



MIN ARBEJDSPLADS

NAVN: RIKKE RIIS

ALDER: 34 ÅR

ARBEJDSPLADS: EQUIFYSIO

”Det fremmer hestevelfærden”



Hvad laver du?

Jeg ejer virksomheden Equifysio, hvor jeg tilbyder behandling og træning til både hest og rytter. Jeg bruger ca. 70 procent af min arbejdsdag på arbejdet med heste og indløger gerne heste på træningsophold på min landejendom til rehabilitering eller almen træning. Rytterne udgør 30 procent af min behandlingstid og kommer med nye eller gamle traumer opstået i ridesporten, smerter, der forhindrer dem i at ride eller opstår under ridning. Jeg ser en del ryttere, der gerne vil forbedre deres indvirkning på hesten og funktion i sadlen, hvor koordinering og stabilitetstræning er nøgleordene.

Hvordan startede du?

Jeg har altid haft med heste at gøre, men tænkte ikke i hestebaner under fysioterapeutuddannelsen. Som færdiguddannet fik jeg arbejde på klinik og overførte min fysioterapeutiske viden til træningen af mine heste. Efter et par år på klinik trak arbejdet med hestene mere og mere i mig, og jeg besluttede at tage en overbygning som hestefysioterapeut. Jeg passede i første omgang mit klinikerarbejde ved siden af, men fik hurtigt så meget at lave med hestene, at jeg bad om at gå en dag ned i tid om ugen. Allerede en måned efter måtte jeg bede om en dag mere. Det var så heller ikke nok, og jeg kunne jo ikke blive med at spørge om nedsat tid, så 1. januar 2011, midt i krisen, startede jeg for mig selv.

Behandlede du både hest og rytter fra starten?

Nej, det første år behandlede jeg kun heste, men det blev ret hurtigt klart, at det var nødvendigt at se på ekvipagen som en helhed. Hvis en rytter træner fire heste, og alle fire heste har et symptombillede, der minder om hinanden, får man lyst til også at teste rytteren. En af mine vigtigste funktioner er at instruere rytteren i korrekt træning af hesten og give ekvipagen funktionelle

specifikke øvelser. Det er vigtigt for mig at oplyse rytteren om træningsfysiologi, og hvorfor netop denne seneskade eller smerter i hestens ryg er opstået for netop at forebygge recidiv. Ekvipagen påvirker hinanden helt afsindigt meget. U hensigtsmæssige bevægemønstre hos rytteren, eksempelvis pga. smerter, kan påvirke hesten negativt og vice versa. Praktiserende læger og fysioterapeuter kan godt komme til kort over for symptomer hos rytteren og har svært ved at korrigerer på opstillingen i sadlen, så det smertegivende område bliver aflastet. Det kræver en funktionel bevægeanalyse og en rideteoretisk forståelse. Desværre bliver mange frarådet ridning, hvis smerterne opstår under eller efter ridning, hvilket jeg synes er ærgerligt for ridesporten. Små opstillingskorrektioner og eksempelvis et stødabsorberende underlag mellem sadel og hest og ikke mindst stødabsorberende stigbøjler til springryttere gør ofte underværker.

Hvordan har du markedsført dig?

Jeg har ikke brugt særligt mange penge det, men jeg har alligevel været ret aggressiv i min markedsføring. Jeg har anvendt mit netværk i hesteverdenen efter mange år som rytter, *postet* en masse på facebook, opbygget en god hjemmeside, indgået tværfagligt samarbejde med dyrlægerne, brugt ekstra tid i staldene og holdt masser af foredrag. Hestebranchen kan godt være barsk, og folk holder sig absolut ikke tilbage, hvis de synes, de har haft en dårlig oplevelse. Men omvendt spreder det sig også lynhurtigt, hvis de har haft en god. Når man træder ind i en stald og behandler en hest, så bliver man set af andre, og hurtigt har man to heste og til sidst 17, men kun hvis man udfører et godt stykke arbejde.

Hvad er det bedste ved dit arbejde?

Jeg synes, at det er rigtig spændende at implementere den humanfysioterapeutiske

tilgang i hesteverdenen. Det fremmer hestevelfærden. Tidligere anvendte man samme type træning af hesten 6 dage om ugen, men folk er blevet meget mere åbne over for forebyggende træning og variation i træningen. Da jeg var under uddannelse til fysioterapeut, var træning i naturen det helt store, fordi det giver variation og en anden form for motivation. Det gør det også i forhold til heste. Desværre er der i min branche folk, der kalder sig hestefysioterapeuter og manipulerer led uden anden baggrund end et par weekendkurser, da titlen ikke er beskyttet. Jeg har en klar fordel i min baggrund som humanfysioterapeut. Jeg screener for røde flag og tænker i differentialdiagnostik – det gør man ikke efter et weekendkursus. Det seneste inden for hestevidenskab er, at der er kommet fokus på smerteforskning, og at heste faktisk også kan udvikle sensibiliserede smerter. Selvom man ikke kan bede en hest beskrive sin smerte, kan man faktisk godt rate smerten ud fra mikroudtryk som udvidede næsebor, spændte kæbemuskler, lave ører, spids mule og trekantsformede øjne, hvilket er utroligt spændende.

Hvilke planer har du for fremtiden?

En del heste og ryttere kommer til træning eller behandling på min bopæl, og på den måde slipper jeg på sigt for turene på landevejen. I fremtiden vil jeg udvikle stedet som et rehabiliteringscenter, hvor jeg samtidig uddanner rytterne til at træne deres heste korrekt. Jeg drømmer om et vandløbebånd, men det koster en kvart million, så det er ikke noget, man bare lige gør. ●

Redaktionschef Anne Guldager

ag@fysio.dk
FOTO WIEGAARDEN