікування, оскільки невелика кількість ліків дозволена лікарями, які ведуть допінг-контроль.

Здійснення стретчингу та масажу дасть змогу зменшити кількість травм різного характеру. Тому при проведенні курсів підвищення кваліфікації ветеринарним лікарям слід наголошувати на ефективності та простоті вище запропонованих процедур. Серед берейторів та власників коней необхідно проводити просвітницьку роботу щодо фізіотерапії у конярстві.

Література

1. <http://www.efu.org.ua>
2. Hourdebaigt J.P.: Equine Massage. Howell Book House, New York 1997
3. Solveborn S.A.: Stretching. Wydawnictwo Sport I Tyrustuka, Warszawa 1989.
4. Gill J.: Fiziologia konia. Wydawnictwo SPORT, Warszawa 2003.
5. Janewska L. Doktor od natury / Koń polski. N1, 2011, p.60-61.
6. Hamlin M, Shearman J, Hopkins W. Changes in physiological parameters in overtrained Standardbred racehorses. Equine Vet J 2002; 34:383–388.

Рецензент – д.вет.н., професор Хомин Н.М.