



## Algemene richtlijn na de behandeling

De osteopaat creëert voorwaarden voor het paard om te herstellen. De behandeling activeert het zelfgenezende vermogen van het lichaam. Als eigenaar bent u echter ook verantwoordelijk voor het herstel van uw paard.

Om u hierbij te helpen kunt u de onderstaande algemene adviezen opvolgen:

### Week 1

Na de eerste behandeling dient uw paard een week rust te krijgen.

Dit betekent: niet rijden, wel bewegen!

Vrij bewegen in weiland of paddock en dagelijks rechtuit aan de hand stappen is belangrijk voor het herstel.

Waarom stappen? Stap is een viertakt beweging en het meest mobiliserend voor de wervelkolom.

### Week 2

Rustig aan beginnen met ontspannen voorwaarts-neerwaarts rijden.

Indien u in deze opbouwende fase specifiek overleg tussen mij en uw instructeur wenst is dit mogelijk.

Tegen vergoeding kunt u ook een op maat gemaakt trainingsschema ontvangen.

In deze week vraagt u dus nog niet teveel van uw paard. Het lichaam moet de tijd krijgen zich aan te passen aan de nieuwe situatie en zijn rug goed leren gebruiken. Wissel oefeningen/trainingen af met buiten rijden.

### Week 3

Verder opbouwen.

De behandeling heeft nu volledig in kunnen werken en u heeft het lichaam van uw paard de kans gegeven om zich door rust en ontspannen arbeid te ontdoen van afvalstoffen. Nu kunt u vanuit de ontspanning beginnen meer van uw paard te vragen en weer opbouwen naar het eigen trainingsniveau.

Het lichaam heeft tijd nodig voor herstel. Een osteopathische behandeling werkt gedurende ongeveer zes weken door. Bij sommige paarden voelt u direct verandering, bij andere paarden duurt het wat langer. U kan dus merken dat uw paard na een maand nog steeds verbetering laat zien.

In sommige gevallen wordt door een osteopathische behandeling het werkelijke probleem zichtbaar. Dit is geen verslechtering van uw paard maar een verduidelijking van de onderliggende klacht.

Indien u nog vragen heeft na de behandeling mag u altijd contact opnemen. Overleg met andere specialisten behoort ook tot de service van Ruth Brouwer Osteopathie.

Na ongeveer 5 weken zal er indien gewenst een evaluatie plaats vinden en overleggen we of een volgende behandeling nodig is.