



WISSENSNACK FÜR ZWISCHENDRIN

GESUNDE GELENKE

Interview: Judith Ressmann | Bild: Privat

SLIDE IN: Wie sind Gelenke aufgebaut?

BENNI KOHL: Ein Gelenk besteht aus zwei Gelenkpartnern, meistens Knochen, mit einem Knorpel zwischendrin.

SLIDE IN: Es wird oft allgemein von „Gelenkschäden“ gesprochen, was ist damit genau gemeint?

BENNI KOHL: Der Volksmund versteht darunter einen Knorpelschaden, also einen Defekt innerhalb der Gelenkhöhle.

SLIDE IN: Woran erkennt man, dass ein Pferd Probleme mit den Gelenken hat?

BENNI KOHL: Schlimmstenfalls Lahmheiten, Vorläufer können aber auch Steifigkeit nach dem Stehen sein.

SLIDE IN: Gibt es Pferde, die anfälliger für Gelenkschäden sind? Woran liegt das?

BENNI KOHL: Ja, das gibt es. Das liegt grundsätzlich an der genetischen Disposition, wie bei uns Menschen auch.

SLIDE IN: Wie kann man Gelenkproblemen vorbeugen?

BENNI KOHL: Das geht vor allem mit viel Bewegung, einer gesunden Fütterung und mit möglichst wenig langanhaltenden Stehzeiten.

SLIDE IN: Von Ingwer über Teufelskralle bis zu Hyaluron – welche Zusatzfuttermittel helfen den Gelenken tatsächlich?

BENNI KOHL: Meiner Erfahrung nach helfen Hyaluron und Kollagen am besten. Das belegen auch Studien.

i

Benjamin „Benni“ Kohl ist ausgebildeter Physiotherapeut, Osteopath und Heilpraktiker. Sein Ziel ist es, die Gesundheit von Sport- und Freizeitpferden zu erhalten, zu fördern und wiederherzustellen. Das soll vor allem durch die sogenannte FaszioBalance®-Behandlung erreicht werden, die Benni Kohl selbst entwickelt hat. Diese setzt sich aus chiropraktischen Verfahren und Begleitübungen für zu Hause zusammen. Damit werden Verkürzungen, Verknotungen und Verletzungen der Faszien mithilfe von verschiedenen Druck- und Reibtechniken behoben. 2021 brachte Benni Kohl zudem HyJoint Equi® auf den Markt. Ein Zusatzfuttermittel aus Kurkuma, Omega-3-Fettsäuren, aus Algenöl und schwarzem Pfeffer-Extrakt. Vitamin C aus der Hagebutte trägt darüber hinaus zu einer normalen Kollagenbildung bei. HyJoint Equi® soll Pferde bei der normalen Knorpelfunktion unterstützen.



SLIDE IN: Was kann man neben Fütterungszusätzen Gutes für die Gelenke tun? Wie fördert man gesunde Gelenke? Hilft Muskeltraining?

BENNI KOHL: Training im Sinne von Kräftigung und Dehnung hilft immer.

SLIDE IN: Was ist „Gift“ für Gelenke?

Benni Kohl: Vor allem Mangelernährung und zu wenig Bewegung.

SLIDE IN: Arthrose gilt als eine der häufigsten Gelenkserkrankungen, was genau versteht man darunter?

BENNI KOHL: Gelenkverschleiß. Das bedeutet die Abnutzung der Knorpelfläche und der Verlust von Gelenkflüssigkeit.

SLIDE IN: Was kann man gegen Arthrose tun?

BENNI KOHL: Wer rastet, der rostet – also auch hier ist Bewegung sehr wichtig – und natürlich gutes Zusatzfutter geben.

SLIDE IN: Falls ein Gelenkschaden auftritt, ist eine komplette Regeneration möglich?

BENNI KOHL: Möglich ist vieles, versprechen darf man in der Medizin allerdings nichts.

SLIDE IN: Was ist bei einem verletzten Gelenk zu beachten?

BENNI KOHL: Ein behutsamer Aufbau, je nach Befund: Kühlung oder auch eine Stoßwellentherapie.

SLIDE IN: Kann die Haltungsform die Gelenk-Gesundheit unterstützen?

BENNI KOHL: Absolut. Das Pferd ist für Bewegung im Schritt gebaut, der Sport kam dann nur on top.