



DE GROENE OS

OERKRACHT UIT DE NATUUR

Sinds 1995

Luchtzuigen en Maagproblemen bij paarden



E-book



DE GROENE OS
OERKRACHT UIT DE NATUUR

Luchtzuigen en Maagproblemen bij paarden

© De Groene Os
| maart 2024 |
www.degroeneos.nl

Inhoud

Waarom dit e-book?

. 1 . De paardenmaag

. 2 . Symptomen van maagklachten

. 3 . Verschillende soorten maagklachten

- . 3.1 . Maagzweren
- . 3.2 . Luchtzuigen
- . 3.3 . Singeldwang

. 4 . Wat te doen als je maagklachten vermoedt?

- . 4.1 . Bijwerkingen van maagzuurremmers
- . 4.2 . Waarom ruwvoer fantastisch is
- . 4.3 . De rol van stress

. 5 . Onderzoek naar maagproblemen bij paarden

- . 5.1 . Onderzoek naar voedingssupplementen bij luchtzuigende paarden
- . 5.2 . Helpt een probioticum met gist bij maag en darm gerelateerde ongemakken?

. 6 . Welke kruiden kun je inzetten?

Bronvermelding

Waarom dit e-book?

Beste dierenvriend,

Wat leuk dat je geïnteresseerd bent in onze kennis over paarden en dit e-book met praktische informatie, tips en onderzoeken hebt gedownload. Het is samengesteld uit de blogs van onze veterinaire natuurgeneeskundige en aangevuld met onze meest up-to-date kennis.

De paardenmaag is in verhouding tot de rest van het paardenlichaam relatief klein met een inhoud van zo'n 10 tot 20 liter. Het is een heel gespecialiseerd orgaan, toegespitst op het natuurlijke paardenleven; veel rustig aan bewegen en vrijwel continu eten.

Bij onze moderne paarden zijn echter enorm veel maagproblemen. Recent onderzoek toont aan dat bij zo'n 60% van de paarden maagzweren aanwezig zijn. Bij endurance- en renpaarden kan dit oplopen tot wel 90%. Maagzweren zijn pijnlijk en de symptomen kunnen wat vaag zijn. Het is voor de gezondheid en het welzijn van je paard belangrijk om hierop bedacht te zijn en er wat aan te doen. We hopen met dit e-book hieraan bij te dragen.

Heb je interesse in meer kennis over dieren? Wij schrijven vanuit een natuurgeneeskundige visie blogs over paarden, honden en katten: degroeneos.nl/blogs. Abonneer je op onze nieuwsbrief en blijf op de hoogte!

Wij benadrukken dat de informatie in dit e-book bedoeld is voor educatieve doeleinden en niet ter vervanging van het advies van een dierenarts.

Hartelijke groet,

Het team van De Groene Os



De paardenmaag



De paardenmaag

De maag is een belangrijk orgaan: problemen in de maag kunnen gevolgen hebben voor de rest van de spijsvertering. Hier begint namelijk het chemische verteringsproces. Ook worden hier ziekteverwekkers gedood die met eten en drinken binnenkomen. Het zure milieu in de maag activeert spijsverteringsenzymen, die bijvoorbeeld nodig zijn voor het splitsen van eiwitten, zodat deze verder verteerd worden en in de darmen kunnen worden opgenomen.

De maag is omgeven door spieren. Hij kan hierdoor samentrekken, zodat de voedselbrij 'gekneed' kan worden en goed vermengd met de spijsverteringssappen.

De maag van een paard is relatief klein en is er bij uitstek op gericht om de hele dag door steeds kleine beetjes eten binnen te krijgen. Er past geen grote hoeveelheid voedsel in één keer in en de maag is ook weer snel leeg.

De maag van een paard bestaat uit 2 delen - een klierloos gedeelte en een klierrijk gedeelte:

- **Het klierloze gedeelte**

Dit is het eerste, bovenste gedeelte van de maag waar de slokdarm in uitkomt. De enzymen in dit gedeelte beginnen aan de zetmeelvertering, wat ten gevolge heeft dat de spijsbrij nóg zuurder wordt. De term geeft al aan: dit gedeelte bevat geen klierweefsel en er wordt dan ook geen maagsap aangemaakt. Het bevat ook geen beschermend slijm laagje, wat dit gedeelte van de maagwand extra kwetsbaar maakt. Dit kan problemen geven bij ren- en endurance paarden: lang galopperen op een lege maag, waarbij de maaginhoud naar voren klotst, kan beschadigen en maagzweren geven.

- **Het klierrijke gedeelte**

Dit gedeelte maakt pepsine en zoutzuur aan, dat samen het maagsap vormt. Dit is belangrijk voor de vertering en voor het doden van ziektekiemen. Ook het hormoon gastrine wordt hier aangemaakt, dat verschillende nuttige functies voor de maag en de spijsvertering heeft, waaronder het stimuleren van de beschermende slijm laag in de maag en dunne darm.

Maagzweren kunnen overal in de maag voorkomen. In sommige gevallen kan het zinnig zijn te weten wáár precies, omdat dit een aanwijzing kan zijn voor de oorzaak en daarmee voor de behandeling, waarover later meer.

Maagzuur wordt continu aangemaakt. Bij paarden wordt speeksel juist alleen aangemaakt als er voedsel gekauwd wordt. Om te voorkomen dat het zure milieu van de maag de maagwand aantast, is het belangrijk dat de maag nooit leeg raakt. Om deze reden moet een paard nooit langer dan 4, maximaal 6 uur zonder eten staan

Het is dus essentieel om de beschermende slijm laag van de maagwand in goede conditie te houden. Stress, maar ook medicatie zoals NSAID's kunnen een negatieve invloed hebben op deze slijm laag, met klachten tot gevolg.



Symptomen van maagklachten

Symptomen van maagklachten

Het is belangrijk om aandacht te besteden aan de symptomen van maagklachten, omdat het vaak deze signalen zijn waarmee mensen bij ons aankloppen. Tegelijk zijn veel van deze onderstaande punten wat 'vaag'. Naast een symptoom van maagklachten, kunnen dit ook symptomen van andere aandoeningen zijn

- **Slechte eetlust**
Maagklachten zijn pijnlijk, waardoor veel paarden geleidelijk aan minder eetlusten hebben.
- **Gewichtsverlies**
Uiteraard is dit gerelateerd aan de mindere eetlust.
- **Koliek**
Er kan sprake zijn van vage, milde en terugkerende kolieklachten, zeker na het eten van krachtvoer.
- **Doffe vacht**
Een glanzende vacht duidt op een gezond en fit paard, een doffe vacht kan een aanwijzing zijn op problemen met de spijsvertering.
- **Minder energie en conditie**
Pijn kost veel energie en de verminderde opname van voedingsstoffen kan leiden tot een mindere conditie.
- **Geeuwen**
Veel gapen kan een aanwijzing zijn van maagdarmproblemen. Daarnaast kan gapen ook een stressverlagend gedrag zijn en is er een belangrijke relatie tussen stress en maagzweren. Ook knarsentanden komt voor.
- **Luchtzuigen**
Luchtzuigen is een belangrijke aanwijzing voor maagzweren, hierover later meer.
- **Verandering in sociaal gedrag**
Als een paard zich niet goed voelt, kan dit geleidelijk aan gevolgen hebben voor het gedrag. Sommige paarden zonderen zich af of reageren juist agressiever op hun kuddegenoten.
- **Singeldwang**
Dit is natuurlijk heel logisch als je maagpijn hebt.
- **'Onwilligheid' bij het rijden**
Uiteraard ook gerelateerd aan pijn en minder energie. Eigenlijk gaat het natuurlijk niet om onwilligheid, maar je paard geeft aan dat hij hulp nodig heeft.



Verschillende soorten maagproblemen

Verschillende soorten maagproblemen



Zoals je hebt kunnen lezen, zijn de verschijnselen van maagproblemen bij paarden wat vaag en kan het best lastig zijn om de oorzaak te achterhalen. Vaak worden de symptomen (zoals onwilligheid bij het rijden of singeldwang) centraal gezet, terwijl de oorzaak niet wordt aangepakt. Tegelijkertijd worden symptomen als veel gapen, lang over het hoofd gezien.

Verreweg de meeste klachten waar mensen onze hulp bij vragen, zijn maagklachten en luchtzuigende paarden. Ook over singeldwang en meer algemeen onwilligheid krijgen we veel vragen. Daar gaan we dus in de volgende hoofdstukken wat dieper op in!

Maagzweren

Maagzweren zijn het meest voorkomende maagprobleem bij paarden. Er is dan ook veel onderzoek naar verricht. Met schokkende resultaten: enorm veel paarden lijden aan maagzweren:

- **90% van de ren- en endurance paarden**
- **Ongeveer 82% van de veulens**
- **Tussen de 17% tot 58% van de sport- en recreatiepaarden**

Juist door al dit onderzoek is er gelukkig ook veel bekend over de oorzaken, preventie en behandeling, wat er hopelijk aan kan bijdragen dat deze percentages naar beneden gaan. Maagzweren kunnen in alle gedeeltes van de maag voorkomen en de enige manier om erachter te komen is een maagscopie. Afhankelijk van de plek waar de maagzweren zitten, kan dat een aanwijzing zijn voor de oorzaak en behandeling:

- **Maagzweren in het klierloze gedeelte van de maag**
Oftewel Equine Squamous Gastric Disorder (ESGD). Deze komen het meest voor. Deze vorm heeft vooral te maken met voeding gerelateerde risicofactoren zoals weinig/geen weidegang, beperkte toegang tot ruwvoer, een lange periode tussen voerbeurten en grote porties krachtvoer met (te) veel zetmeel. Deze zweren kunnen ook het gevolg zijn van het klotsen van maagsap met weinig voeding in de maag: denk aan de ren- en endurance paarden.
- **Maagzweren in het klierrijke gedeelte van de maag**
De 2e vorm is Equine Glandular Gastric Disorder (EGGD). Deze bevinden zich onderin de maag, waar de klieren zitten. Deze vorm wordt vooral geassocieerd met intensiteit en frequentie van de arbeid (te weinig hersteltijd). Ook maagzweren ten gevolge van stress, zoals bij de schrikkerige, stressgevoelige dieren, veulens in het afspeenproces, of paarden die door transport stress ervaren. Stress heeft verregaande gevolgen, zo ook voor de aanmaak van voldoende maagslijmvlies. Maagzweren in dit gedeelte van de maag kunnen erg hardnekkig zijn.

Mogelijke oorzaken

Voeding - Te weinig ruwvoer of te lang tussen voerbeurten zodat het paard te lang zonder eten staat of stro als ruwvoer, wat de maag kan irriteren.

'Management' - Als de manier van houden niet past bij de behoeften van een paard, kan dat problemen geven. Denk hierbij aan het alleen zijn van een paard (wat stress tot gevolg heeft), een manier van trainen en rijden die paardonvriendelijk en daardoor stressvol is, of rijden als het paard al uren niet heeft gegeten zodat het maagzuur tegen het kwetsbare, klierloze gedeelte van de maag kan gaan klotsen.

Luchtzuigen



Luchtzuigen is voor veel paardeneigenaren een bekend probleem. Het is een verslavende gedraging die vaak samengaat met spijsverteringsklachten. Ondanks een goed voerbeleid kunnen deze paarden dan ook vermageren. Maar luchtzuigen kan ook een signaal zijn dat er nog andere problemen zijn. Luchtzuigen is aan te pakken en te voorkomen, maar je moet wel weten met welke maatregelen en middelen.

Luchtzuigen

Luchtzuigen is stereotiep gedrag waarbij het paard zijn tanden vastzet op de voerbak, boxrand of een paaltje in de wei en lucht naar binnen zuigt. Daar kan het dier een typisch geluid bij maken. Paarden die dit gedrag in ernstige mate vertonen kunnen zelfs zonder object luchtzuigen.

Oorzaken

Luchtzuigen kan ontstaan wanneer er een of meerdere aspecten van het welzijn van het paard niet in orde zijn. Al in de negentiende eeuw werd er melding van gemaakt dat luchtzuigen typisch een domestication disease is, oftewel het gevolg van het niet kunnen uitvoeren van (voldoende) natuurlijke gedragingen. Het kan ook een manier zijn voor het paard om met heftige emoties om te gaan. Denk hierbij aan trauma's opgelopen bij het spenen, stress ten gevolge van verkeerde trainingsmethodes of sociaal isolement. Het 'management', het aantal maal voer verstrekken per dag, het soort voer en de manier van huisvesten zijn van invloed op het al dan niet ontwikkelen van stereotypen.

Verslaving

Wanneer een paard eenmaal stereotiep gedrag vertoont, kan het extra lastig zijn om het dier hier weer mee te laten stoppen. Dit komt doordat luchtzuigen hoogstwaarschijnlijk leidt tot de afgifte van endorfine. De pijnstillende werking van endorfine kan luchtzuigen verslavend maken.

Maagzweren en lucht in de maag

Uit onderzoek blijkt dat er een verband bestaat tussen luchtzuigen en problemen met de maag. Er is nog geen wetenschappelijk antwoord over wat in deze situatie precies oorzaak en gevolg is. Zo werd er in het verleden vaak op gewezen dat bij het luchtzuigen lucht in de maag terechtkwam waardoor de dieren gevoeliger werden voor gaskoliek. Uit onderzoek blijkt echter dat maar een zeer geringe hoeveelheid lucht daadwerkelijk in de maag belandt. Dat luchtzuigers meer last hebben van kolieken kan mogelijk verband houden met een dieet dat uit veel brok en weinig ruwvoer bestaat, wat zowel luchtzuigen in de hand kan werken als andere verstoringen in het maagdarmkanaal.

Luchtzuigen voorkomen en aanpakken

Om luchtzuigen te voorkomen en bestaande stereotiepe gedragingen te verminderen is het belangrijk bij de basis te beginnen: het 'management' van je paard. Zorg voor voldoende vrije beweging en sociaal contact met soortgenoten. Dit is essentieel om het stressniveau van een paard laag te houden. Daarnaast is het voor het spijsverteringsstelsel van je paard belangrijk om continu een beetje voedsel in de maag te hebben. Daarom moet het grootste gedeelte van het dieet uit ruwvoer (zoals hooi of gras) bestaan. Je paard moet hier eigenlijk continu beschikking over hebben en zeker nooit langer dan 4 uur achtereen zonder iets te knabbelen staan.

Een paard maakt continu maagzuur aan, maar maakt alleen speeksel aan als het aan het kauwen is. Dit speeksel helpt het maagzuur te neutraliseren. Maagzuur is heel belangrijk voor een goede vertering, maar zonder voedsel in de maag kan het gemakkelijk de maagwand aantasten waardoor maagzweren kunnen ontstaan wat luchtzuigen in de hand werkt.



Singeldwang

Singel- of zadeldwang bij paarden is een duidelijke vorm van protest tegen het opzadelen of aansingelen. Je normaal zo lieve paard legt de oren in de nek, bijt, stampt of trapt misschien zelfs. Sommige paarden kunnen zich zelfs laten vallen. Niet mis te verstaan dus dat je paard ergens last van heeft. Maar waarvan?

Nieuw onderzoek: maagzweren

Veel experts meldden het al: veel paarden met singeldwang hebben vaak last van hun maag. Recent onderzoek heeft dit inderdaad bevestigd.

Esther Millares-Ramirez en Sonia S. Le Jeune hebben via de universiteit van Californië 37 paarden bestudeerd die naar hen waren doorverwezen met singeldwang. Niet alle paarden uit deze groep hebben een endoscopie ondergaan, maar van de dieren waarbij dat wel gebeurde, had maar liefst 92% ook daadwerkelijk maagzweren.

Van de 37 paarden hadden er 12 maagzweren en hadden er 10 orthopedische problemen. Bij 3 dieren werd een slecht passend zadel als oorzaak aangewezen. Andere oorzaken die de onderzoekers tegenkwamen waren vergroeiingen bij de voortplantingsorganen, een leverabces en urineweginfecties.

Maagzweren, maar ook andere oorzaken

Singeldwang is een symptoom waarbij veel mogelijke oorzaken zijn:

- maagzweren
- ruwe manier van aansingelen of te strak aansingelen
- pijn in de spieren en het bewegingsapparaat
- niet-passend zadel
- niet-passende singel of vervelend materiaal
- rugpijn
- andere pijnlijke medische oorzaken zoals hierboven genoemd

De onderzoekers concluderen bij singeldwang dat door middel van een endoscopie maagzweren zouden moeten worden uitgesloten. Ook het zadel moet door een professional worden gecheckt én pijn in het bewegingsapparaat moet worden uitgesloten.

Singeldwang een gedragsprobleem?

In verreweg de meeste gevallen is er dus een oorzaak aan te wijzen waarom je paard zo 'raar' reageert. Je dier heeft pijn! Singeldwang met harde hand 'afleren' is dus echt een no-go.

Waar gedrag wel meespeelt, is dat singeldwang een aangeleerde reactie kan zijn. Bijvoorbeeld als het vorige zadel pijn deed of het aansingelen op een verkeerde manier gebeurde, heeft je paard geleerd dat het pijn kan verwachten en gaat alvast in protest.

Wat kun je doen aan singeldwang?



1. Maak gebruik van experts om de oorzaak te vinden

Met hulp van de dierenarts kunnen maagzweren en andere inwendige oorzaken worden uitgesloten. Een zadelpasser kan het zadel nakijken en adviseren over de soort singel. Een osteopaat of fysiotherapeut kan pijnlijke plekken in het bewegingsapparaat opsporen en behandelen.

2. Behandel de oorzaak

Als je met behulp van een team specialisten de oorzaak hebt gevonden, kun je deze behandelen. Volg hun advies.

3. Ondersteun met kruiden

In veel gevallen kunnen kruiden en natuurlijke middelen ook goed ondersteunen. Zo bestaan er in het geval van maagzweren beproefde kruidenmengsels. Vraag ons om advies!

4. Leer aansingelen opnieuw aan

Als je zeker weet dat alle medische oorzaken zijn opgelost, kun je het aansingelen opnieuw aanleren. Neem hier de tijd voor. Benader het alsof je paard het voor het eerst meemaakt. Touches en aaien in het singelgebied kan je paard helpen aanraking hier te verdragen. Leg dan eens rustig het zadel op, laat de singel rustig zakken en maak deze rustig vast. Las dan een rustperiode in. Als dit lukt is het verstandig om dit gewoon een paar keer te herhalen. Als dat goed gaat, laat je het zadel wat langer op, doe je even wat anders en singel je nog een gaatje aan. De volgende keer loop je een rondje en doe je daarna de singel nog een gaatje vaster.

5. Voorkom problemen

Bij jonge en nieuwe paarden kun je problemen voorkomen door het aansingelen rustig aan te leren, goed materiaal te kiezen en niet te strak aan te singelen. Ook snel en met een flinke ruk aansingelen is overbodig en zeer onaangenaam voor je paard.



**Wat te doen als je
maagklachten vermoedt?**

Wat te doen als je maagklachten vermoedt?



Een paard is een sociaal dier en ervoor gemaakt om gedurende de hele dag kleine beetjes ruwvoer te eten én in beweging te zijn. Als er maagklachten spelen, moet dat dus al eerste worden aangepakt: sociaal contact, vrijwel onbeperkt ruwvoer en ruim voldoende vrije beweging. Maagklachten die het gevolg zijn van huisvestingsfouten kunnen dan herstellen, eventueel met ondersteuning van kruiden. Anders moet er verder gezocht worden.

Vaak wordt er bij maagklachten een zogenaamde waarschijnlijkheidsdiagnose gesteld. Dat houdt in dat er naar de symptomen van je paard wordt gekeken en oorzaken die het minst waarschijnlijk zijn worden uitgesloten. De enige manier waarop een dierenarts een echte diagnose kan stellen is door middel van een gastroscopie (maagscopie). Dit is ook de enige manier om erachter te komen waar de maagzweren zich bevinden (in het klierrijke of klierloze gedeelte).

Maagscopie

Bij een maagscopie wordt onder verdoving een smalle, lange slang met cameraatje via de neus en slokdarm in de maag ingebracht. Zo kan de maagwand bekeken worden. Een groot nadeel hiervan is wel dat een paard gedurende 16 uur niks mag eten en zelfs een aantal uur niet mag drinken, anders kan de scopie niet uitgevoerd worden. Dat is natuurlijk erg lang voor een paard.

Omeprazol

Als de diagnose van maagzweren wordt gesteld, wordt vaak omeprazol voorgeschreven. Omeprazol voor paarden is een kostbaar medicijn en als het niet doelgericht wordt ingezet (zonder duidelijke diagnose én maatregelen in voeding en 'management') ook niet altijd effectief. Omeprazol is een zogenoemde maagzuurremmer. En zoals we eerder hebben gelezen, heeft maagzuur ook juist een belangrijke rol in de spijsvertering. Daarom is het gebruik van maagzuurremmers niet zonder bijwerkingen.

De negatieve gevolgen van maagzuurremmers

Paarden krijgen regelmatig maagzuurremmers voorgeschreven. Bij maagzweren, maar ook als de maagklachten slechts een symptoom zijn van een groter probleem maken de maagzuurremmers deel uit van een behandelplan, bijvoorbeeld om de maag te beschermen tegen andere medicijnen. Maagzuurremmers worden zo vaak voorgeschreven dat het lijkt alsof ze weinig bijwerkingen hebben, maar het tegendeel is waar.

Verskillende soorten maagzuurremmers

Er zijn verschillende medicijnen die inwerken op de maag, zo heb je maagzuurbinders, maagzuurremmers en maagbeschermers. Voor honden, katten en paarden wordt vooral gebruik gemaakt van omeprazol. Dit is een zogenaamde protonpomp-remmer.

Een protonpomp is een eiwit in het celmembraan dat waterstofionen (protonen) van de ene naar de andere kant van de membraan pompt, waardoor de kant waar de ionen naartoe worden gepompt zuurder wordt ten opzichte van de andere kant. De protonpompremmer past precies in de opening van de protonpomp, waardoor deze wordt geblokkeerd.

Ook cimetidine wordt nog weleens gebruikt. Deze valt onder de histamine2-receptorantagonisten (H2-blokkers) en remt de aanmaak van zuur in de maag.

Waarom geven ze zo veel bijwerkingen?

Maagzuurremmers kunnen heel nuttig zijn, bijvoorbeeld ter ondersteuning van het genezingsproces bij een maagzweer of ter bescherming van de maag bij bepaalde zware medicijnen die de maag aantasten. Toch is een teveel aan maagzuur heel erg zeldzaam. Meestal is er sprake van een gevoelige of geïrriteerde slokdarm of zelfs een tekort aan maagzuur. Als er medicatie uit de maagzuurremmergroep wordt gegeven grijp je in op een van de eerste stappen in het spijsverteringsproces en dat heeft altijd gevolgen.

Uit recent onderzoek blijkt dat het gebruik van maagzuurremmers de darmflora drastisch aantast. Een extra bijwerking is dat er minder goede bacteriën in de darmen ontstaan en ziekmakende bacteriën juist makkelijker de maag overleven doordat daar een minder zuur milieu heerst.

Maagzuur is noodzakelijk voor het lichaam

Maagzuur is niet in het lichaam aanwezig om je te pesten. Het heeft belangrijke functies:

- **het afbreken van voedsel in kleinere deeltjes**
- **het onschadelijk maken van micro-organismen (zoals bacteriën) die via de voeding binnenkomen**
- **het splitsen van eiwitten uit de voeding zodat ze in het bloed kunnen worden opgenomen**
- **de opname van vitamine B12 en ijzer (hier hangen dus ook de functies van ijzer en vitamine B12 mee samen, zoals de aanmaak van bloed en de vele andere functies van B12)**

Wij raden het preventief of ongefundeerd gebruik van omeprazol bij paarden dan ook af. Als niet bekend is waar de maagzweren zitten, is er kans op een verergering van de klachten en liggen voedingstekorten en voedselinfecties op de loer.

Waarom ruwvoer fantastisch is



De spijsvertering van paarden zit bijzonder in elkaar. Paarden zijn zo geëvolueerd dat ze perfect zijn toegerust op het zo lucratief mogelijk verteren van gras. Doordat de blindedarm als een fermentatievat werkt, is zelfs herkauwen niet nodig om de stugge celwanden van gras te verteren. Paarden zijn zelfs zó goed toegerust op het verteren van ruwvoer, dat ze in serieuze problemen komen als er niet genoeg ruwvoer beschikbaar is.

Wat is ruwvoer?

De definitie is simpel: ruwvoer zijn voedermiddelen met een vezellengte van ca. 8 mm.

Ruwvoer zijn verschillende voeders zoals gras, hooi, kuilgras, luzerne en alfalfa die vallen onder de structurele koolhydraten. Als bovenstaande voeders zo klein worden gehakseld dat ze onder de 8 mm vallen, is het geen ruwvoer meer en wordt het tot de krachtvoerders gerekend. Dat is omdat zonder die lengte je paard veel minder wordt aangezet tot kauwen.

Koolhydraten hebben een slechte naam gekregen. Het gaat dan om de niet-structurele koolhydraten zoals suikers en zetmeel. Deze snelle koolhydraten vind je in krachtvoer en graan zoals gerst.

Spijsvertering van het paard

Als paarden de kans krijgen, eten ze bijna de hele dag door kleine beetjes van allerlei soorten kruiden en gras. Ze bewegen hapje-stapje door het terrein. Hier besteden paarden in het wild zo'n 14 uur per dag aan.

Met flexibele en gevoelige lippen weten ze precies op te eten wat ze willen en te laten staan wat ze niet lekker vinden. Op zo'n dieet maakt een paard 55.000 kauwbewegingen per dag. Hierdoor slijten de kiezen voldoende en regelmatig af zodat er geen gebitsproblemen ontstaan. Speeksel wordt alleen aangemaakt als een paard kauwt. De voedselprop wordt doorgeslikt en komt via de slokdarm in de maag. Daar wordt continu maagzuur aangemaakt dat wordt afgebroken door het speeksel. Als er te lang geen speeksel binnenkomt, kan het maagzuur de maagwand irriteren en kunnen er maagzweren ontstaan.

Fermentatie

Na de maag gaat het voedsel door naar de dunne en de dikke darm. Hierna komt het in de blinde darm. Mensen kunnen prima leven zonder blinde darm, voor paarden is dit juist een heel belangrijk orgaan. De blinde darm en het laatste deel van de dikke darm bevatten namelijk een microbiom (een verzameling bacteriën, gisten, wormen en andere organismen) die de sterke celwanden van het ruwvoer (cellulose) kunnen afbreken.

Bij het verteren van dit plantmateriaal komen vluchtige vetzuren vrij die weer als voeding dienen voor het microbiom. De stofwisselingsproducten die de goede darmbacteriën uitscheiden, verzorgen en herstellen de darmwand.

Dit fermentatieproces zorgt daarnaast voor de aanmaak van vitamine C en B12. Paarden kunnen dus zelf deze vitamines aanmaken, maar toch kan het nodig zijn om dit bij te voeren. Het is een voorzichtig evenwicht waarbij nogal wat mis kan gaan. Ook de absorptie van deze vitaminen in de darmen kan verre van optimaal zijn.

De voordelen van ruwvoer

Tot nu toe blijkt wel hoe belangrijk ruwvoer is voor een gezonde spijsvertering. Zonder genoeg ruwvoer zijn er niet voldoende kauwbewegingen, wat niet alleen slecht is voor het gebit, maar ook het ontstaan van maagproblemen bevordert. In de darm zal het microbiom niet goed kunnen functioneren, waardoor de weerstand verslechtert, de aanmaak van vitamines en vluchtige vetzuren verstoord wordt, en koliek kan optreden. Een niet goed functionerend microbiom heeft ook zijn weerslag op de darmwand, waardoor voedingsstoffen minder goed worden opgenomen. Als de darmwand niet in goede conditie is, kunnen daar zelfs allergieën en huidklachten uit voortkomen.



Ruwvoer heeft nog een aantal voordelen!

Andere voordelen van ruwvoer:

- Kauwen heeft een sterk anti-stress effect. Je kunt hier je voordeel mee doen door bijvoorbeeld op transport en op wedstrijd ruim hooi aan te bieden. Ook nerveuze paarden zijn erg gebaat bij veel kauwmateriaal.
- Door het eten en de spijsverteringsactiviteit kan een paard goed op temperatuur blijven.
- De meeste paarden kunnen - als ze de kans krijgen een goede wintervacht te ontwikkelen - prima jaarrond 24/7 buiten staan. Paarden krijgen het pas lastig bij lage temperaturen in combinatie met wind en regen of bij een slechte vacht. Als je paard genoeg ruwvoer tot zijn beschikking heeft en een goede schuilplaats, is kou meestal geen factor van betekenis meer.
- Een paard in het wild is gemakkelijk 14 uur per dag kwijt aan het verzamelen van voldoende voedsel. Als dat allemaal in geconcentreerde vorm via een brok wordt aangeboden, is het binnen een paar minuten weggewerkt. Wat moet een paard dan met al die tijd? Verveling ligt bij veel paarden op de loer en een goed voerbeleid kan dit voorkomen.

Onbeperkt ruwvoer?

Ruwvoer zou de pilaar van het voerbeleid voor je paard moeten zijn. De rest is aanvullend. Zou ieder paard dan onbeperkt ruwvoer moeten krijgen? Dat niet per se, maar er zijn wel duidelijke richtlijnen:

Een absoluut minimum is 1 kg ruwvoer (in droge stof!) per 100 kg lichaamsgewicht. Meer optimaal is uitgaan van 1,5 kg tot 2 kg ruwvoer per 100 kg gewicht. Het drogestofgehalte (DS) is wat je overhoudt van een bepaald product als al het water eruit is. Dit is handig om voedingsmiddelen te vergelijken. Van hooi is het DS gemiddeld 85%. Voor een paard van 600 kg komt dit neer op zo'n 9 kg hooi per dag. Een plak hooi verschilt in gewicht, maar gemiddeld zijn dat zo'n 6 plakken.

Een andere handige richtlijn is ervan uitgaan dat ten minste 70% van de totale energieopname uit een goede kwaliteit ruwvoer moet bestaan.

Helaas komen veel paarden bij lange na niet aan deze hoeveelheden en blijft het bij 2-3 keer per dag een plakje hooi. Minder ruwvoer geven dan de aanbevolen richtlijnen, verhoogt de kans op maagzweren en koliek.

Grasbuiken en dikke paarden

Sommige paarden lijken wel dik te worden van de lucht. Nog een andere groep krijgt een 'grasbuik'. Alleen een grasbuik is niet schadelijk, te dik natuurlijk wel. Een grasbuik zou, wedstrijdpaard of niet, geen reden mogen zijn om te weinig ruwvoer te geven.

Heb je een paard dat van ruim ruwvoer te dik wordt?

Als je een paard hebt dat te dik wordt van ruim ruwvoer sta je voor een dilemma. Een paar tips:

- Zorg voor meer beweging. Dit kan natuurlijk door meer te trainen. Maar ook op het land en de paddock liggen mogelijkheden: zorg voor een speelmaatje en verdeel het hooi op verschillende plaatsen.
- Geef gedeeltelijk grof, langstengelig hooi met een lage voedingswaarde. Hierdoor heeft je paard wel de voordelen van voldoende vezels, maar niet te veel calorieën. Om tekorten op het gebied van vitaminen en mineralen te voorkomen, kun je een multivitamine geven.
- Staat je paard bij een boer op land en wordt hij te dik van het gras? Je kunt een graasmasker omdoen of met strookbegrazing werken. Geef dan wel weer extra hooi (minder voedingswaarde dan gras) om aan voldoende vezels te komen.

Heeft een paard krachtvoer nodig?

Dit verschilt per paard. Paarden die hoog in de sport zijn en intensief worden getraind, hebben vaak wel behoefte aan krachtvoer. De meeste mensen overschatten echter de energie die hun recreatiepaard verbruikt met een paar keer rijden in de week. Die paarden, en zeker de sobere rassen, halen genoeg energie uit hooi. Ook de macronutriënten (koolhydraten, eiwitten en vetten) en de meeste vitaminen en mineralen zijn er meestal voldoende in aanwezig. Een ruwvoeranalyse kan meer duidelijkheid hierover geven.



Verder kun je tekorten voorkomen met een multivitamine. Senioren of paarden met bepaalde klachten kunnen behoefte hebben aan extra vet, eiwit of bepaalde vitaminen en mineralen.

De rol van stress

Stress kan een oorzaak zijn van maagzweren die ontstaan in het 2e gedeelte (klierrijke gedeelte) van de maag. Dit kan om allerlei vormen van stress gaan, bijvoorbeeld door transport, geen paardenmaatje hebben, onrust in de kudde, etc.

Stress, bijvoorbeeld door sociaal isolement of op een andere manier het niet kunnen uitvoeren van natuurlijk gedrag, is een mede oorzaak van luchtzuigen.

Wat er in de darmen gebeurt (en daarmee in het immuunsysteem) staat in nauw verband met wat je paard via de voeding binnenkrijgt én met stress. Hoe zit dat precies?

Voeding

Wat je paard binnenkrijgt aan nutriënten bepaalt voor een groot gedeelte de gezondheid van de darmflora en de effectiviteit van het immuunsysteem. Bepaalde voedingsstoffen spelen ook een rol in het voorkomen van de negatieve gevolgen van stress. Tekorten aan deze voedingsstoffen (zoals bijvoorbeeld magnesium) kunnen leiden tot spanningsklachten.

Welke stoffen moet je in de gaten houden?

- **Magnesiumcitraat** Het mineraal magnesium is nodig voor de ontspanning van de spieren. Een tekort kan al snel aanleiding geven tot allerlei klachten zoals hoofdschudden en nerveus gedrag. Andersom is het gelukkig ook waar: het bijvoeren van magnesiumcitraat werkt snel en effectief bij stressgevoelige dieren en bij een te hoge spierspanning.
- **Antioxidanten** Alle vormen van stress zorgen voor de vorming van vrije radicalen: reactieve zuurstofverbindingen die ontstekingsreacties kunnen veroorzaken. Voor een deel hoort dit bij de normale gang van het leven. Zoiets gezonds als trainen zorgt namelijk ook voor de vorming van deze vrije radicalen. Antioxidanten zoals de vitaminen C en E kunnen deze vrije radicalen wegvangen en onschadelijk maken. Vitamine C is bij ontelbare processen in het lichaam betrokken en helpt ook het immuunsysteem gezond te houden. Vitamine E is belangrijk voor het herstel van spieren, huid en slijmvliezen (bijvoorbeeld in de darmen).
- **B-vitaminen** De B-vitaminen is een groep van 8 vitaminen waar vaak nog een aantal vitamineachtige stoffen toe worden gerekend zoals biotine en choline. De B-vitaminen werken heel nauw samen en versterken elkaars effect. Het is dus het meest zinnig om ze samen aan te vullen. Uitzonderingen hierbij zijn een aantoonbaar tekort aan vitamine B1 (thiamine), vitamine B6 (pyridoxine) en B12.
- **Kruiden** Er zijn veel kruiden die een ontspannende werking hebben. Kruiden als kamille, pepermunt en hop combineren de ontspannende werking met een kalmerend effect op de spijsvertering, en zijn goed te gebruiken bij nerveuze krampen. Meidoorn is een prachtig kruid om de bloeddruk mee te reguleren. Het ondersteunt de hartfunctie en zorgt dat je paard goed kan presteren.

De darmflora

De darmflora bestaat uit miljarden bacteriën, schimmels en gisten. Bij een volwassen dier kan de darmflora wel 1 tot 1,5 kilo wegen. Al deze beestjes helpen mee met de spijsvertering, houden het darmslijmvlies intact en zorgen ervoor dat schadelijke micro-organismen (zoals virussen en wormen) niet de overhand krijgen. De nadruk ligt hierbij op het 'de overhand krijgen', want het is volkomen normaal en zelfs belangrijk voor een gezond immuunsysteem dat er bijvoorbeeld ook wormen in de darmen aanwezig zijn. Het gaat erom dat het er niet te veel worden.

Er zijn verschillende factoren die de darmflora kunnen verstoren. Voorbeelden hiervan zijn medicijnen zoals antibiotica, NSAID's, prednison en maagzuurremmers. Uiteraard kan ook een ontwormingskuur een verstoorde darmflora geven. Andere oorzaken die de darmflora kunnen verstoren zijn bijvoorbeeld diarree, verkeerde of eenzijdige voeding en natuurlijk stress.

Stress

Tegenwoordig wordt er veel onderzoek gedaan naar de samenwerking tussen de darmen en de hersenen. Het blijkt dat de gezondheid van de darmen in direct verband staat met de gezondheid van het centrale zenuwstelsel en dat er een relatie is tussen bepaalde depressieve klachten/angsten en problemen in de darmen zoals obstipatie.

Voedingsstoffen (denk hierbij aan bepaalde B-vitaminen, vetzuren en probiotica) kunnen bij de behandeling mogelijk een belangrijke rol spelen. Deze connectie kan 2 richtingen op communiceren; stress heeft dus ook (negatieve) invloed op de darmen.

Stress heeft vaak tot gevolg dat dieren spontaan aan de diarree gaan en mogelijk heeft dat met het bovenstaande te maken. Er wordt ook wel gezegd dat vluchtdieren zoals paarden zich eerst 'licht voor de vlucht' willen maken voordat ze wegrennen. Dit zou gedeeltelijk kunnen verklaren waarom paarden soms meer mesten voor of tijdens momenten waarop ze iets spannends moeten doen.

Wat de reden van de diarree ook is, dunne ontlasting heeft een negatieve invloed op de samenstelling van de darmflora. Te dunne en te snelle ontlasting spoelt te veel nuttige micro-organismen weg, waardoor een verarmde darmflora achterblijft waarin schadelijke organismen meer kans krijgen zich snel te vermenigvuldigen.

De Franse microbioloog en patholoog René Dubos heeft veel onderzoek verricht naar de darmflora en zich ook verdiept in de rol van stress hierin. Hij merkte op dat het gaat om de *ervaring* van stress. Er hoeft dus niet per se een leeuw aan te komen, maar alleen al het idee dat er misschien een leeuw zit, kan al genoeg zijn voor het optreden van de versturende effecten van stress op de darmflora.

Veelvoorkomende oorzaken van stress bij paarden



Veel voorkomende oorzaken van stress:

- extreme weersomstandigheden (zowel extreem warm als extreem koud)
- slechte voeding
- zware training, verkeerde trainingsmethode
- reizen
- blessure of ziekte
- vaccinatie en medicijnbelasting
- vervuiling
- alleen gehouden worden
- verhuizing
- onrust in de kudde

Het lichaam maakt geen onderscheid tussen fysieke stress (zoals een zware training), mentale stress (onrust in de kudde) en stressvolle omgevingsfactoren (zoals vervuiling).

Bescherm het immuunsysteem tegen stress

Door de darmflora te ondersteunen kan het lichaam gedeeltelijk beschermd worden tegen de negatieve invloed van stress. Dit bereik je door het voeren van voldoende vezels (ruim voldoende goede kwaliteit ruwvoer). Je kan hierbij nog een extra handje helpen door het geven van psylliumvezels. Ook probiotica kunnen ondersteunend werken, op voorwaarde dat de darmen verder in goede conditie zijn.

Als de darmwand zelf eerst ondersteund moet worden, neem dan eerst de combinatie teunisbloem en psyllium voordat je met probiotica begint. Bij een goede voeding zijn probiotica dan soms niet eens meer nodig.

Om de extra stoffen aan te bieden die bij stress een gunstige rol kunnen spelen, raden we een goede multivitamine aan die al deze stoffen in de juiste verhoudingen bevat, zoals bijvoorbeeld de hele B-vitaminengroep.

Voor paarden in de sport wordt door de FEI (Fédération Equestre Internationale) het gebruik van kruiden rondom en tijdens wedstrijden afgeraden. Een extra aanvulling van alleen magnesium is dan een goede keus. Voor dieren buiten de sport is een rustgevend mengsel met kruiden en voedingsstoffen aan te raden.



Onderzoek naar maagproblemen bij paarden

Onderzoek naar maagproblemen bij paarden



Maagproblemen bij paarden komen veel voor en gelukkig zit de wetenschap ook niet stil. Er wordt steeds meer bekend over hoe en waarom maagklachten ontstaan en hoe ze te behandelen zijn.

Bij De Groene Os vinden we het belangrijk hier ook aan bij te dragen. Hieronder vind je 2 onderzoeken waaraan we hebben bijgedragen: een placebo gecontroleerd, dubbelblind onderzoek waar Mentha Complex aan meedeed, en een gebruikerstest die we zelf hebben opgezet naar de klinische verschijnselen van maagdarmproblemen en een gitsupplement.

Onderzoek naar voedingssupplementen bij luchtzuigende paarden

In oktober 2005 is er door J. Reurich (in het kader van het afstuderen aan de Faculteit Diergeneeskunde van de Universiteit van Utrecht) onderzoek gedaan naar de werking van voedingssupplementen bij luchtzuigende paarden. Onderstaand artikel beschrijft de resultaten van dit onderzoek en belicht tevens de achtergrond van de samenstelling van het hierbij geteste kruidenproduct en de plaats die dit product in kan nemen bij de behandeling van luchtzuigende paarden.



Doelstelling

Het onderzoek van J. Reurich met de titel 'Het effect van voedingssupplementen op het luchtzuiggedrag bij paarden, een placebo gecontroleerd, dubbelblind onderzoek' richtte zich op het onderzoeken van een drietal supplementen. Het doel van het onderzoek was te bepalen of een of meerdere voedingssupplementen, waarvan wordt beweerd dat ze een positieve werking op de maag hebben (bijvoorbeeld maagzuurremmend), kunnen helpen bij het verlagen van de hoeveelheid luchtzuigen bij paarden die een geschiedenis van luchtzuigen hebben'.

Voor het onderzoek werden 99 paarden opgedeeld in 4 groepen. 3 groepen kregen een supplement, de 4e was de controlegroep die alleen een dragerstof kreeg toegediend.

De eigenaren en hun paarden die meededen aan dit onderzoek werden volgens een aantal criteria geselecteerd om een zo homogeen mogelijke onderzoeksgroep te krijgen. Zo moesten de dieren bijvoorbeeld ouder zijn dan 3 jaar, geen topsport beoefenen en op stal gehouden worden. Tijdens het onderzoek zijn er om verschillende redenen paarden uitgevallen. Hierdoor zijn aan het einde van het onderzoek de resultaten van 77 paarden geanalyseerd.

De paarden zijn in totaal gedurende 7 weken geobserveerd; de eerste week zonder het verstrekken van een supplement en vervolgens 6 weken met verstrekking van een van de 3 supplementen. De eigenaren en verzorgers van de dieren werden geïnstrueerd om 4 keer per dag gedurende 5 minuten het luchtzuiggedrag van het paard te observeren volgens een vastgesteld protocol.

De groepen paarden kregen de volgende supplementen toegediend:

- Groep 1: Controlesupplement bestaande uit 100% griesmeel.
- Groep 2: Maagzuurremmersupplement (MZ) in poedervorm, bestaande uit calciumcarbonaat, magnesiumcarbonaat, S-methylmethionine -sulfonium-chloride, dicalciumfosfaat en griesmeel.
- Groep 3: Mentha Complex van De Groene Os (MC), een aanvullend diervoeder in poedervorm, samengesteld uit zoethout (*Glycyrrhiza glabra*), gember (*Zingiber officinale*), IJslands mos (*Cetraria islandica*), mariadistel (*Silybum marianum*), grote engelwortel (*Angelica archangelica*), pepermunt (*Mentha piperita*), kamille (*Matricaria chamomilla*), hop (*Humulus lupulus*), paardenbloem (*Taraxacum officinale*) en calciumcarbonaat.
- Groep 4: Pronutrin van Boehringer-Ingelheim (PN), een supplement in korrelvorm dat wordt aanbevolen om in stressvolle perioden het maagslijmvlies te ondersteunen. Het bevat als werkzaam bestanddeel ApolectoITM (een gepatenteerde combinatie van pectinen, lecithine en glycerol) met daarnaast plantenvezels (gedroogde citruspulp, tarwezemelen, gedroogde erwtenvezels, sacharose, gedroogde appelpulp en appelextract) en als additieven nog lecithine, glycerol, natuurlijke smaakstoffen en ethoxyquine.

Resultaten

Voor we begonnen met de behandeling, keken we hoe vaak verschillende groepen paarden luchtzuigen. We ontdekten dat dit probleem ongeveer tien keer per 5 minuten voorkwam in alle 4 groepen paarden. Voor het eten was het gemiddelde tussen de 4 en 8 keer, en na het eten tussen de 18 en 22 keer. In de controlegroep nam het aantal keren luchtzuigen gedurende het onderzoek een beetje af.

Bij de groep MZ zagen we geen duidelijk effect. Het MC-supplement verminderde het aantal keer luchtzuigen vergeleken met de controlegroep. Dit was vanaf week 3 significant voor alle tijdstippen, behalve vóór het eten, waar het wel een trend liet zien. Het PN-supplement vertoonde vanaf week 3 een trend en vanaf week 6 een duidelijke afname van de klachten.

Als we de effectiviteit bekijken (voor alle observatietijdstippen samen; het verschil tussen week 1 en 7), zien we dat de groepen significant van elkaar verschillen. De controlegroep vertoonde ongeveer 15% verbetering, MZ liet ongeveer 5% verslechtering zien, MC liet ongeveer 40% verbetering zien en PN liet ongeveer 30% verbetering zien.

Discussie

De afname in klachten in de controlegroep werd door Reurich in haar rapport als volgt verklaard: "Dat er sprake is van een placebo-effect (daling van het luchtzuigen in de controlegroep) kan het gevolg zijn van eigenaren die erg graag effect wilden zien bij hun paard. Mogelijk hebben ze daardoor niet helemaal goed geobserveerd, waardoor er een verbetering leek te zijn."

Uit het onderzoek blijkt verder dat de groepen die MC en PN kregen, beide een flinke daling van het aantal maal luchtzuigen lieten zien. Ondanks de verbetering van de controlegroep, zijn de verschillen tussen de controlegroep enerzijds en MC anderzijds groot genoeg om de conclusie te rechtvaardigen dat een dergelijk supplement lijkt te kunnen bijdragen aan het verminderen van het luchtzuiggedrag bij paarden.

Helpt een probioticum met gist bij maag en darm gerelateerde ongemakken?

Een gebruikerstest geeft helderheid

(Heel) veel paarden lijden aan maag en darm gerelateerde ongemakken. Vooral maagzweren komen vaak voor en zijn een oorzaak van problemen met rijden.

Gebruikerstest

Er zijn aanwijzingen dat gistproducten helpen bij maag en darm gerelateerde ongemakken. Door een gebruikerstest te doen met paarden met (bij voorkeur bewezen) maag- en/of darmklachten willen we onderzoeken of ons probiotisch middel daar een oplossing voor kan zijn. De Groene Os is niet in de gelegenheid zelf gastroscopisch onderzoek te (laten) doen bij paarden, dus hebben we ons beperkt tot klinisch waarneembare symptomen die in het algemeen geassocieerd worden met ongemakken in het maagdarmgebied.

Wil je meer weten over ons product waarmee we de test hebben uitgevoerd? Stuur ons een [mail](#) en we komen zo snel mogelijk bij je terug! Vanwege de Europese Claimsverordening kunnen we op deze plaats helaas geen link plaatsen.

De samenstelling van dit product

Sacharomyces cerevisiae SC47 / CNCM I-4407 (levende gist), Leonardiet, Acacia, Sacharomyces cerevisiae (gist), Cichoreiwortelpoeder, Clinoptiloliet, Gist, Butyraat en L-Threonine.



Opzet van de test

We verzamelden 20 paarden en/of pony's met klachten/gedragingen die we in het algemeen associëren met maag-darmongemakken, zoals:

- veel geeuwen
- luchtzuigen
- irritatie bij aanrakingen aan de buik of flanken
- mager blijven
- singeldwang

De deelnemende dieren kregen gedurende 2 maanden het product volgens het huidige gebruiksvoorschrift (1 of 2 maatscheppen per dag). Halverwege en aan het einde van deze periode werd een evaluatie gedaan van de ervaringen.

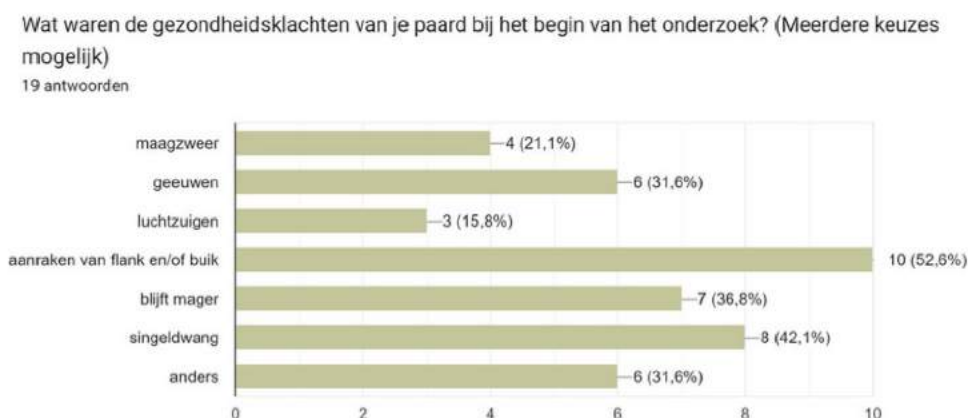
Conclusies

De gebruikerstest met het probiotische middel met o.a. gisten laat zien dat het een oplossing kan zijn bij buik gerelateerde klachten. De meerderheid van de deelnemers zag verbetering in het gedrag van het paard bij aanraken en aansingelen. De mest verbeterde en de eetlust ook. Geeuwen en luchtzuigen zagen we niet echt verbeteren met dit product.

Dat het in een aantal gevallen weinig effect had, kan te maken hebben met de oorzaken van de klachten (zie hierboven). Dan is er waarschijnlijk sprake van een dysbiose en adviseren we om een algeheel darmherstelplan te volgen.

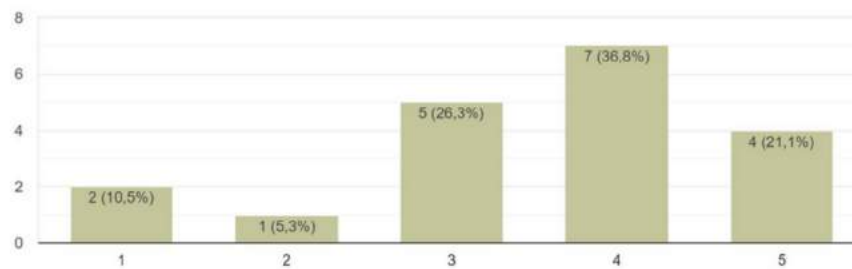
Dus concluderend kunnen we zeggen dat een probiotisch middel met gisten verbetering en verlichting kan geven bij discomfort in het maag- en darmengebied. Gedrag, zoals irritatie bij aanraken en singeldwang, liet verbetering zien, net als de eetlust en de algemene uiting van tevredenheid van het dier. 50% van de deelnemers zag binnen 3 weken verbetering optreden.

De resultaten



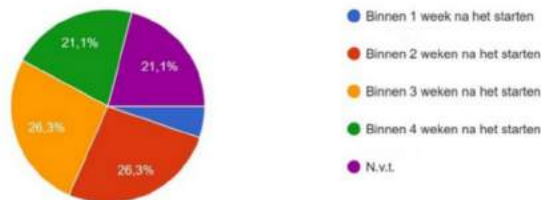
Welke cijfer zou je de mate van verbetering geven?

19 antwoorden



Binnen welke termijn na het starten merkte je eventueel veranderingen in gezondheid of gedrag op?

19 antwoorden



Reacties van deelnemers

Hieronder enkele opmerkingen die deelnemers maakten naar aanleiding van hun ervaringen met dit product bij maag- en darm gerelateerde ongemakken:

- “De mok die ze al langere tijd had is echt helemaal weg nu. Ze ziet er verder ook goed uit. Glanzende vacht en genoeg energie.”
- “Paard is aangekomen in gewicht. Eet nog heel traag, maar eet wel bijna altijd wanneer hij gevoerd wordt.”
- “Minder geeuwen, minder ‘boos’ bij aanraken buik.”
- “Strakkere buik, minder winden, minder gestrekt gaan staan en daardoor nu vele complimenten van mensen dat hij in top(sport)conditie is.”
- “Minder bolle buik en goede mest.”
- “Ik zou dit product graag ook aan onze andere paarden willen gaan voeren.”
- “Er is duidelijk verbetering. Ik ga het nu ook testen met twee andere paarden. Eentje altijd heel gevoelig aan de maag en overgang duodenum. Benieuwd wat het hiervoor doet.”
- “Goede ingrediënten zonder toegevoegde onzinnige dingen en goed resultaat.”

Het ging niet altijd even goed

Zag je nog meer verbeteringen? - “Niet echt, leek even iets beter te gaan, maar is nu weer erg gevoelig en boos met aanraken.”

Die laatste opmerking kwam nog een tweetal keer voor. Waarschijnlijk zijn er dan nog meer punten die aangepast moeten worden voor het betreffende dier om tot een ideale situatie te komen.



**Welke kruiden kun
je inzetten?**

Welke kruiden kun je inzetten?

Uit onderzoek blijkt dat kruiden, bijvoorbeeld in de vorm van een voedingssupplement, goed kunnen worden toegepast om te helpen bij maagproblemen en/of luchtzuigen bij paarden. Het gebruik van kruiden (en reguliere medicijnen!) zou altijd ondersteunend moeten zijn aan het aanpassen van voeding (ruwvoer), verminderen van stress, aanbieden van stabiel sociaal contact met andere paarden en zorgen voor ruim voldoende vrije beweging.

Zoethout *Glycyrrhiza glabra*



Zoethout ken je vast van de stokjes bij de ouderwetse drogisterij. Het is echter ook een heel waardevol kruid voor verschillende therapeutische doeleinden. Zoethout wordt traditioneel gebruikt om de slijmvliezen te verzachten. Onderzoek laat zien dat *Glycyrrhiza glabra* toegepast kan worden om *Helicobacter pylori* onder controle te houden. *H. pylori* kan leiden tot maagklachten, bijvoorbeeld in de vorm van maagzweren. Een eerder onderzoek liet zien dat het positieve effect op maagklachten mogelijk verband houdt met de anti-oxidatieve werking van deze wortel. Minder bekend is dat zoethout ook als adaptogeen gebruikt kan worden!

Gember *Zingiber officinale*

Gember wordt al duizenden jaren gebruikt bij verschillende klachten. Een van de meest bekende werkingen is de maagversterkende invloed. Er is veel onderzoek verricht naar de eigenschap van gember om misselijkheid tegen te gaan. Uit literatuurstudie blijkt dat gember ontstekingsremmende eigenschappen heeft. Waarschijnlijk is dit het gevolg van het onderdrukken van het enzym cyclo-oxygenase-2, dat betrokken is bij ontstekings- en pijnprocessen.



IJslands mos *Cetraria islandica*



IJslands mos is een bijzonder organisme: het is geen echt mos, maar een korstmos. Dit betekent dat het een wisselwerking is tussen een schimmel en een alg of bacterie. Dit organisme kan overleven in zeer barre omstandigheden. IJslands mos heeft zowel een stimulerende (door de bitterstoffen) als verzachtende (door de slijmstoffen) werking op het spijsverteringsstelsel. In de Europese volksgeneeskunde wordt IJslands mos al langer gebruikt bij verschillende infecties van het maag-darmkanaal. Uit onderzoek blijkt dat IJslands mos inderdaad effectief is bij maagzweren en in sommige gevallen zelfs effectiever dan reguliere medicatie.

Mariadistel *Silybum marianum*

Mariadistel heeft een grote affiniteit met de lever, zo heeft het een belangrijke leverbeschermende werking. Dit gebeurt onder andere door de vorming van nieuwe levercellen te stimuleren, door de anti-oxidatieve werking en door het ondersteunen van de detoxificatie. Mariadistel kan goed worden ingezet in herstelperiodes, bijvoorbeeld na ziekte, bij medicijngebruik of na narcose.



Grote engelwortel *Angelica archangelica*



Grote Engelwortel wordt toegepast om de spijsvertering te ondersteunen. Door de aanwezigheid van bitterstoffen wordt het gebruikt om de eetlust op te wekken. Naast bitterstoffen bevat Angelica flavonoiden (stoffen met een antioxidant werking). Mogelijk is het deze eigenschap waardoor grote engelwortel effectief is tegen maag- en darmzweren.

Pepermunt *Mentha piperita*

Pepermunt werkt ontkrampend op het spierweefsel, waaronder de spieren rondom de maag en darmen. Daarnaast is dit kruid werkzaam tegen verschillende ziekteverwekkers, waaronder *Helicobacter pylori*.



Kamille *Matricaria recutita*



Kamille wordt gebruikt vanwege haar rustgevende eigenschappen. Uit een uitgebreide literatuurstudie naar de ontspannende eigenschappen van verschillende kruiden, blijkt dat kamille werkzaam is bij spanning. Naast het gegeven dat de ontspannende werking van kruiden een positief effect heeft op nerveuze aandoeningen, blijkt uit een ander onderzoek dat kamille ook ontstekingsremmende eigenschappen bezit. Uit dit onderzoek blijkt verder dat het mogelijk deze eigenschappen zijn die bijdragen aan de heilzame werking van kamille bij *Helicobacter*-infecties in het maag-darmstelsel.

Hop *Humulus lupulus*

Hop staat bekend vanwege de aanwezigheid van bitterstoffen. Bitterstoffen werken eetlustopwekkend en bevorderen de spijsvertering. Door de aanwezigheid van vluchtige oliën zijn er ook antiseptische eigenschappen beschreven. Hop heeft een mild kalmerende werking. Deze eigenschap dankt de plant vooral aan de inhoudsstof methylbutenol (of 2-methyl-3-butene-2-ol).



Paardenbloem Taraxacum officinale



Paardenbloem bevordert de afgifte van spijsverteringssappen zoals speeksel, gal en maagsap. Hierdoor ondersteunt het de spijsvertering. Daarnaast werkt paardenbloem eetlustopwekkend.

Vragen?

Heb je vragen over het gebruik van kruiden bij je paard? Onze experts helpen je graag verder! [Stuur een email](#) of bel naar ons gratis holistisch dierenartsensprekuur op woensdagochtend van 9.00 - 10.00 op 023-534 8469.

Bronvermelding

Bronvermelding

Ingolfssdottir K, Hjalmarsdottir MA, Sigurdsson A, Gudjonsdottir GA, Brynjolfsdottir A, Steingrimsson O. In vitro susceptibility of *Helicobacter pylori* to protolichesterinic acid from the lichen *Cetraria islandica*. *Antimicrob Agents Chemother* 1997;41(1):215-7.

Millares-Ramirez EM, Le Jeune SS. Girthiness: Retrospective Study of 37 Horses (2004-2016). *J Equine Vet Sci*. 2019 Aug;79:100-104. doi: 10.1016/j.jevs.2019.05.025. Epub 2019 Jun 8. PubMed PMID: 31405487.

Mills S, Bone K. Principles and practice of phytotherapy, modern herbal medicine. Churchill Livingstone, Edinburgh, 2000 EAN 9780443069925.

Mukherjee M, Bhaskaran N, Srinath R, Shivaprasad H, Allan J, Shekhar D, Agarwal A. Anti-ulcer and antioxidant activity of GutGard. *Indian J Exp Biol* 2010;48(3):269-74.

Newall CA, Anderson LA, Phillipson JD. Herbal medicines, a guide for health-care professionals. The Pharmaceutical Press, London, 1996.

Puram S, Suh HC, Kim SU, Bethapudi B, Joseph JA, Agarwal A, Kudiganti V. Effect of GutGard in the management of *Helicobacter pylori*: a randomized double blind placebo controlled study. *Evidence-based Complement Altern Med* 2013;263805.

Reurich, J. Het effect van voedingssupplementen op het luchtzuiggedrag bij paarden. Een placebo gecontroleerd, dubbelblind onderzoek. Faculteit der Diergeneeskunde, Universiteit Utrecht, Utrecht, 2005.

Sarris J, McIntyre E, Camfield DA. Plant-based medicines for anxiety disorders, part 2: a review of clinical studies with supporting preclinical evidence. *CNS Drugs* 2013;27(4):301-19

Weezel Errens A. Het Nieuwe Voeren Praktisch handboek voor een beter paardenwelzijn, Media Boekservice, Eerbeek, 2021 EAN 9789056000295

Wulff M, Tilford G. Herbs for Pets The Natural Way to Enhance Your Pet's Life, CompanionHouse Books, Mount Joy, 2009 Herbs for pets EAN 9781933958781

Zaidi SF, Muhammad JS, Shahryar S, Usmanghani K, Gilani AH, Jafri W, Sugiyama T. Anti-inflammatory and cytoprotective effects of selected Pakistani medicinal plants in *Helicobacter pylori*-infected gastric epithelial cells. *J Ethnopharmacol* 2012;141(1):403-10.



DE GROENE OS

DERKRACHT UIT DE NATUUR

Copyright

Natuurlijk kun je dit e-book doorgeven aan iedereen die interesse in heeft in natuurlijke gezondheid voor dieren - graag zelfs - zolang je

De Groene Os maar vermeldt als bron of een weblink legt naar

www.degroeneos.nl.

© De Groene Os

| maart 2024 |

www.degroeneos.nl



DE GROENE OS

OERKRACHT UIT DE NATUUR

contact

Rozenstraat 149-151
2011 LT Haarlem
023-5348469

info@degroeneos.nl
www.degroeneos.nl

 [_degroeneos.nl](https://www.instagram.com/_degroeneos.nl)

 [_degroeneos](https://www.facebook.com/_degroeneos)
