



Laserlaitteet ovat Väreän tallilla käytössä lähes päivittäin. Treenissä olevia hevosia hoidetaan parikin kertaa viikossa.

## Väreän tallilla laser on ahkerassa käytössä

Laseria voidaan käyttää myös ennaltaehkäisevästi.

**E**mma Väreän ja hänen vanhempiensa Risto ja Micaela Väreän tallilla on käytetty laseria hevosten hoidossa jo vuosia. Micaela Väre kertoo käyneensä laserlaitteita Suomeen maahantuovan Ismo Haapasen järjestämällä laserhoitokursilla kymmenisen vuotta sitten ja innostuneensa hoitomuodosta. Nykyisin Väreiden tallilla on kaksi laserlaitetta. Toinen on kiinteä seinässä kiinni oleva ja toinen kannettava akulla toimiva laite.

– Emmehän me näitä käyttäisi, elleivät nämä toimisi, Emma Väre sanoo ja kertoo, että laserhoitoa käytetään heidän tallillaan erityisesti ennaltaehkäisevästi.

– Laserhoito edesauttaa palautumista kovan treenin jälkeen. Treenissä olevat ravihevokset saavat laserhoitoa pari kertaa viikossa.

Tällä kertaa hoitovuorossa on seitsemänvuotias tamma Adanna. Väreän mu-

kaan Adanna on saanut laserhoidosta apua myös polvi- ja lihasongelmiinsa.

– Adannan etupolvi operoitiin maaliskuussa. Nyt se saa laserhoitoa aina kovien treenien jälkeen.

### Laser rentouttaa ennen hierontaa

Väreän mukaan ravihevosilla lanne ja selkä ovat paikkoja, jotka saattavat helposti jumiuuta. Väreän tallin hevoset saavatkin laserhoitoa myös hevoshierojilta Tuula Pursiaiselta ja Anna-Leea Väisäseltä, jotka käyvät tallilla säännöllisesti.

– Jos hevosen paikat ovat kipeät, on lihakset hyvä rentouttaa ennen kuin aletaan käsitellä käsin hieroen.

Kipu- ja tulehdustiloissa sekä loukkaantumisissa laserhoitoa annetaan useita kertoja sarjana. Väreiden tallilla laserilla on

*"Jos hevosen paikat ovat kipeät, on lihakset hyvä rentouttaa ennen kuin niitä aletaan käsitellä käsin hieroen."*

hoidettu kolhuja, haavoja, luukipua, hankosidevammaa sekä muun muassa pinnallisen koukistajajänteen revähdystä.

– Yleensä koukistajajänteen revähdyksessä on huono ennusta, mutta meidän hevosemme parani, Emma Väre kertoo.

### Vakiintunut hoitomuoto

Lääkinnälliset laserlaitteet ovat vakiinnuttaneet paikkansa ja ovat käytössä monella



ravi- ja ratsutallilla. Laser on käytössä muun muassa Timo Nurmoksen, Markku Niemisen, Iikka Nurmosen ja Mika Mäkelän ravitalleilla. Laseria käyttävät myös monet terapeutit ja kuntoutuslaitokset. Eguiterapeutti ja diplomi laserterapeutti Ismo Haapasen mukaan laser on yksi monikäyttöisimmistä hoitolaitteista.

– Heli Tarrimaa hoiti Aetos Kroksen pään ja kaulan hermovaurion kuntoon laserilla. Se kesti seitsemän kuukautta mutta hevonen tervehtyi.

Haapanen on toiminut equiterapeutina 34 vuotta. Hyvinkään Hevossairaalan tiloissa hän työskenteli sairaalan perustamisesta aina vuoteen 2020. Hän on myös Hippoksen ravivalmennuskoulutusryhmän jäsen jo vuodesta 1992.

Haapanen on ensimmäisiä Suomessa, joka on hoitanut hevosia laserilla. Laserterapiaan hän tutustui 1980-luvulla opiskellessaan Ruotsissa Strömsholmissa equiterapeutiksi eli hevoskiropraktikoksi. Haapanen päätyi juttusille Irradia-yrityksen perustaneen fyysikko Lars Hodenin kanssa ja innostui kokeilemaan laitetta opiskelu-paikassaan.

– Siihen aikaan kävin säännöllisesti aja-

massa hevosilla Solvallon raviradalla Tukholmassa. Olin viikottain Per-Erik Pettersonin tallilla. Pidän häntä yhtenä oppi-isänäni. Sittemmin Petri Puron kanssa hankin ensimmäisen ravurini, jonka kanssa sain harjoitella Petrin tarkan miehen opastuksessa.

### Myös eläinlääkärin läheteellä

Kun Haapanen aloitti työuransa equiterapeutina, otti hän laserin yhdeksi työvälineekseen.

– Tein yhteistyötä Irradian kanssa ja esimme yhdessä, mikä olisi paras mahdollinen laite hevosten hoitamiseen.

Haapasella itsellään on useita hevosia, joiden kanssa on käytetty laserhoitoa tarpeen mukaan. Haapanen on saanut hoitettavia myös eläinlääkäreiden läheteillä. Monet eläinlääkärit suosittelevat laserterapiaa muun muassa jännevammoihin. Myös pehmytkudosvammat ovat tyypillisimpiä vammoja, joita laserilla hoidetaan.

– Jännevammoista ja pehmytkudosvaurioista suurin osa paranee 40-60 prosenttia nopeammin laserin avulla.

Apua voi saada myös hermovaurioiden hoidossa.

*"Ammattilaisen tekemä diagnoosi on aina tärkeä, mikäli ei vamman syy ole tiedossa."*

– Kaikki tulehdusprosessit paranevat nopeammin laserhoitojen avulla. Mutta ammattilaisen tekemä diagnoosi on aina tärkeä, mikäli ei vamman syy ole tiedossa, huomauttaa Haapanen.

### Laitteita löytyy eri tehoisia

Lääkinnällinen laser tuottaa näkyvää tai näkymätöntä valoa eri aallonpituuksilla. Lyhyillä aallonpituuksilla laser on hyvä apu pinnallisten vaurioiden hoitamiseen ja näkymätöntä syvemmälle menevää valoa voidaan käyttää kudoksissa olevien vammojen hoitamiseen.

– Tehokkaammilla laitteilla voidaan hoitaa myös pinnallisia vaurioita, tällöin hoitoajat ovat vain paljon lyhyemmät.



*Adannan polvi operoitiin maaliskuussa. "Annamme Adannan polveen laserhoitoa aina kovien treenien jälkeen", Emma Väre kertoo.*

Hoitoaika vaihtelee vammasta ja sen paikasta riippuen. Akuuttia vammaa voi hoitaa tiiviisti usein mutta kroonisia vammoja ja vaurioita harvemmin.

– Haavat ja ihovauriot paranevat silmissä. Syvemmällä olevat ongelmat vaativat pidempiaikaista hoitoa. Laser on valon vahvistaja. Se ei ole mikään ihmelaitte, mutta tekee joskus ihmeitä, Haapanen sanoo hymyillen.

Hoidon jälkeen kipu helpottuu usein nopeastikin. Joskus saattaa esiintyä ohimenevää kipua, joka liittyy paranemisprosessiin.

### Hoito rentouttaa

Hevoset suhtautuvat hoitoon yleensä rauhallisesti. Hoidon aikana moni rauhoittuu.



*Lääkinnällisiä laserlaitteita on erilaisia. Ne eroavat toisistaan valon spektrin mukaan. Hevosten kanssa käytetyin on 904 nanometrin laser, jota käytetään muun muassa kudolvaurioiden ja jännevaurioiden hoidossa. Lääketieteellisten lasereiden hinnat ovat vajaan 1600 eurosta ylöspäin. Ostetuimmat 808 nanometrin ja 904 nanometrin lääketieteelliset laserit maksavat noin 4000-5000 euroa. Laitteita myös vuokrataan.*

Niiden pää saattaa pudota ja suu alkaa käydä. Osa haukottelee. Toki joukossa on myös niitä, jotka reagoivat voimakkaammin. Tätä voidaan Haapasen mukaan hyödyntää diagnosoinnissa.

– Jos hevonen reagoi, saattaa kyseisessä kohdassa olla kipu- tai herkkyystillä. Kokenut laitteenkäyttäjä voi päätellä näiden reaktioiden perusteella, millä alueella vamma on.

Laserhoidon jälkeen on 96 tunnin varoaika, jonka aikana ei saa kilpailla.

– Laserhoito voi viedä kivuntunteen pois. Jos ei tiedä tarkkaan, millainen vaurio kivun aiheuttaa, voi rankka fyysinen suoritus pahentaa tilannetta entisestään. Siksi starttaaminen tai treenaaminen heti kivunlievityksen jälkeen ei ole hyvä asia.

## Laser vaikuttaa solujen toimintaan

Haapasen mukaan laservalon ominaisuudet ovat ainutlaatuisia.

– Laservalon on osoitettu olevan positiivisia vaikutuksia soluihin ja kudoksiin. Solut alkavat uudistua. Verenkierto ja aineenvaihdunta vilkastuvat.

Solut ovat kehon voimalaitos. Soluissa olevissa mitokondrioissa ravintoon sitoutunut kemiallinen energia muuttuu ATP:ksi eli adenosiinirifosfaatiksi, joka on solun pääasiallinen energialähde. Laser nopeuttaa tätä energiantuotantoprosessia. Mitokondriot säätelevät myös aineenvaihduntaa eli niitä reaktioita, jotka liittyvät kudosten toimintaan, kasvuun ja korjaukseen.

Laserterapiasta on tehty vuosien saatossa kymmeniä tutkimuksia, muun muassa kaksoissokkotutkimuksia.

– Laserin hyötyjä alettiin tutkia jo 1960-luvulla, jolloin unkarilainen tutkijaryhmä teki ensimmäisiä havaintoja laserin positiivisista vaikutuksista. Mikään täydentävä hoito ei ole niin tutkittu kuin laser, Haapanen kertoo.

Mia Lagström



## Suomen Hevosenomistajien Keskusliitto ry:n JÄSENHINTA GREENSTAR- HOTELLEISSA 2023

SHKL-etu  
**-13%**  
edullisimmasta  
päivän huonehinnas-  
tamme

Etsitkö edullista ja ekologista majoitusta **keskustan sykkeestä**? GreenStar Hotellit tarjoavat Suomen Hevosenomistajien Keskusliitto ry:n jäsenille edullisen majoituksen jo valmiiksi edullisista hinnoista työ- ja vapaa-ajan matkustukseen. **Varaukset:** [www.greenstar.fi](http://www.greenstar.fi) koodilla **GSLIITTO** tai suoraan hotellista. **Aamiainen:** 10 €/henkilö /vrk ennakoon varattaessa, 11 € paikan päällä ostettaessa.

GreenStar Hotel Joensuu, p. 010 423 9390, joensuu@greenstar.fi  
GreenStar Hotel Jyväskylä, p. 010 423 9391, jyvaskyla@greenstar.fi  
GreenStar Hotel Lahti, p. 010 423 9392, lahti@greenstar.fi  
GreenStar Hotel Vaasa, p. 010 423 9393, vaasa@greenstar.fi  
GreenStar Hotel Oulu, p. 010 423 9394, oulu@greenstar.fi

GREENSTAR HOTEL\*