



## TRAGEERSCHÖPFUNG

Was ist eigentlich Trageerschöpfung? Das Trendthema ist aktuell in aller Munde. Allerdings ist es keine Modeerscheinung, denn trageschwache Pferde gab es schon immer. Wahrscheinlich jedoch wird die Anzahl forciert durch moderne Reiterei und aktuelle Zuchtziele.

**Synonyme dafür sind:** Trageermüdung, Trageschwäche, Toplinesyndrom (Topline = Oberlinie: Kopf bis Schweif), Tragkrafterschöpfung, Myofasziale Dysbalance. Alle meinen das Gleiche: einen Mangel an Tragkraft und die Kompensationsmuster, in die der Körper sich begibt.

---

### FLUCH UND SEGEN ZUGLEICH: DAS EXTERIEUR IST NIE FERTIG!

Aber was genau ist das und was passiert im Körper? Was sind die Anzeichen und Warnsignale und welche Ursachen gibt es? Wie kann man seinem Pferd helfen wieder herauszukommen und wie gestaltet sich das Rehatraining?

Trageerschöpfung ist ein chronischer Zustand und wird als schleichender Prozess oft spät erkannt. Leider kapituliert der Pferdekörper irgendwann, wenn er nicht gelernt hat, tragfähig zu sein.

Ein Problem ist: Trageerschöpfung ist kein diagnostischer Begriff – ein Tierarzt therapiert häufig nur einzelne Symptome und schaut sich das Pferd nicht ganzheitlich an. Er wird beispielsweise aufgrund eines Fesselträgerschadens gerufen und behandelt diesen. Oft ist die Verletzung allerdings nur sekundär und die Ursachen liegen ganz woanders (vielleicht in Haltung, Training, Fütterung etc.). Solange diese nicht abgestellt werden, wird es immer wieder zu dem Gleichen Schaden oder auch zu anderen Problemen kommen.

Die Trageerschöpfung ist ein Syndrom, eine Gruppe von Symptomen, die gemeinsam auftreten, wobei die Ursache schwer zu erkennen ist. Sie ist ein Sammelbegriff für kompensatorische Schonhaltungen. Etwa 80% der Pferde zeigen Anteile von Trageschwäche. Wenn sie aber so weit verbreitet ist, warum ist sie so schwer zu erkennen? Weil kein Pferd gleich kompensiert – es gibt diverse Ausführungen. Sowohl die Veränderungen des Exterieurs als auch die Folgeschäden unterscheiden sich enorm!

Trageerschöpfung ist der Oberbegriff für eine Dysbalance in Skelett und Muskulatur. Insbesondere handelt es sich um eine Fehlentwicklung der Rumpfräger durch eine chronische Überlastung und die Kompensationen des restlichen Gebäudes. Der Pferdekörper hat sich durch Nutzung oder andere Faktoren zu seinem Nachteil verändert. Durch Bewegungseinschränkungen entwickeln sich dauerhaft falsche, ungesunde Bewegungsmuster, die die Leistungsfähigkeit negativ beeinflussen. Den Tieren ist es nicht mehr möglich Last aufzunehmen und sich und den Reiter gesund und verschleißfrei zu tragen.

**Dieser Zustand ist (zumindest beim Reiten) schmerzhaft und führt immer zu pathologischen Sekundärerkrankungen/Spätfolgen!**

„Trageerschöpfung“ als Wort wirkt verharmlosend: Die „Erschöpfung“ wurde über längere Zeit erworben. Das Pferd ist nicht nur müde, regeneriert sich durch eine lange Pause nicht von allein und es hat auch nicht unbedingt zu viel getragen; der Name ist erstmal unabhängig von der Ursache! Die Trageerschöpfung kommt nicht ausschließlich vom Tragen eines Reiters, sondern auch vom falschen Tragen des eigenen Rumpfes.

Leider ist sie irgendwann irreversibel, da Strukturen unwiderruflich in Mitleidenschaft gezogen werden. Allerdings ist durch Erkennung und Umstellung des Trainings, des Umgangs, der Haltungs- und Fütterungsbedingungen und bestmöglicher Beseitigung von Blockaden und anderen körperlichen Defiziten immer eine Verbesserung der Lebensqualität möglich! Z.B. kann ein Pferd mit Senkrücken je nach Ausprägung, durchaus geritten werden, wenn der Rest des Körpers funktionell ist.

**Wieso kann es überhaupt zu solchen körperlichen Veränderungen kommen?**

## Kausalzusammenhänge

1. Das Pferd hat kein Schlüsselbein.
2. Die Vorderbeine sind nicht gelenkig, sondern nur über Weichteilgewebe mit dem Rumpf verbunden. Dies nennt sich Rumpfrageapparat bzw. thorakale Muskelschlingen und besteht aus Sehnen, Bändern, Muskeln, Faszien. Hauptträger ist der Musculus Serratus Ventralis.
3. Das Fehlen des Schlüsselbeins dient der Stoßdämpfung. Diese Funktion wird durch Verspannungen gestört. Ein Schwingen in der thorakolumbalen Schlinge ist dann nicht mehr möglich.
4. Sind die Muskeln des Schultergürtels trainiert, sind sie in der Lage, Stöße des Rumpfes auf die Gliedmaßen abzufangen; im verspannten Zustand funktioniert das nicht mehr. Die Stöße werden in dem Fall direkt auf die Vordergliedmaße übertragen, was wiederum die Belastung der Gelenke, Sehnen und Bänder erhöht.
5. Der Rumpf sackt zwischen den Schulterblättern ab und hängt dort fest.
6. Der SP verlagert sich nach vorn!
7. Kompensationen im restlichen Gebäude folgen.

**Problem:** Das Pferd verliert durch die Fehlhaltung mit nach vorn verschobenem Schwerpunkt die statische Fähigkeit, ohne Muskelkraft ermüdungsfrei zu stehen und zu ruhen. So können die Muskeln nicht mehr optimal loslassen, was wiederum zu weiteren Blockaden und Verspannungen führt. Dies ist nur eine mögliche Folgekette.

---

## WAS KANN MAN NUN TUN, WENN DER PFERDERÜCKEN MÜDE IST?

Was für Möglichkeiten gibt es, eine Trageerschöpfung zu behandeln? Ziel ist es, Tragkraft zu entwickeln, dem Pferd neue Bewegungsideen zu geben und falsche Bewegungsmechanismen dauerhaft durch Training zu verändern. Es ist bekannt, dass die meisten Pferde exterieurbedingt nicht für das Tragen eines Reiters gemacht sind. Dennoch können sie mit entsprechendem Training, einer artgerechten Haltung und der passenden Ausrüstung nachhaltig, gesunderhaltend und weitestgehend verschleißfrei bewegt werden.

Wie das genau funktioniert, vermittele ich dir gern in Form von Vorträgen, Unterricht oder Therapie. Wir können vor Ort eine Exterieuranalyse durchführen, Warnsignale und Symptome definieren, Ursachenforschung betreiben und gemeinsam einen Behandlungs- und Trainingsplan aufstellen.