



Tartunnan esto

Hyvän hygienian ylläpitäminen on tärkeää oltaessa kontaktissa tartunnan kantajiin ja niiden ulosteisiin. Kerää ulosteet pois välittömästi ja tuhoa ne, pidä suojakäsineitä ja pese kädet usein. Pese koirat säännöllisesti, jotta saat kaikki ulostejämmät pois niiden turkista. Huolehdi, että eläimillä on aina puhdasta, saastumatonta vettä saatavilla. Pidä lapset erossa infektoituneista eläimistä.

Tartunnalliset kystat säilyvät ympäristössä pitkiäkin aikoja. Kysta saadaan tuhoottua keittämällä, höyryllä tai kuivaamalla, mutta ne ovat vastustuskykyisiä useimmille desinfiointiaineille, kuten kloorille. Käytä siis tilojen desinfiointiin kvaternaarisia ammonium- tai fenoliyhdisteitä.

Juttu julkaistu alunperin Cockerspanieli-lehden numerossa 3/2020

Giardia-info

GIARDIA ON koiran ohutsuolen suolinukan pinnalla elävä alkueläin. Giardia on pennuilla varsin yleinen, aikuisilla koirilla oireettomat tartunnat tavallisia.

KOIRILLA ESIINTYY tyypillisesti niiden omaa giardiakantaa (*Giardia canis* tai *Giardia duodenalis*). Nämä kannat eivät tartu ihmiseen. Giardiaa tavataan kuitenkin useita kantoja, joista osa voi tarttua myös ihmiseen. Suomessa näitä koirasta ihmiseen tarttuvia kantoja ei kuitenkaan juurikaan tavata. Koiran hoitajan kannattaa kuitenkin huolehtia hyvästä käsihygieniasta giardiartuntaa sairastavaa koiraa hoitaessaan.

GIARDIA-TARTUNTA oireilee tavallisimmin pitkittyneenä ripulina. Giardia voidaan todeta koiran ulostenäytteestä joko niin sanotulla pikatestillä tai flotaatiomenetelmällä. Giardian tutkimiseksi koiralta kerätään ulostenäyte kolmelta ulostuskerralta. Giardia ei aina erity joksaiseen ulosteeseen, joten tämän

vuoksi ulostenäytteet kerätään useammalta kerralta.

GIARDIAN HOITOOn käytetään tavallisesti viiden päivän fenbendatoli-kuuria (kauppanimeltä esimerkiksi Axilur). Lääkekuurin aikana kotona siivotaan mahdolliset ulostevahingot huolellisesti ja likaantuneet pinnat puhdistetaan. Tarpeettomat, likaiset lelut sekä petitarpeet heitetään pois. Pesunkestävät tekstiilit pestään 60 asteen ohjelmalla pesuaineen kanssa, jonka jälkeen niiden annetaan kuivua perusteellisesti. Koirankupit pestään kuumalla vedellä ja kuivataan päivittäin. Kodin siivoukseen voidaan käyttää tavallista yleispuhdistusainetta. Ulkona koiran ulosteet kerätään ja hävitetään asianmukaisesti.

GIARDIA SÄILYY tartuntakykyisenä huoneenlämmössä noin viikon. Giardia rakastaa kosteaa elinympäristöä. Osa kystista voi selviytyä nollan alapuolelle menevissä lämpötiloissa, mutta useimmiten pakkaslämpötila tuhoaa kystia.

UUSINTARTUNTOJEN LÄHDE on usein kodin ympäristö, johon giardiartunnan saanut koira on päässyt ulostamaan suuren määrän giardiakystia. Maaperän puhdistaminen onnistuu ainoastaan maan pintakerroksen vaihtamisella. Pitkä kuivakausi keväällä/kesällä tappaa kuitenkin myös tehokkaasti kystia. Usein radikaaleihin toimenpiteisiin ei ole tarvetta, kun huolehditaan yleisesti hyvästä hygieniasta.

KOIRAT VOIVAT kantaa giardiaa myös oireettomana ja useilta terveiltä koirilta löytyy giardiaa vähäisissä määrin suolistosta. Jos koiran ruoansulatuskanavaoireiden taustalla todetaan giardiartunta, ei ulostenäytteen uusintatutkimukselle ole tarvetta, jos oireet ovat hoidolla poistuneet. Oireettomia koiria ei myöskään tarvitse lääkittää, vaikka ulosteessa todettaisiinkin giardiaa.

Teksti: Linda Lammi, Johanna Reilin, Ulla-Riina Kuukka (Eläinystavasilaakari.fi, 17.5.2017)



Vesiterapiasta on moneen Kuntoa ja vauhtia koirallesi

Teksti ja kuvat: Tytti Kuusi (koirahieroja AT, yrittäjä AT, liikunnanohjaaja)

Lämpö- ja vesihoidoilla on pitkä historia

Lämpöhoidot on tunnettu jo antiikissa, jossa aurinkon lämmittämää hiekkaa ja vettä on käytetty hoitokeinona. Lääketieteen oppi-isä Hippokrates muiden muassa käytti hoidoissa lämpimiä vesihauhteita. Lämpötyynykin on peräisin jo 1800-luvulta. Lämpökäsittely aiheuttaa kudoksissa verenkierron vilkastumista, pintakapillaarien aukeamista, kudosten venyvyyden lisääntymistä ja lihasjännityksen laukeamista. Jo pieni lämpötilan muutos saa aikaan vaikutuksia.

Vesihoidot

Veden käytöllä terapeuttisessa tarkoituksessa on samoin hyvin pitkät perinteet. Roomalaisten kuuluisan kylpyläkulttuurikauden jälkeen vesihoidojen suosio on vaihdellut eri aikoina. Vesihoidot voidaan jakaa kylpyhoitoihin sekä vesiliikuntaan.

Kylpyhoitoja voidaan antaa joko paikallis- tai kokokylpyinä. Ihmispuolella meillä suosituimpia ovat kokokylvyt. Kylpyhoidossa vaikuttavat ensisijaisesti veden lämpötila ja siihen mahdollisesti lisätty yrtyt- tai lääkeaine. Neutraalilämpöinen kylpy rauhoittaa ja lievittää kipua ja jännittyneisyyttä.

Lämpimät kylvyt kohottavat kehon lämpötilaa, minkä seurauksena verenkierto ja aineenvaihdunta tehostuvat. Lämmin kylpy myös lievittää lihasjännitystä ja -kipua. Lämmintä vettä voimme käyttää siis koiralla jännityksen ja kivun lievittämiseen. Koiran kylpyyn voimme lisätä myös vaikkapa rauhoittavia tai virkistäviä, myrkyttömiä eteerisiä öljyjä, vaikkakin näitä nykyisin aika harvoin hoidoissa hyödynnetäänkin.

Vesiterapia

Vesiterapia sopii kaikille terveille koirille. Erinomaista se on nivelrikkoisille sekä leikkauksesta tai traumasta toipuville koirille. Ylipainoisen koiran laihtuessa vesiterapia tarjoaa turvallisen ja tehokkaan vaihtoehdon.

Vesiterapiaa käytetään kuntoutusmuotona tuki- ja liikuntaelinsairauksissa sekä niiden ennaltaehkäisyssä, neurologisissa ongelmissa sekä raajojen käyttämättömyysongelmien korjauksessa.

Se on tehokas kuntoutusmuoto leikkauksesta toipuville, mutta myös konservatiivinen hoitomuoto leikkauksen sijasta esim. selkä-, nivel- ja jänneongelmista kärsiville koirille.

Vesiterapialla on paljon hyviä ominaisuuksia, joista koira hyötyy. Vedessä harjoittelu ylläpitää ja jopa parantaa nivelten liikkuvuutta ja lihaskuntoa sekä harjoittaa ja kehittää koiran tasapainoa.

Vedellä itsessään on monia hyödyllisiä ominaisuuksia, joita hyödynnetään koirien kuntoutuksessa. Näitä ominaisuuksia ovat mm. noste, hydrostaattinen paine ja viskositeetti.

Noste

Nosteen ansiosta kehon painorasitus kuntoutettavaa raajaa ja niveliä kohtaan vähenee. Vedessä voi siis oikein toteutettuna harjoitella turvallisesti ilman pelkoa nivelten ylikuormittumisesta.

Nosteen avulla leikattua koira voidaan kuntouttaa normaaliasennoissa. Vedessä seisominen saattaa onnistua sellaiselta koiralta, joka ei siihen vielä kuivalla maalla kykene. Vedessä painon aiheuttaman rasituksen vähentyessä myös niveliin kohdistuva kipu helpottuu.

Hydrostaattinen paine

Hydrostaattinen paine on vedessä ja muissa nesteissä vallitseva nesteen oman painovoiman aiheuttama paine. Mitä suurempi tiheys ja mitä syvemmällä keho

on, sitä suurempi on kehoon kohdistuva paine. Veden hydrostaattinen paine on tehokas koiran kehon turvotuksen hoidossa. Vesikuntoutuksessa turvotus helpottaa, ja paine saattaa usein myös vähentää koiran kipuaistimusta.

Viskositeetti, vastus ja pintajännitys

Viskositeetti kuvaa nesteen kykyä vastustaa muodonmuutoksia, eli se on eräänlainen veden sisäisen kitkan mittayksikkö. Vesi vaikuttaa liikkeen vastustajana, koska vesimolekyylit tarttuvat veden läpi liikkuvan kappaleen pintaan.

Lisääntynyt vauhti vedessä lisää turbulenssia, samoin vähemmän virtaviivainen keho. Pienet koirat enemmän alttiita lisääntyvälle turbulenssille. Kun harjoitteluvauhti kasvaa, lisääntyy myös vastus. Tätä lisää myös esimerkiksi huono uintitekniikka tai puutteellinen tasapaino.

Vesi on ilmaa sakeampaa eli sen viskositeetti on suurempi. Tämän takia raajan liikuttaminen on raskaampaa vedessä kuin maan päällä. Vesijumppa parantaa hyvin lihaskuntoa ja sydämen voimaa. Veden aiheuttama vastusta voidaan vielä lisätä lisäämällä raajan liikenopeutta ja veden alla olevaa hoidettavan raajan pinta-alaa. Harjoitukseen käytetty pidempi aika lisää myös rasiitusta. Vesiterapian avulla voidaan



siis kehittää koiran voimaa sekä lihasten, sydämen ja hengityselimistön kestävyyttä, nivelten liikelaaajuutta ja koko koiran notkeutta ja hyvinvointia.

Vesiterapia sopii hyvin lihasvoimaa ja -kestävyyttä kehittävaksi harjoitusmuodoksi myös terveelle, urheilvalle koiralle.

Pintajännitys vedessä johtuu nesteen molekyylisen välisestä vetovoimasta ja on nesteen pinnan ilmiö. Kaikille tuttu vesikirpunan luistelu veden pinnan päällä johtuu juuri tästä ilmiöstä. Molekyylisen keskinäisen vetovoiman vuoksi liikkeisiin kohdistuva vastus on suurempi veden pinnalla. Niinpä heikompi koira saattaa pystyä liikkumaan veden alla, mutta pinnan rikkominen onkin paljon haastavampaa. Raajojen liikuttaminen pinnan yläpuolella ja pinnan rikkominen on huomattavasti enemmän energiaa kuluttavaa.

Näitä erilaisia suureita muuttamalla voidaan vedessä eri tavoin muuttaa harjoittelun vaatimustasoa. Siksi onkin tärkeää, että harjoittelua ohjaa siihen perehtynyt ammattilainen. Vaikka vauhdikkaasti vesi loiskuen harjoittelevista koirista onkin mukava katsella videoita, voi tällainen harjoittelu olla aivan liian raskasta ja kipeyttää tottumattoman tai vaivaisen koiran. Vesiharjoittelussa maltti on ehdottomasti valttia ja pitkäjänteinen harjoittelu tuo hyvän tuloksen. Vesiharjoittelu on raskasta treeniä, sen tietää jokainen vedessä vauhdikkaasti tarponut!

Fysiologiset vaikutukset

Energian kulutus vedessä erilaista kuin kuivalla. Se riippuu aktiiviteetista ja sen nopeudesta, veden syvyydestä ja lämpötilasta. Esimerkiksi ihmisellä energian kulutus uudessa tietyin matkan on 4 kertaa suurempi kuin juostessa saman matkan. Hapenottokyky vedessä on matalampi kuin kuivalla maalla.

Kelluvuus vähentää ruumiinpainoa, ja tarvitaan vähemmän voimaa raajojen nostamiseen. Viskositeetti, vastus lisää energian kulutusta. Vesiterapia vilkastuttaa verenkiertoa ja aineenvaihduntaa ja laukaisee lihasjännitystä.

Harjoittelu kylmässä vedessä vaatii enemmän energiaa, vesi johtaa tehokkaasti lämpöä, toisaalta liian kylmä vesi vie tehon varsinaiselta harjoittelulta elimistön keskittyessä lihasten lämmön ylläpitämiseen.

Vesijuoksumatto

Vesijuoksumatto on isokokoista akvaariota muistuttava laite, jossa vesialtaan pohjalle on asennettu juoksumatto. Juoksumaton nopeutta ja veden pinnan



korkeutta sekä veden lämpötilaa säätämällä saadaan muutettua kuntoutuksen ja harjoittelun muotoa kulloinkin sopivaksi.

Vesiterapian hyödyt:

- mahdollistaa aktiivisen kuntoutumisen aloittamisen varhain
- kelluvuus helpottaa vaikeiden harjoitusten suorittamista
- veden vastus hyvää voimaharjoittelua
- ehkäisee lihassurkastumista
- edistää lihassmassaa, voimaa, fyysistä kuntoa, kestävyyttä
- lisää nivelliikkuvuutta, vähentää jäykkyyttä
- lievittää turvotusta
- vähentää kipua nivelrikkoisissa nivelissä
- lisää verenkiertoa ja siten edistää toipumista

Jotkin sairaudet tai elimistön ongelmat saattavat estää vesiterapian tai ne tulee huomioida. Mikäli asia mieltä, keskustele asiasta etukäteen.

Tervetuloa kokeilemaan vesiterapiaa Koirien Hyvinvointikeskukseen Järvenpäähän!

Artikkeli julkaistu Kerry- ja vehnäterrierikerho ry:n julkaisussa Kerry & vehnä 3/2020