



TERAPIJA S KONJI

► Kristijan Skok

Človek je udomačil konja pred dobrimi 5000 leti, in sicer najprej v Aziji. Ta žival odtlej velja za eno izmed najplemenitejših v zgodovini in mitologiji. Tudi danes so vloge konja mnogotere in segajo od športa, kmetijstva in javnih služb do medicine. Terapija s konji pomeni alternativni pristop k zdravljenju nekaterih bolezni, kot sta avtizem in cerebralna paraliza, saj je dokazano, da lahko izboljša bolnikovo socialno, čustveno in kognitivno delovanje.

► OSNOVNE LASTNOSTI KONJA

Domači konj (*Equus ferus caballus*) spada v rod *Equus*, družino konjev (*Equidae*) ter red lihoprstih kopitarjev (*Perissodactyla*), kjer mu delajo družbo še tapirji in nosorogi. Med kopitarje prištevamo tudi sodoprsne kopitarje ali parkljarje (*Artiodactyla*), ki pa tvorijo 10 družin in kar 225 vrst. Taksonomsko kopitarji spadajo v razred sesalcev (*Mammalia*) in deblo strunarjev (*Chordata*).

Konji imajo vitke noge, ki se dotikajo tal le s konico srednjega prsta, druga prsta pa sta zakrnela. Koža na notranji strani sprednjih nog (kostani) je odebeljena. Prst obdaja kopito, njegova zunanost pa je iz keratina (roževine) – enako kot naši nohti. Konji so imeli v zgodovini v

naravi pretežno vlogo plena, zato so morali biti pripravljeni na hitre odzive (imajo dobro razvit simpatični sistem), zaradi svoje posebne zgradbe okončin, ki se premikajo le naprej in nazaj, pa so lahko uspešno pobegnili. Njihov vrat in glava sta podolgovata; imajo gibčne ustnice in nozdrvi. Konji kot rastlinojedci (herbivori) so prilagojeni na trganje trave s sekalci (12) in na žvečenje s preostalimi kočniki ter ličniki (24). Konji imajo lahko do štiri podočnike in do štiri t. i. volčje zobe (*dens lupinus*), ki so rudimentarni in jim jih po navadi odstranijo. Med sekalci in ličniki je prostor brez zob (diastema), zato se lahko tam namesti brzda.

Znan je pregovor, da se podarjenemu konju ne gleda v zobe. Velja

➤ Med konjskimi sekalci in premolarnimi zobmi je prostor, kamor se vstavi brzda.



pa tudi pravilo, da vsak pravi kipek konja najprej pogleda njegove zobe, saj je po njih mogoče določiti njegovo starost. Merilo za določitev so prisotnost stalnih zob, obraba grizne ploskve (*Cuspis dentis*), površina zoba (dolžina, širina) ter kot med zgornjimi in spodnjimi sekalci (pri mladih konjih od 160 do 180 stopinj, s staranjem pa se lahko zmanjša pod 90 stopinj).

Pri rastlinojedcih slepič (pri ljudeh je nerazvit) s pomočjo bakterij razgrajuje celulozo (rastlinska hrana) v ogljikove hidrate. Konji v nasprotju s kravami, ki so prežvekovalci in imajo večdelni želodec, s svojim načinom prebave spadajo med kopitarje, kjer proces fermentacije poteka v zadnjem delu prebavil. Prehranjujejo se predvsem z voluminozno hrano (trava, seno ipd.) in le malo s koncentrirano (oves, ječmen ipd.). Teža konj je odvisna od pasme in razpoložljive hrane, razpon pa sega vse od 380 do 1000 kilogramov za najtežje delovne konje.

➤ Konji izražajo svoje razpoloženje z obračanjem uhljev, z mahanjem z repom in s šobljenjem.



Konji ne morejo bruhati. To jim ne uspe, ker je mišica zapiralnica požiralnika (*ezofagealni sfinkter*) tako močna, da ne dovoli odtekanja zaužite hrane iz želodca nazaj. Obenem je stikališče požiralnika in želodca pod takim kotom, da okrepi zapiralno funkcijo. To je pomembno zaradi diagnostike bolezenskega stanja. Če namreč konj bruha, je to znak akutnega stanja in pomeni nevarnost zaradi aspiracije in s tem povezane nastanka pljučnice. Pomanjkljivost takšnega 'zaprtega' sistema je, da imajo konji pogoste gastrointestinalne težave, kolike. Vzrokov zanje je več, v prvi vrsti pa so to nepravilna prehrana, pomanjkanje vlaknin, tujski, parazitoze itd.

Konji se ponašajo z več posebno dobro razvitimi čutili. Velike oči so ob strani glave in imajo podolgovate zenice, zato je njihovo vidno polje kar 290 stopinj. Imajo tudi zelo dober dnevni in nočni vid, vendar je samo dvobarven in se ne more hitro prilagajati na spremembe intenzitete svetlobe. Čutilo voha je veliko učinkovitejše od človekovega, saj imajo konji dva olfaktorna centra. Enako velja za sluh; konjski uhlji so razmeroma dolgi in pokončni, lahko jih premikajo ter tako določajo izvor zvoka. Omeniti moramo še njihov dober občutek za ravnotežje in okušanje.

Konji so toplokrvne živali, čeprav pogosto slišimo o polnokrvnih, toplokrvnih in hladnokrvnih, pri čemer pa je mišljen njihov temperament. Polnokrvne pasme so konji, pri katerih so starši konja iste vrste. Pasma polnokrvnih konj so angleški in arabski polnokrvnjak ter angloarabec. Toplokrvne pasme so zagnane, pogumne, hitre, bolj suhe ter dolgonoge (orientalske pasme,

Simbolni pomen konja

Konji so od nekdaj simbol svobode in moči. Že jamske slikarije iz paleolitika kažejo predstavo ljudi o divjem konju kot duši stepe. Opisani so v pravljicah, kjer dirjajo kot veter, imajo čarobne moči (samorogi), spremljajo belega viteza na pohodu ali naznanjajo konec sveta.

Konji so prisotni v številnih mitologijah. Po grški mitologiji smo ljudje konja dobili od Pozejdona, boga morja in potresov. Le s pomočjo Atene in uzde, ki jo je podarila, smo jih lahko udomačili. V grški mitologiji je Apolon po nebu vozil nebesni voz s pomočjo svojih nesmrtnih konj, prav tako sta tudi Ares (bog vojne) in Zeus (vrhovni bog) imela svojega konja. Eden izmed živalskih potomcev Pozejdona in Gorgone Meduze je bil slavniti beli krilati konj Pegaz. Po Jungu je Pegaz pomemben simbol spiritualne energije in ravnovesja v človeku, čeprav nas lahko napolni tudi s puhlim ponosom, ki je za človeka uničujoč. Po Pegazu se imenuje tudi zvezdna konstelacija.



🐾 Konj je eno izmed dvanajstih znamenj zodiaka oz. kitajskega koledarja. Leto konja, ki traja od 31. 1. 2014 do 18. 2. 2015, je živahno, ognjevito, impulzivno in naporno.



Znana mitološka konja sta še Odinov osmeronogi spremljevalec Sleipnir, beli konj hindujskega božanstva Višnu pa se imenuje Kalki in naznanja konec sveta. V sanjah lahko konj simbolizira več sporočil: srečno prihodnost, podjetnost in strast, pa tudi težke opravke, žalost in ponižanje. Znana je pripovedka o zvestem bojnem konju Bukefalu, po katerem je Aleksander Veliki poimenoval mesto, danes znano kot Jhelum.

🐾 Znamenita oljna slika Jacquesa Louisa Davida prikazuje Napoleona na konju Marengu med prečkanjem Alp leta 1800. Ta znameniti francoski poveljnik je imel za časa svojega življenja menda kar 150 konj.



🐾 V nordijski mitologiji se vrhovni bog Odin na svojem osemnogem konju Sleipniru v odločilni bitki (Ragnarök) spopade z zlom, ki ga pooseblja hudobni volk Fenrir. (Avtor upodobitve: Jen Mundy)



➤ **Arabski polnokrvni konji** veljajo za eno izmed najplemenitejših pasem konj na svetu.

lipicanec ipd.). Hladnokrvni konji so mirni, veliki in mišičasti ter grajeni za fizično delo (haflinger, norik, ardenec ipd.). Poznamo pa še ponije, ki so konji, katerih višina ne presega 120 cm.

▶ TERAPIJA S KONJI

Za terapevtske namene se uporablja vedno več živali. Med temi so psi, delfini, konji, idr. Namen takšne

terapije je izboljšati bolnikovo socialno, emocionalno in kognitivno delovanje. Živali nam zagotavljajo sprostitvev in socialno podporo. Pozitivni učinki tega pristopa so pri bolnikih zaznani tako s fiziološkega (znižanje krvnega tlaka) kot s psihološkega vidika (večja sproščenost).

Terapija s konji se je začela razvijati v 20. stoletju po zgodbi danske jahačice Lis Hartel, ki je leta 1943, ko je imela 22 let, zbolela za otroško paralizo. Čeprav je okužbo z virusom poliomielitisa preživela, je od kolen navzdol ostala paralizirana. Kljub invalidnosti je nadaljevala s treningom jahanja, kar se je izkazalo za pametno odločitev, saj ji je s tem uspelo izboljšati koordinacijo ter mišično moč nog. Leta 1952 in 1956 je na poletnih olimpijskih igrah dosegla srebrno medaljo v dressurnem jahanju.

Kadar je v terapevtski proces vključena izurjena žival, govorimo o terapiji s pomočjo živali – TPŽ (angl. animal-assisted therapy) ali aktiv-

➤ **Lis Hartel** ob podelitvi medalj na poletnih olimpijskih igrah v Helsinkih leta 1952



Konji v medicini

Farmacevtska industrija izdeluje in na trgu ponuja zdravilo *Permarin*, ki je izdelano iz urina brejih kobil. Uporablja se za ohranjanje in razvoj ženskega reprodukcijskega sistema in sekundarnih spolnih znakov. Konjska in ovčja kri se s pridom uporabljata v mikrobiologiji kot gojišče za bakterije in dokazovanje njihove hemolize (krvni agar iz konjske oz. ovčje krvi). Konjski serum s protitelesi se uporablja proti ugrizom šestih od sedmih vrst evropskih strupenih kač (ŽIT 2013/10, str. 36). Konjska protitelesa so učinkovita tudi kot pasivna imunizacija proti botulizmu, davici, tetanusu in še nekaterim boleznim. Z zdravstvenega vidika je vse pomembnejša tudi terapija s konji.



☛ Uporaba konj je zelo raznolika: so sestavni del večine policij in vojsk, iz konjske žime izdelujejo loke za godala, konjska kri se v mikrobiologiji uporablja kot gojišče za bakterije, zdravilne lastnosti kobiljega mleka (kumisa) pa so poznali že stari Grki in pozneje Tataři.

nosti s pomočjo živali – APŽ (angl. animal-assisted activities). Glavna razlika med njima je v tem, da pri APŽ kakega posebnega programa ni, terapija tudi ni časovno omejena, vse pa je v veliki meri odvisno od pripravljenosti posameznika. Prav nasprotno je TPŽ za vsakega udeleženca specifična in točno določena. V ospredju je terapevtski program z vodeno dokumentacijo in posebno za to delo usposobljenim osebjem. Če gre pri tem za uporabo konja, se takšna terapija imenuje terapija s pomočjo konja – TPK (angl. equine assisted therapy). Glavni razlog za izbiro konj za terapevtske namene je v njihovem socialnem obnašanju. Zanimivo je, da v naravi kobila šibkega žrebička ne zavrne, temveč mu vsa skupina pomaga ostati pri življenju. Ta princip se uporablja kot analogija tudi pri človeku.

Terapevtsko jahanje obsega več področij: pedagoško-terapevtsko jahanje/voltižiranje (psihološko-socialni pomen), hipoterapija (namenjena krepitvi motornega sistema) in športno jahanje za osebe s posebnimi potrebami (parakonjeništvu). Z naštetimi pristopi se poskuša pri bolnikih doseči ergoterapevtske, logopedске in psihoterapevtske učinke. Učinki jahanja se prepletajo in so vzajemni, zato glede tega ni ostre delitve. Terapija s konji je učinkovita pri osebah s cerebralno paralizo, po možganski kapi, pri avtizmu, pri shizofreniji ipd. Pri bolnikih s cerebralno paralizo (spekter motoričnih motenj kot posledica napak centralnega živčnega sistema – motornega centra) se poskuša s terapijo doseči izboljšanje v telesni drži ter mišični moči. Takšni bolniki imajo pogosto še motnje v učenju, govo-

ru, ortopedske zaplete in epilepsijo. Pri jahanju se za zdravilni učinek izkoristi precizno in tridimenzionalno oscilacijsko gibanje konja, ki je podobno naši hoji. Ob tem mora posameznik ohranjati stalno telesno držo, jo s prilagajanjem popravljati in tako krepiti mišice. Hkrati se povečata gibljivost in stabilnost medenice. Kot je bilo že omenjeno, tudi toplota konjskega telesa prispeva k sproščanju mišic pri spastični cerebralni paralizi. Gibanje konja predstavlja celo vrsto senzoričnih in motoričnih impulzov, ki jih mora posameznik 'obdelati' in se nanje pravilno odzvati. Zaznani pozitivni fiziološki učinki na podlagi testov (funkcijski doseg, stoja na eni nogi, poostreni Rombergov test ipd.) so izboljšanje v ravnotežju, moči, koordinaciji, mišičnem tonusu, telesni drži in senzoričnemu zaznavanju. Pri jahanju je namreč zajeto delovanje celotnega telesa. Terapija, ki je osredotočena na psihosocialno komponento (pedagoško), temelji na urjenju zaznavanja, koordinaci-

je in orientacije, krepitve spomina, pozornosti, koncentracije, izgradnje socialnih stikov ipd. Dejstvo je tudi, da stik z živaljo – pa naj gre za terapijo ali rekreacijo – učinkuje pomirjevalno in znižuje stres.

Terapevtsko jahanje običajno poteka enkrat na teden po 20 do 30 minut, celoten program pa traja 12 tednov. Terapevtsko ekipo sestavljajo zdravnik specialist, terapevt, pomočnik, vodnik in konj. Terapija se začne že v konjušnici, kjer se posameznik najprej seznani z živaljo, v naslednjih srečanjih pa se zahtevnost nalog postopoma povečuje (na primer sprememba terena). Ob izvajanju nalog sta ob bolniku vedno vodnik in terapevt, ki skrbita za pravilno izvajanje in dodatno motivacijo.

V zadnjih letih se je povečalo število spletnih strani, kjer organizacije in posamezniki ponujajo 'terapije s konji', čeprav vse ustanove in osebe za to sploh niso ustrezno usposobljeni. Žal izbiro primernega izvajalca tovrstnih storitev nekoliko otežuje tudi dejstvo, da terapija s ko-

➤ Potek terapevtskega jahanja



nji še ni popolnoma standardizirana oz. ni enovitega študijskega programa za pridobitev ustrezne kvalifikacije. Vedeti moramo, da terapija z živaljo ne doseže zelenega učinka, če se je bolnik boji, jo odklanja ali je morda nanjo celo alergičen. Večinoma se za terapijo s konji dodatno izobrazijo ljudje s poprejšnjo izobrazbo na primer s področja defektologije. Zelo zavzeta privrženka terapije s konji je Francozinja Isabelle Claude, ki ima svoj center D'EQUIT'AIDE in si zelo prizadeva za ustanovitev modelne šole za študij terapije s konji, na katero bi se bilo mogoče vpisati takoj po srednji šoli.

► SKLEP

Konji niso le mogočne, hitre in plemenite živali, temveč tudi izjemno občutljiva in nežna bitja, ki se odzivajo na vedenje človeka. Že jahanje samo – bodisi rekreativno bodisi terapevtsko – ima na človeka zelo pozitiven psihološki in fiziološki učinek, saj se s konjem, ob konju in na konju učimo graditi odnose, sodelovati, odzivati in reševati težave. Konji ponujajo tudi obilo izzivov za razvijanje osebnostnih lastnosti, kot sta odločnost in vztrajnost. Prav s tema lastnostma pa smo pri reševanju težav 'na konju'.

SPLETNI NASLOVI

- <http://en.wikipedia.org/wiki/Horse> o konjih
- <http://extension.missouri.edu/p/G2842> določanje starosti konj s pomočjo pregleda zob
- <http://www.equitaide.com> francoski center za terapijo s konji
- <http://www.pedagogika-andragogika.com/files/diplome/2010/2010-demsar-metka.pdf> Konj in človek – tisočletno sožitje (diplomsko delo)

VIRI IN LITERATURA

- R. J. Thompson, V. Iacobucci in R. Varney: Giddyup! Or Whoa Nelly! Making sense of Benefit Claims on Websites of Equine Programs for Children with Disabilities. J Dev Phhys Disabil, 2012; 24, 373–390.
- M. M. Bass, A. C. Duchowny in M. M. Llabre: The Effect of Therapeutic Horseback Riding on Social Functioning in Children with Autism; J Autism Dev Disord, 2009; 39, 1261–1267.
- T. Kovačič: Vpliv terapije s pomočjo konja na ravnotežje, samopodoba in splošno poučenost mladostnikov s cerebralno paralizo: pilotska študija z uporabo protokola kontrolne klinične študije; Fizioterapija, 2013; 21 (1), 7–14.
- V. Bužan, T. M. Adamič, A. Japelj, S. Bajde, M. Bernard, N. Korošec, R. Stergar in I. D. Turičnik: Konj, s konjem – na konju: priročnik o terapevtskem jahanju; Ljubljana, 2010.
- X:enius: Pferde als Therapeuten (videoposnetek); Caro Matzko in Gunnar Merger (voditelja oddaje); Dresden: ARTE Deutschland TV GmbH, 2014.
- D. Macdonald, B. Kryštufek in P. Barrett: Velika enciklopedija – sesalci; Ljubljana, Mladinska knjiga, 1996.
- M. Zadnikar in A. Kastrin: Effects of hippotherapy and therapeutic horseback riding on postural control or balance in children with cerebral palsy: a meta-analysis; Developmental medicine and child neurology, 2011; 53, 684–691.
- M. Demšar: Konj in človek – tisočletno sožitje; konjev vpliv na človeško družbo in posameznika (diplomsko delo); Filozofska fakulteta Ljubljana, 2010.