

Hold av sportshester, oppstalling kontra utegang.

**Oppgaveteksten:
Velg en praktisk situasjon fra dyr/dyrehold
som viser sammenhengene mellom dyrenes
forutsetninger fra naturen og de leveforhold
som tilbys.**

Heidi Bye Svartangen

Kull V2

12.6.2007

**Semesteroppgave i Veteropati
Norsk Akademi for Naturmedisin**

Innholdsfortegnelse

Sammenfatning.....s 3

Innledning.....s 3

Hoveddelen

Historien bak hestehold

Hestens opprinnelige levestandard.....s 5

Temming av hesten.....s 6

Utvikling av sportshesten.....s 7

Hestens naturlige forutsetninger

Anatomisk og fysiologisk.....s 8

Mentalt.....s 10

Dagens hold av sportshester

Hvordan.....s 11

Hvorfor.....s 12

Fordeler og ulemper.....s 13

Utegang

Hvordan.....s 14

Hvorfor.....s 17

Fordeler og ulemper.....s 18

Analyse

Stall kontra utegang.....s 19

Konklusjon

Tilbake til det naturlige hesteholdet.....s 26

Litteraturliste.....s 27

Sammenfatning

På en gjennomsnittlig sportsstall frarøves hestene deres naturlige forutsetninger for et sunt og godt liv. Noen av momentene er at hestene trenger mer bevegelse, konstant inntak av grovfor, en flokk å høre til i og unngå skoing, unødvendig bandasjering og dekken bruk. Det vises til hestens naturlige utgangspunkt både historisk, fysiologisk/anatomisk og mentalt. Utegang vil kunne gi hesten tilbake mye av det naturlige levesettet, de vil kunne bevege seg hele døgnet noe som vil føre til en sunn muskelmasse og god sirkulasjon, konstant tilgang på grovfôr vil gi en normal og sunn fordøyelse, naturlig bakkekontakt for høvene gir en hest som er stødig på foten. Muligheten for å leve i flokk vil gi en trygg og psykisk sterk hest, en naturlig kroppsholdning både ved hvile og spising gir mindre problemer med luftveiene. Uten dekken vil hesten kunne regulere varme og kjøle funksjonen optimalt. Vanneksponering av høver er en nødvendighet for fleksibiliteten. Åpne og trygge hvileplasser gir en opplagt og frisk hest. Alle momentene blir analysert med syn på både innestall og utegang.

Innledning

Helt siden jeg var 7 år har jeg jobbet med sportshester og hele tiden trodd at hestene hadde det best mulig. Etter å ha lært mer om hestens naturlige utgangspunkt og dens anatomiske og fysiologiske forutsetninger, ser jeg at en sportsstall ikke er det perfekte hestehjem.

Hestene i stallen der jeg jobbet sto stort sett inne i 23 timer i døgnet, og de beste hestene fikk aldri gå på beite da eierne var redd for at de skulle bli skadet. Ved 8 års alder ble jeg hestepasser for en av datidens beste, norske dressurhester, som ble min aller kjæreste venn i mange år fremover. Denne oppgaven vil jeg dedikere til hans minne, for alt det han lærte meg og alle de gode stundene.

Han er grunnen til at jeg ville skrive om sportshesters stallhold kontra utegang.

Da han i en alder av 23 år ble pensjonert og jeg tok ham hjem til småbruket vårt hvor han fikk gå ute hele dagen, ble han som en ny hest. Høvene ble sterkere og sunnere, pelsen fikk tilbake sine naturlige egenskaper, da han sto uten dekken hele året. Beina var ikke lenger hovene hver morgen, faktisk måtte hadde han tidligere ha på varmebandasjer hver natt på alle fire beina for å ikke ha bein som tømmerstokker om morgenen. Han ble mindre stiv og beveget seg lettere. Da han måtte avlives i en alder av 27 år på grunn av en ulykke vil jeg påstå at han faktisk var i bedre form enn han hadde vært i de siste 10 årene.

Denne oppgaven vil ta for seg sportshester på stall kontra på utegang, de forskjellige ulempene og fordelene ved disse to typene hestehold.

Jeg vil sette fokus på hesten naturlige forutsetninger via det historiske aspektet innen hest, hvor den kommer fra, temmingen og dens naturlige forutsetninger. Jeg vil i den historiske delen ikke gå inn på hestens forfedre i stor grad, men konsentrere meg om de naturlige forholdene den stammer fra, hvordan den lot seg temme og utviklingen mot sportshest.

Oppgaven vil rette søkelyset på hold av sportshester, hester som forventes å yte maks hele tiden, som trenes kraftig og absolutt burde få de beste leveforholdene som mulig. Hold av sportshester på innestall vil settes opp imot hester på utegang, fordeler og ulemper vil bli belyst ved begge aspekter.

Oppgaven vil være å finne ut hva som er det beste for hesten, og hva som er gjennomførbart i et normalt hestemiljø.

I konklusjonen skal jeg kaste lys over hvordan vi kan komme oss tilbake til et naturlighestehold og likevel kunne drive hestesport på et høyt nivå.

Historien bak hestehold

Hestens opprinnelige leveforhold

Hesteflokker vandret rundt over hele Eurasia og utviklet seg til flere underarter, både små og store typer. Flere typer døde etter hvert ut, og da menneskene kom inn i bildet var det bare to typer igjen. Den typen som vi antar at menneskene har omgjort til tamhesten er mest sannsynlig Tarpanen. Denne typen fantes fortsatt i små flokker på 1800 tallet (Bergliot Børresen 2006).

Hestene gresset på store sletter, deres hovedinntak besto av gress, men de spiste også døde smådyr og røtter. Smådyrene ga ekstra proteiner og røttene ekstra energi.

Gresset skulle være nytt og kortvokst, om vinteren spiste hesten de tørre stråene som dukket opp under snøen (Børresen 2006).

Hestene levde i åpne landskap og var vant til full oversikt og mye vind. De er utviklet for å løpe, deres beinsystem er spesialisert til å løpe fort og lenge. Sammensetningen av sener og muskler og det at de går på bare en tå gjør at de sparer energi. De levde over store områder og beveget seg mellom gressletter og drikkevann hele tiden (Hiltrud Strasser 2003).

Hestene har et eget ståapparat som gjør det mulig å sove stående, de hekker kneskåla opp på en liten utbuktning, slik kan de hvile men likevel være klar for flukt. Men de er avhengige av å ligge for å få den dype søvnen, og da er det godt å ha en flokk. Når hester sover er det alltid en av hestene i flokken som står og passer på (Børresen 2006).

Hestene hadde sterke familiegrupper ofte bestående av en hingst og to-tre hopper og deres avkom (Børresen 2006). Dr med vet Bergliot Børresen skriver i begynnelsen av sin bok *Hest i Norge*; ”Villhesten har mange fellestrekk med det vi finner hos menneskeapene, i motsetning til det som er vanlig blant andre hovdyr. Derfor er hesten blitt kalt primaten blant hovdyrene.” (Børresen 2002: 12) Hun beskriver videre hvordan hingsten beskytter og ”eier” flokken akkurat som hos primatene og hos begge artene består flokken av hunddyr med

avkom. Hun ser også likheten mellom menneskets nærmeste slektning, pygmèsjimpansen, og hestene i det at det er forholdet mellom hunddyrene som danner samholdet i flokken.

Det hun beskriver er altså hvordan hoppene er kjerne i flokken, den eldste hoppe er den egentlige lederen, hun vet hvor de beste gresslettene er til hvilken årstid og hvor de kan finne vann. Faller hingsten fra er det hun som leder flokken frem til de får en ny hingst. Faktisk vil en flokk bytte hingst flere ganger i flokkens liv.

Hingsten fungerer som en beskytter og i gjengjeld får han bli far til de fleste føllene.

Hester er egentlig ikke så territorielle, de deler områdene med flere andre grupper, men de deler ikke sin egen flokk. Hingstene passer godt på at ikke andre får komme og røve hopper (Børresen 1999).

Temming av hesten

I Frankrike har de funnet en hestetann som viser tydelig slitasje fra luftsluking, dette er en vanlig uvane våre hester har, men denne tannen er 30000 år gammel. Luftsluking kommer når en hest står lenge og kjeder seg, de biter fast tennene i et tre, en kant og lignende og regelrett sluker inn luft. Dette er spor fra en hest som har stått bundet og kjedet seg, og med så tydelig slitasje på tannen har den nok levd sammen med menneskene en stund (Børresen 2006). Vi ser at allerede da frarøvet vi hesten dens naturlige levemåte og fremprovoserte unaturlig oppførsel.

Hester ble brukt både som trekkdyr og ridedyr opp gjennom historien, men den ble først sett på som kjøttkilde. Hoppemelken var også ettertraktet, den lagde de en gjæret drikk av (Børresen 2006). Den viktigste bruken av hest ble etter hvert muskelkraften. Plutselig kunne menneskene bevege seg raskere enn de kunne løpe, og jakt på raskt løpende dyr ble lettere. Menneskene kunne få hjelp til å frakte med seg tingene sine under nomadelivet (Børresen 2006).

Hesteholdet spredte seg raskt og mange målte sin rikdom i hvor mange hester de hadde. En flott ridehest var dyr i drift og viste rytterens makt og status. Hesten utviklet seg til flere forskjellige "raser" ved å bo i de forskjellige forholdene som menneske tilbød. Noen ble lette og raske, utviklet for å løpe på tørre harde sletter, andre ble tunge og store, utviklet for å trekke og arbeide. Menneskene formet hesten og dens fremtid ble helt i vår makt ettersom de ville hestene døde ut (Børresen 2002).

Utvikling av sportshesten

Biler og drivstoff tok over hestens rolle som fremkomstmiddel, traktorer og jordbruksmaskiner tok over gårdarbeidet og hesten forsvant ut av dagliglivet.

Men noen beholdt sine hester, særlig de store arbeidshestene som fortsatt ble brukt i skogsarbeid. Tiden viste at selv om hesten ikke trengtes i dagliglivet var den fortsatt ønsket i lek og hobby (Børresen 2002).

Det vokste frem forskjellige sporter hvor hestene ble presset til å utnytte sine egenskaper, travløp, galoppløp, sprangridning, dressur, feltritt og lignende. Hestens naturlige egenskaper ble utnyttet og det ble raskt en avling innen hver sport for å fremheve de egenskapene en ønsket. Menneskene fortsatte å forme hesten etter sin interesse.

Det moderne hesteholdet er utviklet for vår fornøyelse, dette er en hobby, noe vi gjør for moro, avslapning, trening, vi trenger ikke lenger hesten til å hjelpe oss med arbeidet, vi driver med hest fordi vi velger å bruke tiden vår på det.

Hestens naturlige forutsetninger

Anatomisk og fysiologisk

Hestens kropp er bygget for å løpe, de er fluktdyr. Allerede noen minutter etter fødsel reiser de seg og er klare for sine første steg, ganske raskt løper de ved siden av mor. Slik unngår de å bli ulvemat, det er helt avgjørende for en hest å raskt komme seg på beina og kunne flykte. Selve fødselen går også raskt for at den sårbare tiden hvor mor og føll ligger nede skal være så kort som mulig (Børresen 2002).

De må hele tiden finne de beste beiteområdene, det er ofte langt mellom vannhullene og de må være klare for flukt fra rovdyr. På denne måten har de utviklet en kropp for bevegelse og for beiting, hestens to viktigste egenskaper for å overleve.

Hesten utviklet seg til å gå bare på en tå, noe som har gitt den en fordel i form av fart. Hesten kan løpe raskt og energisparende over lange strekninger. Denne ene tåa, hoven, er utviklet over lang tid som fluktdyr på tørre harde stepper og de har fått flere livsviktige oppgaver (Børresen 1999).

Høvene deres fungerer som ekstra hjerter, de hjelper til med å pumpe blodet rundt i kroppen. Hver gang hesten setter foten ned og legger vekten på den vil den utvide seg og blod strømmes ned. Når hoven så heves, trekker hovveggene seg sammen og blodet pumpes opp igjen (Strasser 2002).

Høvene er bygget slik at hesten kan føle underlaget sitt, slik unngår den å trække hardt ned på for eksempel skarpe steiner eller å snuble i ulent terreng (Strasser 2002).

Hestene står som regel med høvene uti vannet når de drikker og får dermed en naturlig fukting av høvene noe de er blitt avhengige av, uten denne fuktigheten klarer ikke hoven å beholde sin fleksibilitet (Strasser 2002).

Musklene til hesten er skapt for mye bevegelse, laget for et liv med gressing og konstant forflytting til de beste gressområdene og vannforsyninger. Sammensetningen av muskler og

skjelettet gir en eksplosiv styrke, de kan stoppe og starte veldig raskt. Frambeina er konstruert for å bære vekten av hals og hodet i en konstant beitestilling, da hesten bruker mesteparten av døgnet på å beite (Strasser 2002).

De er også konstruert for å kunne hvile og sove stående ved hjelp av ståapparatet. Dette er et avansert system av vinkler og vektstenger av bein, sener, ledd og ligamenter. Men de må ligge ned for å få den dype søvnen (Børresen 2006).

Mage-tarmsystemet til hesten er bygget for å ha nærmest konstant inntak av gress, busker, røtter, og blader. Nanna Luthersson gir en god forståelse for hestens fordøyelsessystem i sin bok, *Den store foderboken*. Hun beskriver hvordan hester gresser kontinuerlig hele døgnet, også mye på natten. Hestens magesekk er relativt liten i forhold til hestens størrelse og den tømmer seg hurtig. Det vil si at en hest ikke kan fordøye store mengder fôr på en gang, men trenger jevnlig påfyll med litt og litt. Det er tynntarmen som tar opp de fleste næringsstoffene, men også den har en hurtig tømningstid og er avhengig av lett fordøyelig mat. Flere av de kornsortene vi forer våre hester med i dag er faktisk veldig vanskelig for hesten å bryte ned, slik som bygg, mais, og hvete (Luthersson 2004).

Hesten har en stor blindtarm hvor hovedfunksjonen er å gjære maten, her bor det millioner av bakterier og andre mikroorganismer som hjelper til med denne prosessen. Det er her hesten får brutt ned cellulosen, som ellers ville være ufordøyelig for dyret. Hester er avhengige av lett fordøyelige plantefibre, og muligheten til å spise litt hele tiden (Luthersson 2004).

Det sies at hestens tenner vokser hele livet, men i realiteten blir de skjøvet utover etter hvert som de slites ned. Rotutviklingen avsluttes ved 14 års alderen og deretter skyves de oppover og hulrommet blir erstattet med spongiøst beinvev og i en alder av 30 år, hvis ikke tidligere, er det ikke mer igjen av tennene og hesten mister dem (www.hestekur.no). Hesten er avhengig av sunne tenner for å få i seg all den maten de trenger, derfor er det viktig med riktig slitasje, altså riktig fôr, så de ikke slites ned for raskt.

Hestens hals og luftveier er anatomisk bygget for å spise mesteparten av maten sin fra bakken, da får den en naturlig kurve på luftveiene. De er også laget for å være ute i frisk luft, luftveiene deres er utviklet for å tåle vind og kald luft, men ikke støv fra flis og muggent høy og dårlig innelima (Strasser 2002).

Hestens hår har muskler som kan styre hvert enkelt hår. Slik kan den løfte hårene for å øke isoleringen i kulde, den kan snu og legge hårene for å regulere luftstrømmen på hudoverflaten (Strasser 2002).

En svett hest vil helst stå med vinden blåsende rett opp i pelsen, slik tørker den raskt og unngår å bli syk (Anne Aamodt, Undervisning NAN 2006).

Hesten regulerer varmen i kroppen ved hjelp av blodårer som trekker seg sammen eller utvider seg etter behov, svettekjertler som fukter huden for å kjøle ned, de kan skjelve for å få opp temperaturen, øke blodgjennomstrømningen (Strasser 2002).

Mentalt

Mentalt er hester avhengige av impulser fra omgivelsene og fra andre hester, de er som sagt flokkdyr. Hele deres sikkerhetssystem bygger på at de er en flokk, når en flokk hviler er det alltid en som passer på. Når de beveger seg over avstander har de tryggheten i flokken, de passer på hverandre, forsvarer hverandre og hjelper hverandre. Hester har et nyansert språk hvor de bruker en kombinasjon av lyder, lukter, kroppsbevegelser, ansiktsuttrykk og mange er også overbevist om deres telepatiske evner. Fra naturens side bruker hesten mye av tiden og kreftene på flokken sin, de har en leder – hingsten eller lederhoppa som vet hvor de skal, hvor det er mat og vann til hvilke tider. (Børresen 2006)

Mentalt eier hingsten flokken, men det er lederhoppa som står for det virkelige samholdet.

Hoppene i en flokk knytter nære bånd, og holder oftest sammen selv uten en hingst.

Hester leker også mye, de steller og koser med hverandre, dette knytter sterke bånd innad i flokken og mellom enkeltindivider (Børresen 2006)

Akkurat som hos mennesker så er den sosiale delen av livet viktig for den mentale helsen.

De er avhengige av åpne plasser og god oversikt, hester er fluktdyr og er skapt for å kunne se nesten hele verden rundt seg når de står. Derfor vil de trives best på steder der de kan stå på høyder og se utover (Børresen 2002).

De er laget for å bevege seg og for å lete etter noe å spise/drikke, og deres mentale tilstand er blitt avhengig av å ha noe å finne på hele tiden.

Dagens hold av sportshester

Hvordan

Som sportsrytter med over 20 års fartstid på ridesenter, rideskole og konkurranser, både som hestepasser og som konkurrerende rytter, har jeg sett mange staller rundt om i Norge.

Sportshester i dag holdes stort sett i store staller, hvor det viktigste er gode fasiliteter, dvs ridehus, utebane, avskritningsmuligheter og mulighet for slipp i paddock.

Hestene står det meste av tiden på boks, hvor de fôres tre – fire ganger om dagen, med fast fôrmengde til faste tider. Prisen på oppstallingen regnes ut i fra fast pris på boks og mengde fôr. Hestene står oftest på strø, de måkes for en gang om dagen, hvor det ca hver tredje dag fylles på med litt nytt strø.

I og med at stallene ofte er store med så mange bokser som mulig for at det skal være lønnsomt, vil mulighetene for utslipp begrense seg. Ofte får hver hest gå ute maks to-tre timer om dagen på et lite, gruset areale, oftest alene. Hestene blir stort sett ridd hver dag, med varierende lengde og intensitetsnivå ut i fra hva de trenes til. Konkurranshesterne som brukes på elitenivå trenes hardt og går faktisk minst ute da eierne er redde for skader.

Konkurranshestene blir lite ridd utenfor ridebaner, får lite annet stimuli enn trening og bokshvile.

Hestene står mye med dekken slik at de ikke setter tykk pels og dermed ikke svetter for mye ved trening. De bruker mye beskyttelse på bein, som varmebandasjer inne for å unngå hevelser. Belegg, og bandasjer brukes ved ridning og utslipp for å minske risiko for skader. De skos fordi det er det de alltid har gjort, min erfaring er at barfot ikke er et tema. I alle mine år i dressurmiljøet var det aldri en diskusjon om å ikke sko.

Hestene føres stort sett fra krybbe eller høynett og føres med mengder som ikke justeres ut ifra dagens energibehov, de får den samme mengden hver dag. Høy føres også bare ved de faste måltidene, resten av tiden står hesten uten fôr.

Ofte har boksene lite utsikt til omverdenen og de får ikke kontakt med nabohesten.

Jeg vil understreke at dette er min egen erfaring og det er sikkert staller der ute som ivaretar hestens naturlige forutsetninger på andre måter enn dette.

Hvorfor

Jeg tror at grunnen til at de store stallene har et slikt opplegg som beskrevet ovenfor er dels av økonomiske grunner og dels at det er lettvinnt. De som driver disse ridesentrene leier ut bokser for å tjene penger, de er derfor interessert i å få plass til så mange hester som mulig og for å ha minst mulig utgifter. Det å ha hesten sin på en velprofilert stall vil kunne koste ca 6-7000 kr i mnd inkl fôr og fasiliteter.

Dagens hesteeiere har ofte dårlig tid, de har skole, jobb, andre aktiviteter i tillegg og hesten er bare en av mange ting de fyller dagen med. Ofte er eieren i stallen 1-2 timer om dagen og den tiden brukes stort sett til å trene, det blir liten tid til sosialt samhold med hesten eller lek.

Hesten er for eieren blitt en sport og ikke en kamerat.

Sportshesten er for noen blitt en prestisje sak, de vil ha de beste hestene og vinne de høyeste klassene, eller de vil vinne mest penger.

Noen har selvfølgelig hest for trivselens skyld eller som en venn på gården, men de som driver aktivt innen hestesport er avhengige av treningsmuligheter, ridebaner, travbaner, galoppbaner, sprangtrening. Hesten skal trenes hver dag, den skal utvikles og bli bedre, rytteren vil vinne!

Igjen vil jeg understreke at dette er min egen oppfatning av miljøet.

Fordeler og ulemper

Det å ha hesten sin på en stor stall vil gi gode treningsmuligheter, en har ofte flere å trene sammen med. Det sosiale er viktig når det gjelder hestesport, unge ryttere(og gamle) finner ofte sine beste venner mens de måker hestepærer. Man kan begynne som hestepasser for de som er eldre og en kommer inn i miljøet tidlig selv om en ikke har egen hest. Ofte er det mange som driver innen den samme grenen og en støtter og hjelper hverandre. Flere kan dra på stevner sammen og dele på utgiftene. En slipper å ha ansvaret for hesten 24 timer i døgnet, men betaler noen andre for å passe på. De færreste har selvfølgelig ikke muligheten til å kunne bygge stall hjemme og takket være slike store ridesentre kan alle ha muligheten for å ha en hest. Ved hjelp av slike hestesentre vokser det frem store miljøer som holder hestesporten i hevd og en får ofte ”ekspert hjelp”. Det er ofte rideskoler tilknyttet stallene hvor nybegynnere kan lære å ri og miljøet vokser videre. Disse er alle fordeler med å ha hesten på en stor stall, men det er fordeler kun for rytteren, ikke hesten. Utfordringen må være å beholde alle disse fordelene og i tillegg ta vare på hestens interesser.

Hestens fordeler med å få stå i en stor stall er at det er andre hester der. Selv om de kanskje ikke får stå sammen så er det hester rundt dem og de står i bokser ved siden av hverandre. De ser andre hester mens de trenes og kanskje går de på tur sammen. De får ofte mye

menneskelig kontakt og blir forhåpentligvis trent hver dag. I slike staller er det ofte mange unge ryttere som steller og duller mye med hestene.

Hvis vi nå går over til å se på ulempene vil jo den økonomiske utgiften være et stort minus for menneskene, det koster å drive med hest og hvis en ikke har en god trav eller galopp hest så er det ikke så mye penger å tjene. Hestesport er en utgiftssport, i alle fall i Norge.

For hesten er det langt flere ulemper enn fordeler med å stå på stall. De står mye inne, får lite kontakt med andre hester, ofte sultne, kjeder seg, sko på beina, lite bevegelse, dårlig sirkulasjon i kroppen, dårlig utsikt, og lite mentalt stimulering bare for å nevne noen. Disse ulemper vil bli gjennomgått grundigere senere i oppgaven.

Utegang

Hvordan

I Hiltrud Strasser sin bok, *Et sunt og naturlig hesteliv* (2003) beskriver hun hvordan vi best kan gi våre hester tilbake deres naturlige levemåte ved hjelp av utegang. Få av oss har 800 dekar å tilby hesten vår, men det er en del ting vi kan tilrettelegge for at hesten skal få et langt og sunt liv. Strasser beskriver at den beste måten å gjøre dette er å la hesten gå ute 24 timer i døgnet, med et ly for vær og vind. Det beste er et leskur med tre vegger som ligger høyest på beitet, slik at vannet renner unna og hesten får god oversikt. Vi må huske at hester er fluktdyr og trenger å kunne følge med for å føle seg trygge. Det er viktig at leet holdes rent og tørt slik at dette blir et sted hvor hesten kan hvile seg til enhver tid. Jo Bird understreker i sin bok *Naturlig Hestehold* (2004) hvor viktig det er at hesten også kan gå rundt hele leskuret, slik at det kan ha oversikten.

En annen viktig ting Strasser poengterer er at hestene bør gå barfot. Vil du ha en hest som tåler å gå på grusveier, må du legge grus på deler av beitet, gjerne der du legger ut fôr og vann

slik at de står på det en stund hver dag. Slik unngår du at hesten blir sårbeint når du rir, for høvene tilpasser seg underlaget og hvis den bare går på gress kan en ikke forvente at den klarer å gå på grus uten å føle smerte. Høvene er faktisk følsomme og hjelper hesten med å kjenne seg frem i terrenget. En hest uten sko snubler mindre enn en hest med sko.

Jeg vil ikke gå nærmere inn på alle barfot fordelene, da det er et så omfattende tema som ikke får plass her, men de kan studeres grundig i Strassers *Et sunt og naturlig hesteliv* (2003).

Strasser viser også til at en burde legge vannet og fôret i hver sin ende av beitet, slik blir hesten invitert til å bevege seg mer. I naturen ville den gå og gresse og finne mat hele døgnet, mens våre hester er vant til å få maten servert.

Videre legger hun vekt på viktigheten av at hestene får gå i flokk, de er sosiale dyr som har et behov for tilhørighet. De vil være sammen, men det betyr ikke at alle hester er venner. Jeg synes alltid det er viktig å bemerke at flokk er viktig, men hestene må få velge selv om de passer sammen. Blir ikke en hest tatt med i flokken eller den støtes ut av en flokk, er det viktig at vi følger med og flytter den til en annen flokk hvor den forhåpentligvis passer inn. Det er ikke noen grunn til å bare se på at de andre hestene plager den, husk at det er vi som har sperret de inne. I naturen ville hesten ha flyttet seg unna og funnet en ny flokk selv, det har den ikke mulighet til her. Det er altså veldig avgjørende at vi mennesker har kunnskap nok til å lese hestene og at vi vet hvordan de ville ha levd fra naturens side. Vi må sette sammen flokker som vi vet får en naturlig sammensetning. En hingst bør gå sammen med to, tre hopper, eller hvis en har et veldig stort område kan en sette flere flokker sammen der og de vil finne ut av inndelingen selv. Vær beredt på at hingster kan sloss kraftig. En kan også sette hingster sammen, men da må det ikke være hopper i nærheten, Hingster og vallaker går også fint sammen, det samme gjør vallaker og hopper. (Strasser 2003).

Hester bør ha tilgang til mat hele døgnet, og da mener jeg grovfôr som høy, halm, og frøhøy.

Kraftfôr gir en i tillegg ved økt energibehov. Det beste er et uteområde hvor det vokser både gress og trær, hvor trærne gir ekstra ly og hestene kan gresse rundt. Alternativt, spre høy rundt, ikke legg alt på et sted!

Det er ofte nødvendig å fôre hestene mer på vinteren da de ikke finner så mye mat ute, Beitene kan ved mye snøvær dekkes av ganske høyt snølag og hester graver ikke så mye etter maten. Hestene kommer opprinnelig fra forblåste sletter hvor snøen aldri ble særlig høy (Børresen 2006).

Hestene bør gå uten beklædninger som dekken og beinbeskyttelser i form av belegg eller bandasjer. Slikt kan lett skape skader i en flokk der hvor hester steller og leker med hverandre. Dessuten trenger de det ikke. Det er vår overdrevene, ensidige bruk som har fremprovosert bruk av beinbeskyttelse. Ved vanlig utegang vil en hest sjeldent trække seg eller slå føttene sammen. Uten dekken vil de sette riktig pels for riktig årstid og fint tåle alle temperaturer (Strasser 2003).

Siden vi ikke har disse 800 dekkene som hesten trenger for å få beveget seg nok, så må hesten ris i tillegg. Slik får hesten den mosjonen den trenger i løpet av dagen. Det er også viktig for hester å ha et område hvor de kan rulle seg, gjerne med sand eller jord som de kan sparke opp, hester elsker nemlig å være skitne (Jo Bird, 2004) og skitten beskytter dem mot insekter.

Av hensyn til hestens kroppstilling er det viktig at hestens høver stelles og beskjæres jevnlig. Høvene skal også være i kontakt med vann hver dag, slik beholder det elastisiteten sin og tørker ikke ut (Strasser 2003). Dette kan løses med et vannbad på beitet, eller en naturlig bekk. Finnes det ikke mulighet for dette kan en stette beina i en bøtte med vann, en etter en, mens en steller hesten (Aamodt, forelesning NAN 2006)

Hvorfor

Hovedgrunnen til å velge utegang vil være å tilby hestene et optimalt liv i forhold til det de er skapt for.

Strasser påpeker noen slike forhold i sin bok, *Et sunt og naturlig hesteliv*; at hesten får være i et konstant naturlig klima. Med det mener hun at de får være med på de ulike årstidene, uten dekken vil de skifte pels med temperaturen og kroppen får fungere naturlig i forhold til kulde og varme. På denne måten får også hestene et bedre immunforsvar og med det øker motstandskraften mot sykdom. Hestene får også beveget seg mye mer, noe som er utrolig viktig for disse dyrene, de er skapt for å konstant forflytte seg rundt. De får rullet seg ved behov og det er stor nok plass til det. Mentalt blir de stimulert gjennom å være sammen med andre hester, å kunne se omgivelsene rundt seg, og følge med på det som skjer. Det beste med det er at hesten blir roligere, mer avbalansert og takler nye situasjoner bedre (Strasser 2003).

Utegang vil også si at de har tilgang på grovfôr hele døgnet, noe som er viktig for fordøyelsessystemet deres. Det er ikke mange som har så store beiter med gress at en ikke trenger å gi tilleggsfôr, men det som er viktig å tenke på er variasjonen. Kjøp gjerne høy fra forskjellige steder. Plukk greiner fra forskjellige trær og legg de ut på beitet, dette gir et godt tilskudd og en fin variasjon (Strasser 2003)

Hestene går også med hodet ned og spiser mesteparten av døgnet noe som faktisk er den naturlige kroppsholdningen de er skapt for. Vann til høvene vil gi hesten friskere høver som ikke tørker ut. (Strasser 2003)

Dette er alle gode grunner for å bytte til utegang, men noe som nesten ingen nevner er faktisk den økonomiske grunnen, hvis flere går sammen og leier et beiteareale og bygger et leskur sammen, vil dette på lang sikt være mye rimeligere enn å leie en stallplass.

Fordeler og ulemper

Fordeler med utegang må være alle grunnene som er nevnt under hvorfor velge utegang. En sunnere og mer tilfreds hest må jo være den beste fordel.

Når det gjelder ulemper vil det kunne være at det er vanskelig å finne egnede steder, eller å finne andre som er villige til å bli med på dette. For å få til god utegang må en få samlet en flokk som fungerer sammen og det er kanskje ikke alltid like lett. Hesten vil også sette tykk pels og være mer skitten enn i en stall, noe som er en fordel for hesten, men noen eiere vil se dette som en ulempe.

Et problem er at siden vi må holde hestene på et inngjerdet område som har en begrensning, vil dette området bli veldig belastet i forhold til nedtråkking og dannelse av gjørme ved dårlig vær. Områder som trækkes opp vil det ikke gro nytt gress på. De fleste har heller ikke flere områder å bytte rundt på og dermed må hestene stå på dette ene beitet hele året. Dette fører til at hestene gresser ned skuddene hele våren og du vil få et mindre levedyktig beiteområde.

Spredning av innvollsorm kan også bli et problem, for å holde slik smitte nede er det viktig å bytte rundt på beiteområdene noe som ikke alltid er mulig. Eventuelt må en passe på å måke beitet jevnlig.

Stall kontra utegang

I boken *Et sunt og naturlig hesteliv*, har Strasser satt opp en tabell som viser kontrasten mellom naturlige omgivelser og tradisjonell oppstalling. Jeg vil her gjennomgå et utdrag av denne tabellen.

	Naturlige omgivelser	Tradisjonell oppstalling
Omgivelsenens temperatur	Stadige endringer med myke overganger	Konstante temperaturer med brå overganger
Bevegelse	Kontinuerlig	Begrenset (for lite og for sjeldent) og ofte unaturlig
Livsstil	I flokk	Isolert (flokkliv umulig)
Ernæring	Rik variasjon med kontinuerlig inntak	Begrenset og for liten variasjon. Faste måltider
Kroppsholdning	Naturlig, mest med hodet ned	Unaturlig, mest med hodet hevet
Kroppsvekt	Forandrer seg gradvis og aktivt	Forandrer seg brått og passivt
Vanneksponering av høvene	Daglig	Sjelden til total mangel
Hvilesteder	I friluft, på åpne steder	Innestengt
Direkte bakkekontakt for høvene	Hele døgnet	Lite
Påkledning og beskyttende belegg	Eksisterer ikke	Vanlig (bandasjer, omslag, dekken osv.)

Denne tabellen synes jeg viser godt og enkelt forskjellene mellom stall og naturlig hesteliv, men la meg kort analysere de forskjellige punktene i lys av utegang kontra stall når det gjelder sportshester og ikke bare hva som er naturlig for en villhest.

Omgivelsenes temperatur

Utegang → stadige endringer med myke overganger

Hester som står ute hele døgnet vil som sagt tidligere ha en naturlig setting og felling av pels, temperaturen endres med årstiden og hesten får, på grunn av de glidende overgangene, tid til å justere pelsen og venne seg til forandringene. Ved trening vil de kanskje svette mer på grunn av tykkere pels, men uten dekken vil de raskt tørke i vinden. Vi må huske at hesten er skapt for å kunne løpe og bli svett og at dette ikke er noen grunn til bekymring, de vil helst stå i vinden og tørke.

Stall → konstante temperaturer og brå overganger

Hester som står på stall vil ikke bli utsatt for de glidende overgangene som naturen gjerne har, i stallen er det ofte en konstant temperatur som er mye varmere enn det er ute. Overgangen fra stall til ute når hesten skal ris er noen ganger svært stor og gir ikke hesten noen sjanse til å venne seg til forskjellen. Vi ønsker ikke at hestene skal svette fordi de tørker så sakte inne og vi er redd de blir syke. Noe de ofte også blir når de ikke får tørket raskt og naturlig.

Bevegelse

Utegang → kontinuerlig

Ute vil en hest bevege seg hele tiden for å finne mat og vann, den vil leke med andre hester og løpe rundt. Hesten vil kunne yte mer ved trening fordi den konstante blodsirkulasjonen sørger for god oksygen tilførsel og for at avfallstoffene fraktes mer effektivt bort fra musklene. I og med at hesten får beveget seg så mye i løpet av døgnet ellers vil den ikke være som en bombe når en skal ri den.

Stall → begrenset

I et stallmiljø står hestene inne i bokser mange av døgnet timer, og får ikke beveget seg mer enn å snu seg rundt i boksen. Dette skaper ofte uvaner som krybbebiting og veving. Hestene

kjeder seg rett og slett. De blir ridd kanskje en time om dagen, hvor treningen ofte er intens, hvorpå de igjen blir satt på boks. Dette fører til at musklene stivner lett og de vil ikke kunne yte optimalt. Mulighetene for utslipp er ofte minimale akkurat som størrelsen på paddockene.

Livsstil

Utegang → i flokk

Hestene får utfoldet seg og blir sosialt stimulert. De blir mentalt sterke og trygge. Hesten blir rett og slett en gladere hest når den er i en velfungerende flokk, det gir den trygghet og samhold. Dyret vil bli mer stabilt og rolig. Hestene vil stelle hverandre og leke, de vil hvile og spise sammen. De lærer seg språk og signaler på en naturlig måte og blir flinkere til å takle og unngå konflikter. Livskvaliteten blir betydelig bedre for en hest i flokk.

Stall → isolert

I hver sin boks kan de ikke annet enn å prate sammen mellom sprinklene, de får lite kroppslig kontakt og ingen mulighet for å stelle og leke med hverandre. De krangler lett på grunn av frustrasjon og kjedsomhet. Å være låst inne i en liten boks hele døgnet, helt alene, er faktisk helt forferdelig med tanke på hvor avhengig en hest er av sosialt samvær, flokkdyr som de er. Faktisk så kan hester få både kortvarige og langvarige mentale problemer av å være isolert fra andre hester(Strasser 2003)

Ernæring

Utegang → Rik variasjon og kontinuerlig inntak.

Som beskrevet tidligere er hesten skapt for å spise hele døgnet, tarmsystem er avhengig av å få kontinuerlig tilførsel av litt og litt fôr.

På gode beiter har de også muligheten for å finne mange ulike sorter med urter og kvister som gir en variert og riktig kost. Hvis ikke kan eier lett samle litt og legge inn på forskjellige steder på beitet, dette vil også gi hesten noe ekstra å holde på med.

Stall → begrenset, lite variasjon og faste måltider

I et stallmiljø føres det tre til fire ganger om dagen. Hestene får da store mengder mat på en gang, noe som tarmsystemet deres ikke klarer spesielt godt og som kan gi kolikk og andre magetarm problemer (Luthersson 2004). De føres også veldig ensbetont, med samme slags høy og kraftfôr, kornsortene de får er også veldig ofte vanskelig fordøyelig for hester. Det er veldig lite tilskudd fra andre plantesorter eller kvister, men her kunne eieren ha sanket og gitt hesten litt ekstra.

Kroppsholdning

Utegang → naturlig, mest med hodet ned

Når hester går ute på beiter vil de naturlig nok stort sett gå med hodet ned, de vil beite størsteparten av tiden. Denne kroppsholdningen er mest naturlig for en hest, framparten er skapt for å bære den ekstra vekten dette innebærer. Når de hviler kan de stå med hodet senket slik som også er anatomisk riktig.

Stall → unaturlig, mest med hodet opp

Her blir hesten stående med hodet for det meste opp, dette for å i det hele tatt å se noe, holder den hodet ned ser den bare rett i veggen. Ofte føres de også i krybber og med høynett, noe som gir en unaturlig spisestilling. Hesten vil da få en knekk i halsen som kan gi problemer med både spiserør og luftrør.

Kroppsvekt

Utegang → forandrer seg gradvis og aktivt

Hester som går ute hele året vil lagre fett om sommeren og forbrenne det på vinteren, men de vil utrolig nok ikke bli overvektige. Hester som får spise det de trenger spiser ikke for mye. I og med at vi vil fortsette å ri på våre hester vil også de oppleve den brå og passive vektøkningen det er å få en rytter på ryggen.

Stall → forandrer seg brått og passivt

I en stall er det eieren som bestemmer fôr mengden og den reguleres sjeldent i forhold til dagsbehovet. De vil også oppleve den brå og passive økningen i vekt det er å få rytter på ryggen.

Vanneksponering av høvene

Utegang → daglig

Hester liker å stå uti vannet når de drikker, på den måten har høvene vent seg til daglig vanneksponering over mange år. På utegang kommer det an på om det er en mulighet for å stå eller gå i vann for hestene, ellers så kan eieren bidra med å sette beina i bøtter med vann en gang om dagen.

Stall → sjeldent eller aldri

Det er ikke vanlig at man eksponere hestens høver for vann i en stall, og her har i alle fall ikke hesten noen naturlig måte å kunne ordne dette selv på.

Hvilesteder

Utegang → i friluft på åpne steder

Hester er som sagt fluktdyr og er avhengige av å kunne se rundt seg eller ha noen som passer på når de hviler. Ute på beite sammen med en flokk får de frisk luft, gode flukt muligheter, god oversikt, og noen som passer på. Slik får hester hvilt ordentlig.

Stall → innestengt

En stallboks gir ikke noen trygghet for en hest selv om vi mennesker liker å tro det. Når hesten legger seg ned, mister den helt oversikten og dessuten er det ofte veldig dårlig plass i boksen. Hesten ligger trangt og får ikke hvilt ordentlig.

Direkte bakkekontakt for høvene

Utegang → hele døgnet

Hestene er avhengige av å gå barfot for å kunne kjenne underlaget under høvene, dette gir dem godt forfeste og de føler seg frem når de går. Ved direkte bakkekontakt vil hesten få færre knusninger og skader fordi den kjenner hva den trækker på og kan flytte foten før skaden skjer. Den direkte bakkekontakten gir hoven mulighet til utvidelse ved hvert steg noe som er veldig viktig for blodsirkulasjonen hos hesten. Så ved å kunne gå ute hele døgnet og uten sko vil hesten få bakkekontakt hele døgnet.

Stall → lite

Det er vanlig å sko sportshester og de får sjeldent eller aldri bakkekontakt med høvene.

Påkledning og belegg

Utegang → ikke nødvendig

En hest som går ute hele året vil sette pels som passer for hver sin årstid, den vil effektivt kunne regulere varmen og avkjølingen selv. Hesten har egne muskler som styrer hvert hårstrå slik at hårene kan vendes mot eller med vinden, og de kan skjelve for å øke varmen. En svett hest vil automatisk stille seg i motvind for å tørke raskets mulig. Dekken blir derfor unødvendig og vil faktisk ødelegge hestens evne til å regulere varmen.

Beskyttelse som for eksempel belegg eller bandasjer, er sjelden nødvendig, foruten ved skader. Hester som er vant til å ferdes mye ute vil utvikle en god fotsans, de snubler sjeldent og bevege seg på en mer naturlig måte.

Stall → vanlig

Bruk av dekken er vanlig på staller, selv når hestene står inne. Noen bruker dekken fordi de ikke vil at hesten skal sette tykk pels, men de fleste gjør det fordi de faktisk tror at hestene fryser. På denne måten forstyrres hestens naturlige regulering av temperaturen. Ved å ha dekken på ryggen så blir de varme der, men kanskje kald på nakken og halsen hvor det ikke er dekken, og hesten får ikke regulert dette uten å bli alt for varm der hvor dekken er.

Når det gjelder bruk av bandasjer er dette vanlig, mest for å unngå skader, disse hestene går ofte med sko og sparker seg lettere. Skodde hester har dårligere kontroll på beina, de kjenner ikke bakken og snubler lettere.

Konklusjon

Tilbake til det naturlige hesteholdet

De fleste sportshestene i Norge står inne på stall, noe som fratår dem både fysiske og psykiske behov. Hesteeierne bør gjøre en innsats for å legge mest mulig til rette for å dekke disse behovene, og dette gjøres best ved å la hestene gå på utegang.

Utegang tar blant annet vare på hestenes evne til temperaturregulering, bevegelsesbehov, flokkinstinkt når flere hester går sammen, kroppsholdning, ernæring og sunne høver.

Hold av hester på stall kan føre til, dårlige høver, bråe temperatur forandringer, begrenset bevegelse, oppstykket og utilstrekkelig fôrintak, og mangelfull sosial stimulering med andre hester.

Har man ikke muligheten til å gjennomføre utegang for alle hestene er det likevel flere ting man kan gjøre. Eksempel vil være å ha hestene ute så mye som mulig, lag heller færre større paddocker hvor flere hester får gå sammen. La hestene ha konstant tilgang på grovfôr som høy eller frøhøy mellom de faste måltidene. Samle grener og urter og gi hestene. Unngå skoing og gi høvene daglig eksponering av vann. Unngå bruk av dekken. Ri heller lengre mindre intense intervaller enn korte intense, begynn og avslutt all trening med en tur.

Vil vi at hesten skal yte maksimalt, må vi oppfylle så mange av dens naturlige behov som mulig.

Litteraturliste

Bergliot Børresen (2006), *Menneskenes verden sett med dyreøyne – folk og dyr i 20 000år*, Oslo, Tun forlag.

Bergliot Børresen (2002), *Hest i Norge*, Oslo, Landbruksforlaget.

Bergliot Børresen (1999), *Husdyrliv*, Gyldendal Norsk forlag 1999, Gyldendal fakta.

Hiltrud Strasser (2003), *Et sunt og naturlig hesteliv*, Oslo, Lynne publishing.

Nanna Luthersson (2004), *Den store foderboken*, Gentofte, Brogaardens Forlag.

Jo Bird (2004), *Naturlig Hestehold*, Oslo, Landbruksforlaget.

Anne Aamodt, (2006) Undervisning i naturlig hestehold ved NAN 2006.

Nettside: www.hestekur.no, tenner.