



**Irene Rol is eigenaar van NML health. Samen met een groep dierenartsen en dierspecialisten werkt ze met hart en ziel aan het bevorderen van de gezondheid van dieren en het voorkomen van gezondheidsproblemen met innovatieve, natuurlijke producten.**

# Veiligheid voor alles!

**P**aarden en paardrijden. In het samenspel tussen paard en ruiter kan er snel iets misgaan en zijn blessures helaas geen zeldzaamheid. Bij een valpartij van de ruiter beperkt het letsel zich gelukkig meestal tot een blauwe plek of ambreuk, maar het kan ook slechter aflopen met bijvoorbeeld hoofd- of rugletsel met blijvende gevolgen. Dat je daarom bij het paardrijden altijd een cap opdoet en eventueel een bodyprotector gebruikt, is tegenwoordig de eerste les aan iedere beginnende ruiter. Veiligheid houdt ook in dat je eraan denkt om bij het passeren van voetgangers, fietsers of honden terug in de stap te gaan, dat je met een groepje gelijktijdig oversteeft, maar ook dat je ervoor zorgt dat je paard niet een hapje neemt van een giftige plant of boom. Kennis voorkomt veel narigheid.

Beginnende ruiters beseffen echter niet altijd dat een paard een schrikdier is. Dat is waarom je bij een paard geen onverwachte bewegingen of geluiden moet maken, al is natuurlijk het ene paard schrikachtiger dan de andere. Dat is afhankelijk van het soort, maar ook van het individuele karakter. Daarbij zijn hormonen ook van grote invloed op het gedrag en kunnen opspelende hormonen ervoor zorgen dat een hengstige merrie moeilijk te hanteren is. En dat de normaal zo gemakkelijke hengst zich ineens heel onvoorspelbaar en irritant gedraagt bij de aanblik van een paar mooie merries in de buurt. Dus wil je



gedrag gunstig beïnvloeden, dan is het goed om te analyseren wat de oorzaak is van het schrikachtige of irritante gedrag.

Onderschat ook niet de rol van de ruiter tijdens de rit. Als een paard in snelheid en richting niet te sturen is, dan komt dat meestal door onvoldoende kwaliteiten van de ruiter. Om het paard de baas te blijven, grijpt een ruiter al snel naar een scherper bit, martingaal of hulpteugels. Beter is het om te kijken wat jezelf kunt veranderen in je commu-

## ‘Geef vooral het paard niet de schuld als hij schrikt’

nicatie met je paard. Uit eigen ervaring weet ik dat rijden zonder bit en minder klemmen, bij mijn IJslander ertoe heeft geleid dat ik nu rijd op een heerlijk relaxed paard waarop ik blindelings kan vertrouwen en waarbij ik nog steeds volop geniet van haar IJslandse vuur. Zo kan het dus ook!

Voor paarden die nerveus, irritant of snel afgeleid zijn, kunnen natuurlijke middelen de rust bewaren, ondersteunen bij het trainen en een kijkerig paard naar meer rust leiden. Zo kunnen middelen met een extract of verdunning van het plantje Pulsatilla ingezet worden als hormonen de oorzaak zijn van het ongewenste gedrag. En zorgt het mineraal Magnesiumcitraat voor meer ontspanning. Maar ook een kruidenmengsel met L-Tryptofaan en rustgevende kruiden kan hulp bieden. Vaak worden de laatste ingezet gedurende een – langere – trainingsperiode om de scherpe kantjes van het gedrag af te haken zonder het paard suf te maken. Druppels met onder meer sint-janskruid kunnen helpen in specifieke stresssituaties, zoals een behandeling door de hoefsmid of een bezoek aan de paardenarts of op wedstrijd. Check bij dat laatste wel even of het middel dopingvrij is.

Kortom, er zijn legio natuurlijke mogelijkheden om te zorgen dat een paard zich veilig gedraagt. Kennis en rijvaardigheid zijn het belangrijkste en geef vooral het paard niet de schuld als hij schrikt, het bit vastpakt of ‘door je heen loopt’. Samen trainen met natuurlijke ondersteuning naar gewenst gedrag is de basis voor een veilig genieten van je paard.

Irene