



## **Kreuzverschlag** – und wieder auch das Thema **Übersäuerung** ...

Der Kreuzverschlag ist eine bei Pferden auftretende Krankheit. Es handelt sich dabei um eine Entzündung der Rückenmuskulatur, die mit starken Schmerzen verbunden ist, vergleichbar mit einem sehr schweren Muskelkater.

**(Entzündung=Krieg: Das körperliche Geschehen verläuft dabei ähnlich wie bei Entzündungen, wo Erreger in den Körper eindringen und sich mit dessen Abwehr ein mehr oder weniger erbittertes Gefecht liefern).**

Andere Bezeichnungen sind Verschlag oder Feiertagskrankheit. Die Symptome treten meist recht plötzlich zu Beginn größerer körperlicher Belastungen des Tieres auf. Das Pferd beginnt stark zu schwitzen, möchte sich nicht mehr bewegen, drückt häufig den Rücken nach unten und geht in eine "Sägebockhaltung", stellt also die Vorderbeine nach vorne und die Hinterbeine nach hinten heraus. In sehr schweren Fällen versucht es eventuell auch sich hinzulegen. Der Herzschlag ist beschleunigt, ebenfalls kann Fieber auftreten. Insgesamt ist die Muskulatur verhärtet, besonders auf Rücken und Kruppe. Durch den Myoglobin-Abbau kommt es zu einer rötlich-braunen Verfärbung des Urins.

**Grund für das Auftreten der Krankheit ist eine Stoffwechselstörung.** Ist in der Muskulatur zu viel Glykogen gespeichert, kann nicht ausreichend Sauerstoff bereitgestellt werden, um die bei Beanspruchung der Muskeln entstehenden Abbauprodukte wie Laktat zu entsorgen. In der Folge **übersäuern** die Muskeln und versagen, im schlimmsten Fall können sogar Muskelzellen zerstört werden.

\*(Das **Glykogen** ist ein verzweigtes Polysaccharid, das aus Glucose-Einheiten aufgebaut ist. **Glykogen** dient der kurz- bis mittelfristigen Speicherung und Bereitstellung des Energieträgers Glucose im menschlichen und tierischen Organismus).

Myoglobin, für die Speicherung von Sauerstoff in der Muskulatur zuständig, geht in den Blutkreislauf über und wird über die Niere ausgeschieden. Kreuzverschlag tritt dann auf, wenn Pferde zu viele Kohlenhydrate über die Nahrung aufnehmen. Diese werden in Glukose umgewandelt und diese wiederum als Glykogen in den Muskeln gespeichert, die daraus ihre Energie beziehen. Wird nun mehr Glykogen gespeichert, als die Muskeln durch Beanspruchung verbrauchen, kommt es zu der beschriebenen Stoffwechselstörung.

**Verstärkt tritt Kreuzverschlag bei Pferden nach Stehtagen auf, wenn die Futterration nicht reduziert wird, oder bei Pferden, die unregelmäßig bewegt werden, jedoch durchgängig die gleiche Futtermenge erhalten.**

Allerdings können auch regelmäßig trainierte Sportpferde betroffen sein. Das Pferd darf auf keinen Fall weiter bewegt werden, es ist unverzüglich ein Therapeut hinzuzuziehen. Befindet sich das Pferd auf einem Ausritt, sollte es wenn möglich mit einem Anhänger abgeholt werden, da jede weitere Beanspruchung der Muskulatur zu einer Verschlechterung des Zustands führt. Weiterhin ist es ratsam die Kruppen- und Rückenmuskulatur mit Decken warm zu halten - auch im Sommer!

## **Erhöhter Blutzuckerspiegel (zu viel Stärke)**

Insulin transportiert den Blutzucker aus dem Blut in das Gewebe. Wenn zu viel Zucker im Blut ist, ist dieser Vorgang gestört. Die Ausschüttung von Insulin wird überfordert, wenn zu viel Zucker direkt aus dem Weidegras (Gras bildet aus Kohlendioxid, Wasser und Energie



Glucose. Dieser Vorgang heißt Photosynthese) oder aus stärkereichen Rationen (Getreidefütterung, vor allem Gerste und Mais) in die Verdauung gelangt. **Zucker**, der zu den Kohlenhydraten gehört, kann einfach oder komplex wie die in der Banane enthaltene **Stärke** sein. Traubenzucker, Fruchtzucker und Haushaltszucker sind einfache **Zucker**. Sie bestehen aus einem oder zwei Molekülen. **Stärke** ist also ein komplexer **Zucker**. Bewegung unterstützt das Insulin, Zucker aus dem Blut zu befördern. Trab und Galopp-Arbeit aktivieren den gesamten Stoffwechsel des Pferdes.

### Weidegang auf unseren heutigen Wiesen



Wir benötigen für gesunde Pferde optimales, sehr fruktanarmes Saatgut für Pferdeweiden. Dieser Luxus wird uns auf den meisten Weiden nicht mehr angeboten. Wir brauchen eine Gräsermischung **ohne Weidelgras**, das ist ideal für eine Pferdeweide. Optimal abgestimmtes Saatgut enthält alles, um die Grünfuttersversorgung unserer Pferde während der Weidesaison sicherzustellen. Ohne Weidelgras! Dadurch ist es äußerst fruktanarm!

Die meisten Pferdeweiden sind heutzutage kurzgenagt bis auf wenige Zentimeter, außer an den Geilstellen. Die kurzgefressenen Stellen beherbergen genau drei Arten: Wiesenrispe, Deutsches Weidelgras und massenhaft Weißklee. Diese gehören zu den wenigen Arten, die viel Verbiss und Vertritt vertragen, alles andere wird verdrängt. Dies liegt wiederum daran, dass das Platzangebot für Pferde meist begrenzt ist, zudem haben die meisten Pferdebesitzer kein Interesse daran, ihr Pferd in die endlose Weite oder in hohes Gras zu stellen. Die Weiden sind übernutzt, und haben mit einer gesunden Vielfalt nichts mehr zu tun. Andererseits finden wir neueingesäte Weiden, die zu 99% aus **Deutschem Weidelgras** bestehen, also Monokulturen. Das liegt daran, dass es in handelsüblichen Saatgutmischungen den allergrößten Teil ausmacht und zusätzlich, insbesondere in den ersten Jahren nach der Aussaat, einen Vorteil gegenüber anderen Gräsern hat.

Die drei Pflanzenarten sind sehr widerstandsfähig und enthalten viele verwertbare Kohlenhydrate, wenig Rohfaser und im Fall des Klees besonders viel Eiweiß. Dies macht sie sehr beliebt bei Rinderzüchtern, dessen Tiere massenhaft Fleisch und Milch produzieren müssen, und damit auch bei Saatgutherstellern. Sie sind auch beliebt bei Warmblutzüchtern, deren Pferde aufgrund von Wachstum und Laktation einen hohen Eiweißbedarf haben, oder den Haltern von Sportpferden, die täglich zwei bis drei Stunden auf die Weide gehen - eine Haltungsform, die in Deutschland wesentlich länger Tradition hat, als die hobbymäßige Haltung von Robustrassen, die, den ganzen Tag draußen sein sollen und eher wenig geritten werden. Im Gegensatz dazu steht die Tatsache dass, wie wir ja alle wissen, **das Pferd seiner Natur gemäß über den ganzen Tag verteilt, ein karges, rohfaserreiches Futter aufnehmen soll, und nicht zu dick werden soll, um gesund zu**



**bleiben.** Bei zu wenig Bewegung und zu kohlenhydratreicher Nahrung drohen Hufrehe und Muskelerkrankungen, zu viel Eiweiß verursacht Blähungen, Stoffwechselprobleme und verschlimmert zum Beispiel auch das Sommerekzem.

Ein Pferd grast innerhalb von zwei Stunden bis zu zehn Kilogramm Weidegras. Bei einem Trockensubstanzgehalt von etwa 20 Prozent sind das zwei Kilogramm Trockenmasse (entsprechend dem Energiegehalt von 1,6 Kilogramm Hafer), von denen wiederum zehn Prozent reiner Zucker sind. Diese 200g Zucker entsprechen fast einem halben Päckchen Würfelzucker! Auch auf scheinbar abgegrastem Koppeln sind viele Pferde regelrechte Fressspezialisten. Um Hufrehe und anderen Zivilisationserkrankungen vorzubeugen, bedarf es ein richtiges Weidemanagement.

Bei den meisten Pferdebesitzern halten sich noch die alten Konditionierungen und der falsche Glaube, dass eiweißreiches Futter die oben genannten Symptome auslöst. Das ist nicht richtig und ist nur die halbe Wirklichkeit. Trotzdem meiden viele Reiter die eiweißreichen Wiesen im Frühjahr und füttern auch sonst lieber eiweißreduziertes Pferdemüsli, dabei sind Kohlenhydrate in Form von Fruktanen im Gras als reine Stärke genau wie auch in der Ernährungsform bei uns Menschen sehr schädlich. Zu viel Eiweiß und zu viel Zucker übersäuern den Organismus von Mensch und Pferd. Wissenschaftler haben schon vor Jahren herausgefunden, dass zum Beispiel Hufrehe **nicht allein** durch Eiweiß verursacht werden, trotzdem hält sich der Eiweiß-Irrglaube hartnäckig. Dabei sind bestimmte Kohlenhydrate (vor allem Stärke im Getreide oder Fruktane im Gras) die deutlich gefährlicheren Auslöser. Hohe Eiweißmengen – insofern ist die Furcht vor Eiweiß zum Teil begründet – können jedoch das Absinken des Hufbeins fördern. Die Fütterung von zu viel Eiweiß stört außerdem die Verdauung des Pferds, weil es die Darmflora aus dem Gleichgewicht bringt: Das Pferd bekommt Durchfall. Weil zu viel Eiweiß auch Koliken auslösen kann, sollten wir unsere Pferde behutsam ans Gras gewöhnen und die Weidezeiten von Minuten über Stunden bis zum halben oder ganzen Tag steigern.

### **Wie begegnen wir jetzt dem Symptom Kreuzverschlag?**

Mangan ist ein wichtiger Nahrungsbaustein für unsere Pferde. Es ist ein Spurenelement mit enormer Bedeutung für den Muskel-, Knochen-, Knorpel und Sehnenstoffwechsel. Der häufig durch Stress, Wachstum oder unterschiedliche Heuqualitäten bedingte Manganmangel kann zu Verspannungen, Gelenksproblemen, Knochenaufreibungen, Zahnproblemen, Pigmentierungsstörungen und

### **Übersäuerungserscheinungen von Kreuzverschlag bis hin zur Hufrehe führen.**

Pferde, die einen Mangel an Mangan haben, wirken oft sehr verspannt, steif, fast verharzt und neigen zu Gelenks- und Sehnenproblemen. Auffallend sind hohe Muskelwerte im Blutbild, jedoch auch die Neigung zu **Kreuzverschlag, Übersäuerung, Fühligkeit** auf der Huflederhaut bis hin zu Hufrehe. Magengeschwüre oder eine schlechte Zahnqualität entstehen ebenfalls häufig durch Manganmangel.

### **Der Spiegel und die Botschaft des Pferdes mit Kreuzverschlag**

1. Der wichtigste Spiegel, den uns unser Pferd schenkt, ist, dass wir unseren eigenen Ernährungsstil dringend überprüfen sollen. Wie übersäuert sind wir selbst schon?



Unser Pferd fordert uns auf, konsequent unsere Ernährung mit dem auf Fokus auf Kohlenhydraten und Proteinen zu überprüfen. Parallel dazu, sollten wir die Fütterung unseres Pferdes auf „artgerecht“ umstellen, um so die Symptome der Übersäuerung sofort zu lindern. Jetzt steht außerdem im Vordergrund, dass wir unseren Pferden für die wichtigen Spiegelbotschaften danken und ihnen versichern, dass sie aufhören können, Symptome zu spiegeln, weil wir begriffen haben...

2. Unsere eigene **Bewegung** überprüfen, ist der nächste Schritt, den uns der Pferdespiegel nahelegt. Ist zwischen Ernährung und Bewegung bei uns alles im Gleichgewicht oder müssen wir dieses Thema schnellstens optimieren?

### **3. Kreuzerschlag ist eine schmerzhaft e Entzündung der Rückenmuskulatur**

Typische Symptome von Kreuzerschlag sind: Gespannte, harte Lenden- und Kruppenmuskulatur, Schwitzen, gesteigerte Atemfrequenz, Muskelzittern und Muskelkrämpfe, Unwilligkeit beim Pferd, zu laufen bis hin zur **Bewegung**sunfähigkeit, dunkle Verfärbung des Urins. Am ehesten ist die Symptomatik des Kreuzerschlages mit einer akuten Lumbago und mit einem „Muskelkater“ bei uns Menschen zu vergleichen.

Unser Organismus und der unseres Pferdes kommuniziert ständig mit uns und teilen uns seine Bedürfnisse mit. Für die meisten Botschaften sind wir abgestumpft und überhören wichtige Signale. Wer achtet schon darauf, dass die verspannte Halsmuskulatur auch eine Botschaft der Psyche ist, die über den Körper übermittle t wird. Wir brauchen mehr Bewegung, wir brauchen eine gesündere Ernährung, wir brauchen mehr Ruhe. Unsere Pferde teilen uns mit: „Kümmere dich um dich, entlaste dich, schenke dir Zeit für dich usw.

Dies sind auch die ständig ignorierten Botschaften einer **möglichen Übersäuerung**. Entsprechend überrollen uns und unsere Pferde heute in einem nie gekannten Ausmaß die sogenannten Zivilisationskrankheiten.

### **Lösungswege aus den Zivilisationserkrankungen**

Eine Umkehr unserer herkömmlichen Verhaltensweisen ist dringend erforderlich. Auch der Umgang mit unseren Pferden sollte optimiert werden.

- Ist die Käfighaltung der Pferde eine artgerechte Haltungsform?
- Warum hat Zusatzfutter eine größere Bedeutung als gutes schimmelfreies Heu?
- Das gekaufte Hunde- oder Pferdefutter ist oft noch weniger gehaltvoll als unsere eigene Portion industrialisiert veränderte Nahrung
- Führt die reine Symptombehandlung zu dauerhafter Gesundheit?
- Warum müssen unsere Tiere erst krank werden, bevor wir Alternativen suchen?
- Wann erkennen wir, dass die Symptome unserer Tiere wichtige Spiegel für unser eigenes Verhalten sind?

### **4. Pferdespiegel Kreuzerschlag/Lumbago**

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



Magenschmerzen erkennen etliche Menschen schon als seelisch bedingte Probleme an. Bei Rückensymptomen ist dieser Zusammenhang für die Meisten noch sehr schwer erkennbar. Rückenbeschwerden sind für die Betroffenen lästig und werden oft heruntergespielt. Rückenschmerzen werden mit Schmerz-Tabletten verdrängt, so dass die Symptomatik schnell verschwindet und die psychischen Hintergründe sind dann für viele Patienten nicht interessant.

Wenn das Pferd jetzt spiegelt, bleiben die Probleme nicht mehr „hinter dem eigenen Rücken“ versteckt, sondern sie manifestieren sich sichtbar im Außen vor unseren Augen und die Beschwerden schieben sich durch unser Pferd in den Vordergrund, obwohl gerade das der betreffende Mensch nicht haben will. Der Rücken ist von Natur aus dafür angelegt, viel tragen zu können. Früher waren es körperliche Lasten, heute geht die Tendenz immer mehr dahin, seelische Lasten zu „ertragen“. Dein Pferd trägt nicht nur dich, sondern auch deine seelischen Lasten. Es ist durch Studien nachgewiesen, dass der Dauerstress am und um den Arbeitsplatz, jedoch auch im Privat- und Freizeitbereich hauptsächlich für die Zunahme von chronischen Rückenproblemen bei uns Menschen verantwortlich ist. Die im Menschen angelegten „Kampf- oder Fluchtreaktionen“ führen dazu, wenn nicht körperlich immer wieder abgebaut, dass sie sich als Stressmuster in Muskelverspannungen und dann auch in Wirbelproblemen chronifizieren. An diesem Punkt trifft sich die moderne Stressforschung mit der bereits vom Vater der Körpertherapie Wilhelm Reich in den 30er Jahren postulierten seelisch bedingten chronischen Muskelverspannung.

Um genaue Aussagen zu treffen, sollten wir die einzelnen Abschnitte des Rückens und ihre Bedeutung kennen. Hinter dem Namen Lumbago verbirgt sich ein lästiger Schmerz, der uns völlig unvorbereitet treffen kann. Bei diesem Schmerz handelt es sich um den allseits bekannten Hexenschuss. Abgeleitet aus dem Lateinischen bedeutet Lumbago etwa Lendenlähmung (aus lat. lumbago = Lendenlähmung). Ähnlich erleidet das Pferd plötzlich den sehr schmerzhaften Kreuzerschlag und ist wie gelähmt. Es können sich verschiedene Themen auf unterschiedlichen Ebenen im Bereich der Wirbelsäule abbilden.

Weiter unten im Bereich der Lendenwirbelsäule, wo das ganze Gewicht des oberen Körpers zusammenkommt, schlagen sich existentielle Probleme nieder, die mit der Last des Lebens zusammenhängen. Wo die Dinge in der Weltachse nicht mehr richtig stehen, müssen sie wieder eingerenkt werden, damit das Leben wieder ins Lot kommt. Ein Chiropraktiker kann das nur auf der körperlichen Ebene tun, die Betroffenen müssen es letztlich selbst im übertragenen Sinn wieder zurechtrücken und hinbekommen. So macht die Wirbelsäule – wie andere Organsysteme auch – im Sinne von **„Krankheit als Symbol“** (Dr. Rüdiger Dahlke) ehrlicher als vielen lieb ist. Wie Krankheitsbilder generell enthüllen auch die des Rückens Schattenaspekte des eigenen Lebens. Da es sich bei der Weltachse jedoch um einen besonders symbolträchtigen Ort handelt, haben es auch die entsprechenden Symptome von Rückenschmerzen bis Haltungproblemen in sich. Von der Thematik bewegen sie sich zwischen (Un)Aufrichtigkeit und der Last der Existenz. Wer die Spielregeln des Lebens im Sinne der „Schicksals-Gesetze“ missachtet, wird den sich bildenden Schatten im Sinne des „Schattenprinzips“ zu spüren bekommen. Wenn es zentrale Themen betrifft, um die sich das Leben dreht, wird die Weltachse zur Bühne, auf der das entsprechende Lehrstück gegeben wird, das die Betroffenen zu integrieren haben.

Die betroffenen Pferde zwingen ihre Reiter zur Ruhe. Geritten werden kann bei einem plötzlich auftretenden Kreuzerschlag nicht mehr. Die Reiter können sich jetzt in Ruhe



JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



überlegen, welche Faktoren in ihrem Leben auf eine Umkehr drängen. Sie haben sich und dem Pferd zu viel aufgeladen und nun werden die Schmerzen sicht- und fühlbar, sich unter der derzeitigen Last zu bewegen. Das Symptom therapiert sie gleich, indem es ihnen die notwendige Ruhe aufzwingt. Jetzt können die Reiter in aller Ruhe darüber nachdenken, warum und wofür sie sich so viel aufgebürdet haben oder sogar anderen erlaubt haben, es zu tun.

Das Ergebnis solcher Überlegungen wird zu der Erkenntnis führen, dass sie versucht haben, durch besondere Leistungen (nicht nur auf den Pferdesport reduziert!) besonders viel Anerkennung zu verdienen. Der äußere Wirbel um Ehrgeiz und Aufstieg verrät ihr inneres Defizit und schlägt sich an den körperlichen Wirbeln nieder. Die Lernaufgabe liegt darin, sich selbst **in Ruhe zu ertragen**, statt weiterhin so schwer an all den Versuchen zu tragen, das innere Minderwertigkeitsgefühl mit Beweisen äußerer Unentbehrlichkeit zu überdecken. So wie man sich in dieser Situation niederlegen muss, wäre es angemessen, auch all die überflüssigen Lasten niederzulegen und auszuruhen.

#### **Fragen zum Thema Kreuzverschlag:**

1. Welche ungesunde Ernährung mute ich mir zu?
2. Wieviel Bewegung investiere ich in gesunde Aktivitäten, so dass sich mein Körper wohlfühlt?
3. Wie ist das Gleichgewicht zwischen Ernährung Bewegung?
4. Wie steht es mit dem Thema Aufrichtigkeit in meinem Leben?
5. Zeige ich Rückgrat, und mache ich mich für wichtige Dinge gerade?
6. Bin ich **flexibel** und **beugsam** und noch zu echter Demut fähig?
7. Wird mein weiblicher Anteil von meinem männlichen Anteil unter Druck gesetzt oder gar erpresst?
8. Trage ich unbewusst Lasten, zu denen ich bewusst nicht stehe?
9. Was für Bürden trage ich um der Anerkennung willen?
10. Fordert mein Symptom von mir Ruhe oder Bewegung?

Bei dieser innovativen Methode im Umgang mit Symptomen entstehen oft Fragen zum Thema. Wenn du bereit bist, dir auf der geistigen Ebene Lösungen in dein Bewusstsein zu holen, müssen die Symptome bei den Pferden am besten auf natürliche Weise gemildert werden.

Für weitere Fragen stehe ich zu deiner Verfügung, Ich freue mich über eine Kontaktaufnahme.

# JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki

