



Massageråd

Råd för enkel och effektiv hundmassage för hemmabruk



Hundmassage – introduktion

När du ska massera din hund är det viktigt med ett gott samarbete. Om hunden spjånar emot och tycker att situationen är obehaglig är nyttan borta. Ge den tid och tålmod och tydliga tecken på vad du vill göra. Bind aldrig fast hunden när du ska massera, den måste få känna sig fri.

När du blir van kommer hunden att njuta av din beröring. En hund som är van vid hantering brukar slappna av snabbt, men det tar olika tid för olika individer att slappna av.

När du masserar är det bra att du och din hund är ensamma, eventuellt kan en till person vara med men undvik andra hundar runt omkring. Arbeta där hunden känner sig trygg och lugn och massera den tid på dygnet som den normalt sätt är som lugnast.

Lägg hunden på sidan och sitt vid fotändan. Prata och beröm under massagen och lägg märke till om hunden ger gensvar på massagen med t.ex. ögon, öron, svans, andning och ljud. Hundens kroppsspråk säger mycket om hur den upplever beröringen, t.ex. om den har ont på ett visst ställe eller om den njuter.

Ge aldrig en hel behandling den första gången. Hunden behöver vänja sig successivt. Den kan annars bli rastlös och irriterad eftersom den inte är van vid massage.

Behandlingen

1. Börja med att låta båda dina händer glida långsamt och lätt längs sidorna av hundens ryggrad med lätt och behagligt tryck. Denna rörelse görs långsamt tills hunden får en värmeökning i musklerna, ca 10-15 strykningar. Var uppmärksam på om hunden visar tecken på ömhet eller smärta.

Övergå till cirkelrörelser längs med ryggmuskulaturen utan att massera över ryggraden. Använd dina fingertoppar eller tumbasen beroende på storlek på hund. Låt fingrarna massera musklerna och vävnaden under huden lugnt och metodiskt. Gå över området 2-3 gånger tills det blir mjukt. Massagegreppet får hunden att slappna av. Viktigt att vara uppmärksam på hundens reaktioner.



2. Fortsätt med sätesmuskulaturen. Stryk mjukt över sätet på hunden. Massera med mjuk hand i cirkelformade, knådande rörelser runt bäckenet i ca 2 min.
3. Därefter masserar du övriga höft- och bakbensmusklerna. Börja med att stryka hundens bakben nerifrån och uppåt ett par gånger för att få upp värmen. Använd knådande och rullande rörelser från tassens och uppåt längs underbenen samt på lårens in och utsida. Var försiktig på insidan av benet då hunden kan vara känslig och rädd om sina intimare delar. Massera med stora cirklar över lårbensmuskulaturen i ca 1-2 minuter.
4. Massera frambenet på samma sätt som bakbenet med strykningar från tårna upp över skuldran för att värma upp vävnaden och musklerna. Stötta gärna armbågsleden med en hand under så att den håller sin naturliga vinkel. Massera sedan frambenet med djupa knådande rörelser från tassens och uppåt.
5. Fortsätt med cirklar över hela skuldran och massera sedan försiktigt mellan skulderbladen. Hundar belastar ca 60 - 65 % av sin kroppstyngd fram och många individer har därför mycket muskler runt skulderbladet och bogleden.

Kom ihåg!

- Var uppmärksam på om hunden tycker att det är obehagligt.
- Dosera behandlingen rätt så att du inte håller på för länge och för djupgående.
- Hunden kan vara kittlig eller tycka att vissa områden på kroppen kan vara obehagliga att få massage på.
- Var mjuk i händerna, använd alltid "stora händer" och undvik nypande fingrar.
- Hasta inte igenom massagen, ta god tid på dig.
- Glöm inte att ge hunden tid vid att vänja sig vid massagen.
- Ett massagetillfälle bör inte vara längre än 15-25 minuter för en liten hund och 25-40 minuter för en stor hund.



*Alla mår
bra av mjuka
muskler!*



På www.anicura.se/rehabilitering kan du se vilka av AniCuras kliniker och djursjukhus som erbjuder rehabilitering och friskvård!
Välkommen!

AniCura 