

Dokteren met supplementen

1. Een poedertje zus, een druppeltje zo. Paardenliefhebbers zijn niet vies van een supplementje extra. Alles voor het paard en baat het niet, dan schaadt het ook niet, toch? Niet helemaal waar, zegt dierenarts Chantal Elzinga. 'Overdaad aan een bepaalde stof kan juist een averechts effect hebben.' Hoe zit dat?

TEKST: IRENE MELLEMA | FOTO'S: REMCO VEURINK / HOEFLAG

2. **U**iteraard willen we allemaal het beste voor ons paard. Gezonde voeding is van groot belang. Vitaminen en mineralen zijn essentieel voor mens en dier, een tekort kan nare gevolgen hebben. Dus stoppen wij onze paarden voor de zekerheid graag iets extra's toe, een supplement. Het woord supplement betekent letterlijk: 'iets extra

het ruimhartig aan. Vanzelfsprekend omdat we natuurlijk het beste voor ons paard willen.

Ruwvoer, basisbrok, liksteen

- 4 Maar, er schuilt ook gevaar in het zelf toedienen van supplementen. Immers, stoffen die onmisbaar zijn om effectief te functioneren kunnen in een te grote hoeveelheid juist

giftig zijn. Een paar voorbeelden: in korte tijd een heel grote hoeveelheid onschuldig

'Sommige vitamines worden gewoon weer uitgeplast'

toevoegen aan'. Iets extra's naast het standaard rantsoen. Vitamine-sputen, kruidenmengsels, gewrichts-smeersels of kalmerende poedertjes...

3. De keuze van vrij verkrijgbare supplementen is enorm. Welke supplementen worden veel gebruikt, waar zijn ze voor en helpt het? Raadpleeg het internet en er zijn talrijke ervaringen te vinden online. Veel sites bieden supplementen aan met een uitgebreide omschrijving van de werking. Het lijkt of er voor elk kwaaltje een oplossing in een potje voorhanden is. En dus sparen we kosten noch moeite en schaffen we

lijkend water drinken, kan levensbedreigend zijn. IJzer is ook zo'n stof die mens en dier nodig hebben. Bij ijzergebrek voelen we ons snel vermoeid en raken we in no-time buiten adem. Een ijzeroverschot in een paardenlijf geeft echter óók vermoeidheid. Een te grote hoeveelheid ijzer stapelt zich op in de lever en uiteindelijk in andere organen.

- 5 Dat kan funest eindigen. Dierenarts Chantal Elzinga, paardenarts bij Equinoord Paardenpraktijk te Marum vindt het hare van het voeren van supplementen. 'In de basis moet de cyclus eten, verwerken en uit-

scheiden goed zijn. Kan het paard met zijn gebit het voedsel goed afgrazen, kauwen en dus opnemen? Wordt het in de darmen correct verteerd waardoor alle voedingsstoffen via de darmwand in het lichaam opgenomen worden? Is de mest van het paard in orde? Die factoren moet je eerst in kaart brengen om een totaalbeeld te krijgen. Dan het voedsel zelf.

- 6 Allereerst heeft een paard goed ruwvoer nodig. Het hele verteringsstelsel van een grote grazer als een paard is daarop ingesteld. Gras, hooi of voordroogkuil zijn ruwvoerders. De kwaliteit van ruwvoer loopt nogal uiteen. Er zijn immers sappige, zwaar bemeste weides vol met gras, maar ook karige, zanderige paardenkampjes met slechts een paar sprietten onkruid. Bekijk dus eerst of het ruwvoerdeel van het rantsoen echt in orde is. Is dat zo, dan

DE DIERENARTS

Chantal Elzinga studeerde in 2002 af aan de faculteit Diergeneeskunde te Utrecht. Sinds 2005 werkt ze als paardendierenarts bij Dierenkliniek Marum, in 2014 is Equinoord Paardenpraktijk ontstaan, een modern opgezette praktijk waarin alle specialisaties voorhanden zijn. Equinoord staat in Nederlands 'dichtst-bepaarde' regio: het Westerkwartier in Groningen. Chantal is erkend allround paarden- en keuringsdierenarts. Haar interesse gaat uit naar paardentandheelkunde, gynaecologie (embryotransplantatie) en wondbehandeling.

IN DE PRAKTIJK

JOHANNA VAN DUINEN (49): 'Mijn negenjarige ruin Carlow (v Johnson) geef ik magnesium. Ik rijd M2-dressuur met hem. Carlow kan best wat stressig reageren, vooral op ander terrein. Toen we een keer op wedstrijd waren en hij weer van alles spannend vond hoorde ik van een instructeur dat magnesium kalmerend werkt en tevens helpt tegen spierpijn. Ik besloot het te proberen en bestel het sindsdien via internet. De dosering staat op de verpakking. Op wedstrijd lijkt Carlow nu wat kalmer, maar dat kan natuurlijk ook komen doordat hij nu meer wedstrijdervaring heeft. Ik ben wel van plan om het supplement te blijven gebruiken omdat het ook goed zou zijn voor de opbouw van botten en spieren.'

RIANNE HARTLIEF (28): 'Mijn zesjarige Friese merrie Femke (v. Haitse) was al nooit de vlugste, maar langzamerhand kreeg ik toch het idee dat ze flegmatieker werd. Ik verhoogde de hoeveelheid krachtvoer, veranderde van merk, maar zonder resultaat. Een kennis vertelde dat haar paard bloedarmoede had en daarvoor een ijzersupplement kreeg wat hielp. Ik ben toen ook extra ijzer gaan voeren. Helaas hielp het niet. Nadat ik toch de veearts belde bleek waarom, Femke heeft artrose in beide voorbenen waardoor ze letterlijk geen loolust meer had. Daar is natuurlijk geen supplement tegen opgewassen. Ik schrok erg toen ik hoorde dat het zelfs averechts kan werken. Met de juiste medicatie voelt ze zich nu gelukkig veel beter.'

volstaat een liksteen erbij. Het paard kan zo zelf in de zoutbehoefte voorzien. Dat kan gerust zo'n wit vierkant blok zijn, of de variant die speciaal voor paarden is samengesteld. Een paard of pony die dag en nacht in het land loopt en verder niks hoeft te doen blijft met zo'n dieet prima fit. Wordt er af en toe gewerkt met het dier dan kun je wat basisbrok gaan bijvoeren.'

Overdaad

7 'Pas wanneer een paard drachtig is, een veulen zoogt, veel moet dekken of intensief getraind wordt (denk aan endurance, samengestelde (men)wedstrijden of de hogere dressuur-/springsport) is aanvulling in de vorm van een sportbrok nodig. Vooral op pensionstallen is de eigenaar tegenwoordig heel wat tijd kwijt aan een voerbeurt. Voor elke box staat een keur aan potjes en poedertjes met allerhande supplementen.

8 Paardenbezitters speuren het internet af naar een oplossing voor een (vermeend) kwaaltje of een

onpraktische eigenschap van hun paard. Ook de fokkerij speelt hier indirect een rol, menig stamboek gaat bij hun fokkerijbeleid uit van een topsporter. De bloedmooie en hete dressuurpaarden die met veel bravoure en souplesse door professionals tussen de witte hekjes worden voorgesteld zijn voor menig ruiter die na werk of school ontspannen wil rijden, te ingewikkeld en veel te loolustig. Populaire paardenwebsites worden afgestruind, ervaringen uitgewisseld en prijzen vergeleken alvorens er een supplement gekozen wordt dat een kalmer paard in het vooruitzicht stelt. Door het placebo-effect (de ruiter denkt dat het werkt) lijkt het paard kalmer en vervolgens ontspant de ruiter, wat weer doorwerkt op de hulpen en dus het paard. Ruiter blij, paard blij, commercie blij... zou je zeggen.'

Op de mesthoop

9 'Toch schuilt er gevaar in het zomaar voeren van supplementen. Er kan een averechts effect ontstaan bij te veel van een bepaalde stof.



Supplementen zijn lang niet altijd nodig en kunnen zelfs een averechts effect hebben.

Zo gebeurt het regelmatig dat een slecht-etend of wat schraal paard uit bezorgdheid een vitaminespuit krijgt. Sommige vitamines lossen op in water, die spoelen bij een overschot via de urine gewoon het lichaam weer uit. Duur aangeschafte supplementen belanden dan op de mesthoop. Andere lossen op in vet, deze blijven veel langer in een paardenlijf aanwezig en kunnen 'stapelen'. Sommige vitamines en mineralen waren er misschien al voldoende waardoor een overschot ontstaat. De bijwerking 'slechte eetlust' is dan niet ondenkbeeldig. Waren er wel tekorten, dan worden die met één incidentele spuit niet opgeheven. Neem dus de oorzaak weg en niet alleen het gevolg; check eerst of de basisvoorwaarden van het rantsoen in orde zijn. Blijft het paard nog steeds achter in conditie, vraag dan je dierenarts om bloedonderzoek. Alleen zo is vast te stellen waar jouw paard echt behoefte aan heeft. Wie het echt niet kan laten en toch multivitaminen wil geven: kies een degelijk merk en voer het wat langere tijd. Zolang de dosering op de verpakking opgevolgd wordt, kan dit niet zo snel kwaad.'

10 Chantal vervolgt: 'Magnesium is nu 'hot'. Het wordt door de commercie

'Alleen grondig onderzoek kan tekorten vaststellen'

gepromoot als middelje tegen te drukke paarden, het zou kalmerend werken. Inderdaad zijn er paarden met een magnesiumtekort, het lijkt zich vooral bij Friezen voor te doen. Echter, wij schrijven bij constatering van een magnesiumgebrek na bloed en/of klinisch onderzoek dit supplement juist voor aan paarden die futloos zijn, het dier fleurt dan op en wordt levendiger. Zelfs supplementen zijn aan mode onderhevig. Enige tijd terug werd glucosamine en biotine veel gebruikt, nu is magnesium en vitamine E/selenium



FOTO: REMCO VEURINK

Aan goed ruwvoer en een liksteen, eventueel aangevuld met goed krachtvoer hebben de meeste paarden genoeg.

in trek. Hoewel dit veel door eigenaren wordt gevoerd, is de marge op overdoseren bij selenium smal, oftewel, het dier krijgt gauw te veel. Bij een overschot aan deze stof vertoont het paard vergiftigingsverschijnselen. Om stijve gewrichten soepeler te maken wordt glucosamine aangeraden. Je kunt je afvragen hoeveel dit bijdraagt aan de opbouw van een gewricht, hoeveel van die stof komt daar nu werkelijk terecht? Verder zijn er wat neurologische aandoeningen waarbij het paard wel baat kan hebben bij vitamine B. Ook dan geldt, eerst

gericht onderzoek doen alvorens je dit 'zomaar' gaat geven.'

Niet overdrijven

11 'Elektrolyten kun je wel zelfstandig voeren, maar alleen wanneer je paard heel regelmatig echt zwaar werk moet doen en daarbij hevig zweet. Tezamen met het transpiratievocht verliest het paard zouten en mineralen die je met een zakje elektrolyten door het water aan kunt vullen. Dat is echt niet nodig wanneer jouw paard op een zomerse dag eens een keer flink gezweet

heeft, wat sabbelen aan de liksteen is dan voldoende.'

12 Conclusie: wie zijn paard gezond wil houden kiest voor een basis van kwalitatief goed ruwvoer, verstrekt een liksteen en vult het rantsoen aan met goede brok wanneer dit echt nodig is. Laat een paardenarts het paard altijd eerst grondig (bloed en/of klinisch) onderzoeken voor je onschuldig lijkende supplementen geeft. Alleen via onderzoek kan worden vastgesteld of er tekorten zijn en hoe je die het beste aanvult. Laat de dierenarts adviseren wel supplement het beste is voor het paard. Hoewel in aanschaf soms duurder, heb je uiteindelijk meer rendement van een hooggeconcentreerde stof met een lage dosering, dan van een goedkope variant waar minder in zit en meer van nodig is. ◀

EXTRAATJE? WEL EVEN OPLETTEN

Houd je altijd aan de voorgeschreven hoeveelheid van een supplement. Check ook het dopingreglement wanneer je wedstrijdpaard supplementen krijgt. Veel stoffen staan op de verbodsjijst en zijn nog lang tracerbaar in het paardenlichaam.