

# Kau-Übungen beim Pferd

Zusammenhänge - Durchführung - Wirkung - Nutzen



Daniela Rudnik  
Claudia Liane Benedela

Januar 2022

Eigenverlag



# Inhaltsverzeichnis

<b>Die Autorinnen .....</b>	<b>4</b>
<b>Vorwort .....</b>	<b>5</b>
<b>Teil 1.....</b>	<b>6</b>
<b>Die Bezüge von Kiefergelenk und Zungenbein zum cranosacralen, faszialen und energetischen System .....</b>	<b>7</b>
<b>Das Kiefergelenk .....</b>	<b>7</b>
<b>Das Zungenbein.....</b>	<b>7</b>
<b>Das Craniosacrale System .....</b>	<b>8</b>
<b>Das fasziale System.....</b>	<b>9</b>
<b>Das energetische System .....</b>	<b>10</b>
Verbindung Kiefergelenk – Dünndarm-Meridian .....	11
Verbindung Kiefergelenk – Magen-Meridian .....	11
Verbindung Zunge – Milz-Pankreas-Meridian .....	11
<b>Teil 2.....</b>	<b>12</b>
<b>Kau-Übungen nach Claudia Benedela – Wirkung und Nutzen.....</b>	<b>13</b>
<b>Theorie der verschiedenen Methoden.....</b>	<b>13</b>
<b>Kau-Übungen – Mobilisierung über das Gebiss .....</b>	<b>13</b>
<b>Kau-Übungen mit Zeigefinger unter der Zunge.....</b>	<b>14</b>
<b>Verspannungen schützen und schädigen .....</b>	<b>15</b>
<b>Die Wirkung in der Korrektur- und Reha-Phase.....</b>	<b>15</b>
<b>Die Kau-Übungen als Diagnosemittel – die Grundlage für eine Korrektur .....</b>	<b>16</b>
Kauen im Stand und in Bewegung .....	16
Die Halsaußenbiegung als wichtiges Tool .....	17
Kauen als Hilfe zur Selbsthilfe.....	17
<b>Nasenriemen, Kappzaum und Co.....</b>	<b>18</b>
<b>Einschränkungen – Exkurs ins Reha-Training.....</b>	<b>18</b>
<b>Ausnahmen für Kau-Übungen – Besondere Vorsicht! .....</b>	<b>19</b>
<b>Praktische Durchführung .....</b>	<b>20</b>
<b>Beispiele für den Nutzen im Korrektur- bzw. Reha-Training .....</b>	<b>21</b>
<b>Nachwort .....</b>	<b>23</b>
<b>Quellenangaben .....</b>	<b>24</b>

## Die Autorinnen

**Claudia Benedela** kommt aus der klassischen Dressur und ist seit vielen Jahren Reha-Trainerin für Pferde im In- und Ausland. Zu ihrem Kundenkreis zählen immer wieder austherapierte Pferde mit ihren verzweifelten Besitzer\_innen. Ihr Augenmerk liegt dabei sehr deutlich auf den oft über Jahre aufgebauten Kompensationen und Schädigungen des Körpers (diagnostiziert oder diffus). Zwiefelschale für Zwiefelschale beginnt sie, diese Kompensationszwiebel und die Folgewirkungen oder deren Auslöser freizulegen und zu korrigieren. Diese Korrekturmaßnahmen der Ausgleichsbewegungen beginnen zumeist schon in der Reha-Phase. Oft genügt ein einziger oft unspektakulärer Vorfall, der zu der jetzt akuten schweren Verletzung geführt hat. Um dem Körper langfristig neue und korrektere Bewegungsmuster zu ermöglichen sind ihre Kau-Übungen ein entscheidendes Werkzeug für den Zugang zum Körper. Die Zusammenhänge zwischen dem Training, den Behandlungen durch Therapeut\_innen, dem Verständnis der Techniken und der Wirkungsweise für den Körper sind von großer Bedeutung für sie als Reha-Trainerin. Auch sind die Art und Weise der Ausführung der Kau-Übungen und deren Wirkung von unschätzbarem Wert bei ihrer täglichen Arbeit im Reha-Bereich. Der fachliche Austausch, die vielen Gespräche und Gedanken über die Zusammenhänge von Training, Bewegung und den energetischen Systemen des Körpers haben sie bewogen, gemeinsam mit Daniela Rudnik dieses eBook zu verfassen.

Claudia Liane Benedela  
La Yarda Gesamtheitliches Pferdetraining  
la-yarda.at

**Daniela Rudnik** ist energetische Pferdeosteopathin nach Salomon mit verschiedenen Zusatzfortbildungen im Bereich der energetischen Therapien, Körperarbeit am Pferd und der Homöopathie. Seit Abschluss ihres Studiums der Humanmedizin arbeitet sie außerdem als Ärztin im Fachbereich Anästhesie und sieht ihr Wissen im Bereich der Schulmedizin und Naturwissenschaften als wichtigen Baustein ihrer Tätigkeit als ganzheitlich arbeitende Pferdetherapeutin. Um dem Pferd zu mehr Gesundheit, Bewegungs- und Lebensfreude zu verhelfen, bedarf es jedoch nicht nur einer geeigneten und gut umgesetzten Behandlung und Therapie, sondern auch eines Trainingskonzeptes, das es dem Pferd ermöglicht nach und nach schädliche Bewegungsmuster abzubauen und sie reell durch neue, gesunde Bewegungsabläufe zu ersetzen. Verständnis über die Zusammenhänge im Pferdekörper, Sehen und Fühlen bilden die Grundlage eines pferdegerechten Trainings und einer pferdegerechten Therapie. Bewusstsein in Pferdebesitzer\_innen zu wecken und zu erweitern, Hilfestellung zu geben und dieses Verständnis und diese Fähigkeiten auch selber beständig auszubauen ist die Motivation für die Zusammenarbeit mit Claudia Benedela. In der Hoffnung, dass Training und Therapie nicht nur bei unseren eigenen Behandlungs- und Trainingspferden immer besser zusammengreifen.

Daniela Rudnik  
pferdeosteopathie-rudnik.de

## Vorwort

Im Körper des Pferdes kann man kein Körperteil isoliert von einem anderen betrachten.

Alle Strukturen stehen über verschiedene Systeme miteinander in Verbindung, die ihrerseits auch Wechselwirkungen untereinander haben und sich gegenseitig beeinflussen.

Um einen Einblick in die komplexen Zusammenhänge zu geben, findet sich im ersten Teil eine kleine und keinesfalls komplette Darstellung der Bezüge zwischen Kiefergelenk und Zungenbein zum craniosacralen, faszialen und energetischen System.

Den zweiten Teil bildet eine ausführliche Einführung in Theorie und Praxis der Kau-Übungen nach Claudia Benedela mit Darlegung von Nutzen und Wirkung sowie Demobeispielen.

# Teil 1

## Die Bezüge von Kiefergelenk und Zungenbein zum cranosacralen, faszialen und energetischen System

von Daniela Rudnik

# Die Bezüge von Kiefergelenk und Zungenbein zum craniosacralen, faszialen und energetischen System

Um einen Einblick in die komplexen Zusammenhänge zu geben, finden Sie in den nachfolgenden Kapiteln eine kleine und keinesfalls komplette Darstellung der Bezüge zwischen Kiefergelenk und Zungenbein zum craniosacralen, faszialen und energetischen System.

## Das Kiefergelenk

Das Kiefergelenk (Temporomandibulargelenk/TMG) wird durch den Unterkiefer (Mandibula) und das Schläfenbein (Os temporale) gebildet.

Die Kaubewegung ist eine komplexe kombinierte Gleit- und Rotationsbewegung zwischen Ober- und Unterkiefer, an der viele unterschiedliche Muskeln beteiligt sind. So wirken zum Beispiel von rückenseitig alle Nackenmuskeln auf das Kiefergelenk ein, seitlich die Kaumuskulatur und von unten die Zungenbeinmuskulatur und die untere Halsmuskulatur. Hierüber wird das Kiefergelenk zum Beispiel auch bei Dysbalancen im Schultergürtel beeinflusst.

## Das Zungenbein

Das Zungenbein sitzt als knöchern-knorpelige Struktur zwischen den Unterkieferästen des Pferdes. Es ist eingebettet in Muskulatur, sodass lediglich sein Zungenfortsatz zu tasten ist. Es besteht aus mehreren stabförmig miteinander verbundenen Elementen und hat Bezug zum Zungengrund, dem Kehlkopf und dem Schläfenbein.

Es stützt die Zunge, Rachen und Kehlkopf und unterstützt den Unterkiefer in der Bewegung. Es ist ähnlich dem Kiefergelenk über die an Unterkiefer,

Schulterblatt und Brustbein ansetzende Muskulatur mit dem restlichen Körper verbunden, insbesondere auch Zwerchfell und Bauchmuskulatur.

Zusätzlich wirkt es als Schaltstelle zwischen den Kopf- und Körperfaszien und nimmt dort eine Pufferfunktion ein, weshalb es häufig in seiner gesunden Funktion beeinträchtigt ist.

Diskutiert wird auch seine Rolle als Gleichgewichtsorgan aufgrund seiner Verbindung zum Schläfenbein. Bei Gleichgewichtsproblemen findet man es oft beteiligt.



*Das Zungenbein ist ebenso wie das Kiefergelenk über die an Unterkiefer, Schulterblatt und Brustbein ansetzende Muskulatur mit dem restlichen Körper verbunden.*

## Das Craniosacrale System

Im Ansatz der craniosacralen Osteopathie ist der Schädel nicht nur ein einziger unbeweglicher Knochen zum Schutz des Gehirns, sondern die einzelnen Knochen, die den Schädel bilden sind über die Schädelnähte (Suturen) beweglich miteinander verbunden.

Über die Hirnhäute (Membranen) ist der Schädel (Cranium) mit dem Kreuzbein (Sacrum) verbunden.

Durch eine rhythmische Bewegung des Hirnwassers (Liquor), das in den Adergeflechten der Hirnkammern (Ventrikel) gebildet wird und den Schädel sowie das gesamte Rückenmark umgibt, kommt es zu bestimmten rhythmischen Bewegungen von Schädel und Kreuzbein, die sich in den gesamten Körper fortleiten.

Dieser für den geübten Therapeuten spürbare craniosacrale Rhythmus, auch primärer Atemmechanismus (PAM) genannt, hat eine wichtige selbstregulierende Funktion auf das Nervensystem und damit den gesamten Organismus, da das Nervensystem alle Funktionen und Prozesse des Körpers steuert.

Das Zentrum der Bewegung im Schädel bildet die Membran zwischen Hinterhauptsbein und Keilbein, die SSB (Synchondrosis sphenobasilaris).

Hierbei werden die vorderen (rostralen) Schädelknochen durch das Keilbein und die hinteren (caudalen) Schädelknochen durch das Hinterhauptsbein beeinflusst.

Das Kiefergelenk hat einen besonderen Bezug zum craniosacralen System.

Nach Pascal Evrard, der ein großartiges Standardwerk zur strukturellen Osteopathie beim Pferd verfasst hat, sind das mandibuläre System und das craniosacrale System „...keine autonomen Systeme; sie nehmen an der Homöostase teil und werden somit Zonen der Adaption und später der Kompensation in anderen Regionen des Körpers finden.“ (\*)

Er erklärt konkret den Bezug des Ober- und Unterkiefers zu den vorderen und hinteren Schädelanteilen und somit zum craniosacralen System mit seinem oben erwähnten Hauptbewegungszentrum, der SSB.

„Die Mandibula steht unter dem Einfluss des Os temporale und des Occiput, d.h. der „caudalen Kugel“, während die Maxilla (Oberkiefer, Anm. des Verfassers) unter dem Einfluss des Sphenoids steht, dem Meister der „rostralen Kugel“.“ (\*)

„Das mandibuläre craniosacrale System stellt also die funktionelle Einheit des Individuums, kontrolliert durch den PAM (primärer Atemmechanismus/ craniosacraler Rhythmus, Anm. des Verfassers), dar.“ (\*)

(\*) die letzten 3 Zitate aus: Pascal Evrard, Strukturelle Osteopathie beim Pferd, S.201



Alle Einschränkungen im Faszien-system des Körpers wirken sich auf die Bewegung des Hinterhauptsbeins und damit das Hauptbewegungszentrum im Schädel, die SSB (Synchondrosis Sphenobasilaris / Membran zwischen Hinterhaupts-bein und Keilbein) und damit das cranosacrale System aus.

Durch die oben dargelegte Einheit zwischen cranosacralem und mandibulärem System wird das Kiefergelenk als Dreh- und Angelpunkt im Pferdekörper nochmals verdeutlicht.



*Alle Einschränkungen im Faszien-system des Körpers wirken sich auf das cranosacrale System aus.*

## **Das fasziale System**

Die Faszien erfüllen zahlreiche wichtige Funktionen im Pferdekörper. Folgendes kann nur eine grobe Abhandlung über dieses komplexe System darstellen und soll insbesondere den Bezug zu Kiefergelenk und Zungenbein verdeutlichen.

Faszien sind bindegewebige Strukturen, die Muskeln, Knochen, Sehnen, Gefäße, Nerven und Organe umhüllen. Man kann sie als eine durchgehende Schicht im Körper verstehen.

Das fasziale System bildet verschiedene innere und äußere, längs, schräg und quer verlaufende Faszienzüge und Ketten. Es dient dem Halten von Spannung, der Kraftübertragung in unterschiedliche Richtungen, der Bewegungskoordination in verschiedenen Achsen und der Stoßdämpfung. Feinste Bewegungen werden aufgenommen und weitergeleitet.

Durch die zahlreiche Durchsetzung mit Nervenzellen besteht außerdem eine Verbindung zum autonomen Nervensystem. Der fasziale Zustand beeinflusst also den autonomen Zustand (Stress oder Entspannung, Empfinden von Sicherheit oder Unsicherheit) und umgekehrt.

„Das Faszien-gewebe kann selbst als ein Organ gesehen werden. Dieses Organ hebt die anatomische Trennung der Knochen am eindrucksvollsten auf, denn die Faszien sorgen dafür, dass sich die Teile des Körpers zu einem verbundenen Ganzen zusammenfügen.“ (\*)

*(\*) aus: Brigitte und Walter Salomon, Pferde-Osteopathie, Seite 96*

Die fasziale Störung wirkt wie ein Fixpunkt, an dem sich Kräfte konzentrieren und Bewegung zum Stillstand kommt. Die Spannung, die an der Störungsstelle entsteht kann



*Störungen an einer Stelle des Körpers können somit Kettenreaktionen mit strukturellen Veränderungen an weit entfernten Körperteilen hervorrufen.*

über das fasziale Gewebe an weit entfernt liegende Körperteile weitergeleitet werden und dort Probleme verursachen, wobei ein zu viel oder zu wenig an Spannung den Verlust von Stabilität bedeutet.

Fast alle Faszienketten haben direkten Bezug zum Schädel, weshalb sich Bewegungseinschränkungen am Pferdekörper bis zum Schädel mit Genick und Kiefergelenk fortleiten. Hierdurch hat das Faszien-system auch einen engen Bezug zum cranosacralen System und ist ein wichtiger Faktor für dessen reibungslose Funktion.

Der craniosacrale Rhythmus wiederum wird über die Faszien in den ganzen Körper weitergeleitet.

Um zu verhindern, dass sich Störungen in einer Faszienskette auf die ganze Kette übertragen, gibt es 8 Pufferzonen auf den ganzen Pferdekörper verteilt, die man fasziale Gürtel nennt. Die faszialen Gürtel sind zu dem in Längsrichtung verlaufenden System quer verlaufende Fasern, die die Spannung verteilen, die auf diese Stelle einwirkt. Damit sind sie immer kritische Zonen und sehr anfällig für Störungen.

Einen direkten Bezug zum Kiefergelenk hat zum einen der **Tentorium cerebelli Gürtel**, der zwischen den beiden Schläfenbeinen verläuft und faszial verbunden ist mit Hinterhauptsbein und Keilbein.

Zum anderen bilden zwischen den Unterkieferästen quer verlaufende Fasern den **Zungenbeingürtel**, der die Pufferwirkung des Zungenbeins erklärt.



*Der zwischen den beiden Schläfenbeinen liegende **Tentorium cerebelli Gürtel** und der **Zungenbeingürtel** sind fasziale Puffersysteme mit direktem Bezug zum Kiefergelenk und wie alle Pufferzonen sehr störanfällig.*

## **Das energetische System**

Es ist ausgesprochen wichtig Bewegung auch in seiner energetischen Komponente zu sehen, das heißt als Zusammenspiel zwischen Muskeln, Faszien und dem Energiefluss in den Meridianen.

Über eine Beeinflussung des energetischen Systems kann eine Verbesserung der Bewegung erfolgen. Andererseits hat eine harmonische Bewegung einen großen Einfluss auf das energetische System.

Ein Meridian versorgt nicht nur das Organ, nachdem er benannt ist, sondern auch alle Strukturen über die er verläuft.

Somit können muskuläre Blockaden Energieflussstörungen in den Meridianen verursachen, die über sie hinweg ziehen, aber auch über Bewegungsstörungen in den Muskeln, die ihnen zugeordnet sind. Über die multidimensionalen Bezüge in der TCM kann es durch Energieflussstörungen an einer Stelle des Körpers zu Fernwirkungen im ganzen Organismus kommen.



*Über eine Beeinflussung des energetischen Systems kann eine Verbesserung der Bewegung erfolgen. Andererseits hat eine harmonische Bewegung einen großen Einfluss auf das energetische System.*

Sehr interessant ist, dass einige Meridiane teilweise denselben Verlauf wie die faszialen Ketten haben. Die Faszien Gürtel haben dagegen einen engen Bezug zu den (beim Pferd 8) Hauptenergiezentren, den Chakren.

Von den 12 Meridianen haben eine besondere Verbindung zu Kiefergelenk, Zungenbein und Zunge der **Dünndarm-Meridian**, der **Magen-Meridian** und der **innere Ast des Milz-Pankreas-Meridians**.

### Verbindung Kiefergelenk – Dünndarm-Meridian

Zugeordnet wird das Kiefergelenk dem Dünndarm-Meridian.

Dieser unterstützt das Gebiet um den ersten Halswirbel und ist verantwortlich für eine aktive Vorhandtätigkeit. Verstärktes Abfußen der Vorhand und freies Antreten in die Bewegung zählen ebenfalls zu seinen Wirkungen. Er fördert die Gehlust und über die Zuordnung zum Element Feuer die Freude an der Arbeit. Außerdem wirkt er schleimlösend.

Über die kinesiologische Zuordnung zum M. Quadrizeps femoris (vierköpfiger Muskel des Oberschenkels) nimmt der Dünndarm-Meridian darüber hinaus auch Einfluss auf die Hinterhand.

Bei Energieflussstörungen in diesem Meridian findet sich Nackensteife, eine verhärtete Halsbasis und eine verminderte Vorhandbewegung. Zusätzlich Schmerzen im gesamten Meridianverlauf und Schulterlahmheit.

### Verbindung Kiefergelenk – Magen-Meridian

Der Magen-Meridian hat lagebedingt ebenfalls einen großen Bezug zu Kiefergelenk und Zungenbein, ebenso zur Unterhals- und Zungenbeinmuskulatur. Zugeordnet wird ihm auch das Nackenband.

Zu seinen Hauptwirkungen am Bewegungsapparat zählen das Fallenlassen des Halses, das Vorschwingen der Hinterhand und insgesamt eine gute Hinterhandaktivität.

Dysbalancen machen sich bemerkbar durch Kiefergelenksprobleme, schmerzende Bauchmuskeln, Probleme beim Senken des Kopfes sowie durch eine Beuge- und Streckhemmung im Knie. Lahmheiten und Schmerzen der Hinterhand sind ebenfalls Symptome für Störungen im Magen-Meridian.

### Verbindung Zunge – Milz-Pankreas-Meridian

Dann ist noch die Verbindung der Zunge zum Milz-Pankreas-Meridian zu erwähnen, dessen innerer Ast in die Zunge verläuft.

Der Milz-Pankreas-Meridian ist der Haupt-Meridian des Bindegewebes und hat damit großen Einfluss auf das fasziale System. Aber auch die Muskulatur ist ihm zugeordnet.

Hauptwirkungen auf die Bewegung sind das Loslassen der Rippenmuskulatur, Geraderichten und Gleichgewicht und damit eine spurige Fußung.

Bei Einschränkungen ist das Abspreizen des Hinterbeines beeinträchtigt und es kommt zu Knieproblemen, vor allem einer nach oben blockierten Kniescheibe. Die seitliche Biegung ist erschwert mit einseitiger Versteifung. Schmerzen im inneren Hinterbein und Lahmheiten der Hinterhand sind ebenfalls Symptome.

*Hauptwirkungen und Symptome der erwähnten Meridiane aus:  
Walter Salomon, Die energetische Behandlung des Pferdes*

## **Teil 2**

# **Kau-Übungen nach Claudia Benedela – Wirkung und Nutzen**

von Claudia Liane Benedela

# **Kau-Übungen nach Claudia Benedela – Wirkung und Nutzen**

## ***Theorie der verschiedenen Methoden***

Da es verschiedene Methoden aber auch Bezeichnungen für die Kau-Übungen gibt, möchte ich hier genau erklären, wie ich sie bereits seit vielen Jahren durchführe.

Ziel ist immer ein Mobilisieren, eine Beweglichkeit in den Kiefergelenken und Zungenbeinmuskulatur zu erreichen, um damit eine Durchlässigkeit des gesamten Pferdekörpers zu erzielen.

Anfangs hatte ich sie mit der Trense durchgeführt. Da ich jedoch bemerkte, dass doch recht viele Pferde eine gewisse Aversion gegen das Gebiss per se haben, aber sonst locker kauen würden, ließ ich zwar die Trense im Maul, doch fuhr ich mit dem Finger vor die Trense und streichelte die Zunge. Das half, jedoch machte die Zunge nur eine leichte Bewegung, die Mobilität in den Kiefergelenken war mir jedoch viel zu gering, da das Maul zu wenig geöffnet wurde.

Daraufhin überlegte ich im Selbstversuch, wie ich kaue und die Zunge bewege, wenn ich einen Löffel auf oder ein Sonnenblumenkern unter der Zunge habe, den ich mit einer größeren Zungenbewegung vom Zungenrund nach oben befördern wollte. Dabei führte ich nämlich eine andere Kieferbewegung durch. Ich musste dafür den Mund, soweit es mir möglich war, deutlich mehr öffnen, da sich die Zunge alleine bereits mehr bewegte, um den lästigen Kern nach oben zu befördern.

Voila – das war genau das, was ich wollte. Größere Kieferbewegungen, die das Pferd aufgrund einer veränderten Zungenbewegung selbst durchführte, so intensiv wie es dies selbst zulassen konnte.

Diese Methode nutzte ich recht zügig, da ich merkte, wieviel rascher die Pferde sie annehmen konnten und sich dabei im Genick, Hals und damit in der Vorhand lösten. Letztendlich ertappe ich die Pferde immer wieder, wie sie diese Art der Mobilisierung selbst auf der Koppel oder beim Putzen oft in sich versunken durchführen.

## ***Kau-Übungen – Mobilisierung über das Gebiss***

Mit Gebiss durchgeführt wirkt der Impuls über Druck von der Trense auf die Zunge oder auf die Maulspalten. Bei zu deutlicher Durchführung läuft man Gefahr, mit dem Gebiss zu stark auf die empfindliche Zunge und/oder den Unterkiefer, der nur mit einer sehr dünnen Schicht Zahnfleisch überzogen ist, zu wirken. Auch ist bei einigen Pferden die Trense selbst mit Schmerz, Gewalt oder Unwohlsein verknüpft. Gerade in der Arbeit mit Korrektur- oder Reha-Pferden möchte ich jeglichen unnötigen Stress, zusätzlichen Schmerz oder zu heftige Abwehrreaktionen gegen die Trense vermeiden. Die Aufmerksamkeit der Pferde wünsche ich mir auf die Körperbereiche zu lenken, die ich zu korrigieren oder aufzubauen versuche.

## *Kau-Übungen mit Zeigefinger unter der Zunge*

Rückblickend waren es die Pferde, die mit Druck auf der Zunge negativ reagierten, die mich zu meiner heutigen Methode geführt haben. Mit dem Zeigefinger nur unter der Zunge liegend waren sie unvoreingenommen und wollten nur diesen zwar lästigen, aber nicht schmerzhaften „Sonnenblumenkern“ unter der Zunge loswerden.

Die Stärke der Bewegung ihrer eigenen Zunge und damit der Kieferbewegungen steuern sie nämlich selbst. Möglicherweise ist die Kieferaktivität so eingeschränkt, dass eine zu große Zungenbewegung vermieden wird. Oder der Zungenbeinmuskulatur selbst ist diese größere Bewegung unangenehm. Daher steht es den Pferden frei, dies über weniger Zungenbewegung, das Einziehen der Zunge oder über deutliches Rausstrecken oft seitlich mit Verdrehen der Zunge selbst zu regulieren und sich ihrem Empfinden, den Kopf zu verdrehen, den Unterkiefer zu verrenken, sich zu schütteln etc. anzupassen.

Nicht nur psychisch sondern auch physisch benötigen die Pferde während der Kau-Übungen zahlreiche Pausen, um in ihren eigenen Körper mehr hinein fühlen zu können. Um nachzuspüren, was diese vermehrte Bewegung des Kiefers bzw. der Zunge im Rest des Körpers, bis zum Becken hin, bewirkt. Ein wichtiger Punkt ist auch, dass sich Blockierungen anfangs zumeist nur in den Kau- oder Ruhepausen lösen können.

Gerade bei Pferden mit massiven Muskelverspannungen sind die Kau-Pausen ein entscheidender Faktor, ob sich Pferde schneller und vertrauensvoller auf die Kau-Übungen einlassen können oder nicht.

Mehr Mobilität in den Kiefergelenken und in der Zunge führt zu einer Kettenreaktion:

- mehr Beweglichkeit im Genick und in der Halswirbelsäule (Balancierstange!), dadurch zu
- mehr Schulterfreiheit (bessere Mobilität in der Vorhand sowie Schulterblattaktivität), dadurch zu
- mehr Rückentätigkeit, dadurch wiederum zu
- mehr und erleichterte Übertragung der Schub/Tragkraft aus der Hinterhand, zu
- mehr Durchlässigkeit bis zum Genick und dadurch wieder zu
- mehr Beweglichkeit im Zungenbein und den Kiefergelenken, usw

Das bedeutet, dass ich im Reha-Training mit dem Grad der Kiefer/Zungenbeweglichkeit steuern kann, wie deutlich ich die kompensatorische Verspannung in diesem einen Bereich löse. Nun muss ich andere Bewegungsreize setzen, die dem Pferd eine Alternative zu seiner sonstigen Strategie – „Verspannung schützt mich“ – bieten.

Ein wichtiger Grundsatz ist, durch die Kau-Übungen nur so viel zu öffnen bzw zu lösen, als das Pferd auch tatsächlich imstande ist, für die paar Minuten des Training meine Korrektur-Bewegungsvorschläge auch anzunehmen.

**!** *Man darf beim Korrektur- oder Reha-Training immer nur so viel lösen, als man dem Körper alternative Bewegungen bieten kann und er sie auch zu leisten imstande ist.*

Und diese Korrektur-Bewegungen sind oft äußerst kräftezehrend. Es ist anstrengend sowohl Verspannungen loszulassen als auch mit den bislang bewegungsunterversorgten Muskeln wieder zu arbeiten.

### ***Verspannungen schützen und schädigen***

Eine andere Option ist, das Pferd weiterhin in seinen falschen Mustern zu bewegen. Jedoch schädigen und ermüden diese wiederum Strukturen, die für diese Art der Bewegung nicht vorgesehen sind. Das wiederum veranlasst die Pferde, ihren Körper in Form von weiteren Verspannungen an anderer Stelle zu schützen, was wiederum zusätzliche Kompensationen wegen Dysfunktion in weiteren Bereichen zur Folge hat. Eine Zwiebelchale nach der anderen baut sich auf und die Abwärtsspirale setzt sich fort. Das Pferd wird nur immer steifer und unbeweglicher werden, was der Gesundheit, der Psyche aber auch dem täglichen Wohlbefinden und damit der Lebensqualität des Pferdes sehr abträglich ist. Unsoziales Verhalten in der Herde, ängstliche übersteigerte Reaktionen, niedrige Reizschwelle bei Druck, Missmut, Lust- und Teilnahmslosigkeit möchte ich hier erwähnen.

Ein Pferd in seinen Verspannungen zu belassen ist für die Besitzer und auch aufgrund meiner jahrelangen Erfahrung als Reha-Trainerin daher ein No-Go. Auch wenn das Training anfangs nur in Minischritten vorankommt, da die Bewegungen auch mental dermaßen gefestigt sind, muss ich mir und dem Pferdekörper die Zeit für den Umbau einfach geben. Daher gilt: Je früher man mit der Korrektur anfängt, so langwierig und zeitraubend sie auch sein möge, desto besser ist es.

„Es dauert, solange es dauert“ ist einer meiner Lieblingssätze!

### ***Die Wirkung in der Korrektur- und Reha-Phase***

Wie bereits erwähnt, führen die Kau-Übungen zu einer Kettenreaktion an Lockerungen diverser Blockierungen, die sich das Pferd als Fluchttier aus den unterschiedlichsten Gründen als Hilfe zugelegt hat.

Sei es als Kompensation direkt an dem gerade von uns gelockerten einst verletzten Muskelbereich oder sei es als kompensatorische Muskelverspannung, die ihm als Krücke gegen Schmerzen oder Verletzungen an einer anderen Stelle des Körpers dient und es so versucht, dies dadurch auszugleichen.

Das bedeutet, dass ich während des Trainings durch das Lösen von Blockierungen über ein jetzt gängigeres Maul und den nun vermehrt gelockerten Hals die oberste Lahmheit (zumeist sind es viele kleinere, sich überdeckende) entdeckte, die das Pferd mithilfe der Verspannung kaschieren und sich somit schützen wollte.

## ***Die Kau-Übungen als Diagnosemittel – die Grundlage für eine Korrektur***

Sobald ich nun erkenne, wo genau die im Moment augenscheinlichste Lahmheit auftritt, werde ich Übungen durchführen, die diesen jetzt „freigelegten“ Bereich statt der kompensatorischen Verspannung schützen und diese Struktur unterstützen.

Das bedeutet, ich werde dem Pferd korrekte Bewegungsmuster anbieten, die es statt der kompensatorischen Falschen durchführen sollte, um sich somit langfristig selbst schützen zu können. Sehr oft sind das in der Praxis nur ein paar Schritte, die extrem ermüdend sind, deren Durchführung aber auch für das Pferd eine Überwindung bedeutet. Denn die Bewegungen werden trotz des zu erwartenden vermeintlichen Schmerzes (Schmerzgedächtnis) durchgeführt. Daher sind zahlreiche Pausen, oftmals mit Kau-Übungen, für diese mental wie körperlich sehr anstrengende Körperarbeit unumgänglich. Diese Bewegungen müssen dann auch konzentriert und sehr langsam durchgeführt werden, damit das Pferd mitdenken kann und so bewusst die Bewegungen ausführt, die es sonst vermieden hat.

Verspannt es sich nach ein paar korrekten Schritten wieder im Hals/Kieferbereich, lockere ich diesen sofort wieder mit den Kau-Übungen, gebe dem Pferd ein paar Sekunden um sich wieder zu lösen und werde erneut mit dem jetzt gelösteren Körper die korrekten Bewegungen wieder für ein paar Schritte durchführen. Dies jedoch abermals nur so lange das Pferd sein Werkzeug Hals/Kiefer locker halten kann. Sobald wieder Verspannungen auftreten, beende ich die Korrekturbewegung erneut und lockere über die Kau-Übungen zunächst die Verspannungen im Hals/Kieferbereich, bevor ich die Korrekturbewegung wiederhole. Kann das Pferd keinen korrekten Schritt mehr durchführen, beende ich diese Korrekturbewegung augenblicklich und nutze die Kau-Übungen zumeist im Stehen wieder so lange, als es wieder gelöst ist. Nach mehreren solchen Durchgängen beginne ich zB mit der Trabarbeit oder beende das Training für heute völlig aber mit einem lockeren Hals/Kieferbereich. Morgen ist auch noch ein Tag! Fordern nicht Überfordern ist die Devise.

### **Kauen im Stand und in Bewegung**

Beginnend mit den Kau-Übungen im Stand hat das Pferd zumeist genug zu denken: Was sie bewirken, was sich in seinem Körper plötzlich abspielt, wie sich Bereiche plötzlich anders anfühlen, wie sich die Balance im Körper verändert. Es ermöglicht ihm auch zu erkennen, wohin diese Übungen führen könnten.

In weiterer Folge wende ich die Kau-Übungen auch im Gehen an, zumeist auf größeren Volten. Ich beginne immer auf einem Zirkel oder einer größeren Volte oder sogar nur auf einer viertel oder halben Volte. Je nach Möglichkeit und Zähigkeit des Pferdes manchmal sogar auf geraden Linien, um den Schub nicht zu verlieren. Denn der Schub von hinten nach vorne muss erhalten bleiben, damit die Vorhand in keinem Fall zu ziehen beginnt. Dies hätte nämlich wiederum eine Verspannung im Hals/Kiefer zur Folge. Pferde mit sehr verspannter Vorhand werden bei den ersten Schritten sofort beginnen, sich abermals zu verspannen,

**!** *Um Muster nachhaltig zu verändern, müssen Bewegungen langsam und bewusst durchgeführt werden.*



weswegen die Kau-Übungen im Gehen dann fast unmöglich sind. Daher noch einmal und etwas länger die Kau-Übungen im Stehen durchführen und danach mit ausreichend Schub angehen.

Abwehrreaktionen der Pferde äußern sich in Zähne zusammenbeißen, rückwärts schieben, Kopf hochreißen, mich wegdrängen oder einfach losrennen. Hier nutze ich die Kau-Übungen abermals im Stehen, einerseits zur Lockerung aber auch zur Beruhigung und Entspannung.

### *Die Halsaußenbiegung als wichtiges Tool*

Um es dem Pferd so leicht wie möglich zu machen, arbeite ich nach den Kau-Übungen im Stand in der Bewegung sehr gerne in Halsaußenbiegung (übrigens in allen Gangarten). Durch das Öffnen der inneren Schulter wird dem Pferd der Vorgriff der inneren Vorhand erleichtert, was wiederum zu mehr Durchlässigkeit und vermehrter Hinterhandaktivität führt. Unser Ziel ist es den Kopf/Hals/Schulterbereich locker zu halten und gleichzeitig die Hinterhand ein wenig mehr als Motor in die Pflicht zu nehmen.

### *Kauen als Hilfe zur Selbsthilfe*

Als Steigerung der Kau-Übungen im Stand und in der Schrittbewegung nehme ich auch gerne gezielt mit der Hand Kontakt auf den Halswirbeln auf (zuerst nur Hand einfach auflegen). Oft springen mich die schmerzhaften Halsbereiche förmlich an. Ich sehe oder fühle in diesen Bereichen eine starke Halsmuskelspannung, die das Pferd an dieser Stelle in der Bewegung bei jedem Schritt stört oder behindert.

Manche Pferde reagieren alleine auf das Handauflegen deutlich abwehrend, weil Druck auf diesen Bereich einfach einen falschen Impuls auf die Halswirbelsäule gibt. Alleine schon beim Putzen des Pferdes oder streicheln weichen sie aus. Man sollte das wahrnehmen und akzeptieren als das, was es ist: Eine momentan noch zu schmerzhaft oder unangenehme Stelle, die keinerlei Berührung oder Druck verträgt.

Wenn man das Pferd alleine nur im Stand kauen lässt, dann wird man erkennen, dass die Pferde, wenn sie es als angenehm empfinden, dabei den Hals von sich aus mehr seitlich, nach vorne oder tiefer zum Boden zu dehnen beginnen. Alleine dadurch erreichen sie das Lösen exakt an dieser Stelle, an der wir sie zuvor mit unserem gut gemeinten Handkontakt eher noch in eine größere Verspannung gezwungen hätten.

Das bedeutet, wenn Pferde verstanden haben, wie und an welcher Stelle ihnen die Kau-Übungen in Zusammenspiel mit einer Halsdehnung (nach rechts, nach links) oder sogar mit einer oft sehr deutlichen Drehbewegung des Halses womöglich in Verbindung mit dem Verrenken des Unterkiefers, dem Eindrehen der Zunge nützen, werden sie diese dann sogar selbst auf der Koppel durchführen. Manche beginnen auch mit diesen Verrenkungen, sobald ich mit dem Finger unter die Zunge gleite. Ich erinnere sie, sich doch selbst zu helfen, um sie genau zu dieser Dehnung zu animieren, die sie dann schlussendlich wunderbar und in eigenen Bewegungen durchführen können.

## *Nasenriemen, Kappzaum und Co*

Haben Pferde einmal gelernt sich so zu helfen, fordern sie das auch oft während des Reitens oder in der Hand- oder Longenarbeit ein. Hier ist es an uns, wachsam zu sein und sofort zu reagieren und auf ihre Bedürfnisse einzugehen. Schließlich haben wir ihnen ja durch die Kau-Übungen gezeigt, wie sie sich helfen können.

Deutliche Kaubewegungen und Kieferverrenkungen funktionieren aber nur dann, wenn kein Nasenriemen oder kein zugespannter Kappzaum das Pferd daran hindert. Wie die Zusammenhänge zwischen eingeschränkten Kieferbewegungen und dem Aufbau von Kompensationen sind, kann man sich spätestens jetzt gut ausmalen. Dies ist der Grund, warum ich gerade im Reha- und Korrekturtraining auf nasenriemenfreies Arbeiten Wert lege. Selbst bei einem durchlässigen Pferd schnalle ich die Nasenriemen sehr, sehr locker oder schnalle ihn ab, um dem Pferd eine etwas größere Maulbewegung zu ermöglichen. Und für mich ein Hinweis, sorgsam und sanft mit Zügel/Longenbewegungen (ich hänge die Longe auch seitlich ein) umzugehen, sonst rutscht der Riemen zu nahe zum Auge!

Dieses Maulaufsperrn kann bei kurzzeitigen Becken- oder Rückenproblemen als wunderbares Ventil wirken, um so die Bewegung des Beckens trotzdem durchführen zu können, ohne sich dabei im Genick abermals verspannen zu müssen.

## *Einschränkungen – Exkurs ins Reha-Training*

Verspannungen sind immer ein Alarmzeichen, dass der Körper aus welchen Gründen auch immer, kompensiert. Sei es um sich zu schützen, einem permanenten Schmerz (Hufe!, Hufrolle, Zähne etc) auszuweichen, sich zu stabilisieren (sehr mobile Pferde) oder sei es um eine deutliche und oft sogar schmerzhaftige Bewegung einer Gliedmaße (Fesselträger, Sehne, Gelenk zB) muskulär abzufangen oder abzubremsten.

Ein häufiger Grund ist aber ebenso, dass das Pferd ein aufgrund einer Verletzung erlerntes falsches Bewegungsmuster einfach auch nach der Heilung beibehalten hat und sich so diese Bewegung weiterhin als „korrekt“ anfühlt und es dies vermeintlich für seine Balance weiterhin benötigt. Fehlbewegungen können übrigens durchaus auch nur für einen Teil eines Bewegungsablaufes zutreffen.



*Gerade im Korrektur und Reha-Training darf man nur eine Zwiebelschale nach der anderen abpellen, um dem Körper Zeit zu geben, die kompensatorischen Bewegungen zu löschen, bevor man die nächste Zwiebelschale zu entfernen versucht.*

*Es dauert so lange es dauert!*

*(Buch: Korrektur- und Reha-Training, Claudia Benedela)*

Das bedeutet, dass man sich immer das ganze Pferd, jede Bewegung jeder Gliedmaße ganz genau ansehen muss und dabei alte Verletzungen und Kompensationen im Hinterkopf behalten. Dann ist es möglich, dem Pferd Schale für Schale aus der schichtweise angeeigneten Verspannungszwiebel herauszuhelfen.

Ein Hinweis, dass man die Ursache für die Kompensation/Verspannung noch nicht gefunden hat ist, wenn man ständig auf die gleichen Problemen stößt und das Pferd

immer gleiche oder ähnliche Verletzungen aufweist. Daher ist es wichtig, genau zu analysieren und sich möglichst zügig Hilfe zu holen, sich rasch anderweitig trainingstechnisch umzusehen oder eine andere Expertenmeinung einzuholen.

Die Kau-Übungen sind dazu da, dem Pferd aus Verspannungen zu helfen um ihm so alternative, physiologischere Bewegungen überhaupt schmackhaft machen zu können. Es gibt jedoch Ausnahmen, wo ich derlei Schutz-Verspannungen belasse, während ich versuche, das Pferd auf- bzw umzubauen, was oft sehr schwierig und manchmal leider unmöglich ist. Aber gelingt es mir zumindest für einen Teil, benötigt es diese Verspannungen nicht mehr als hilfreiche Krücke und wird sich selbst davon loslösen. Gelingt es nicht genügend, arbeiten wir zumindest immer in die richtige Richtung und versuchen, dem Pferd mehr Wohlbefinden und Balance zu bringen!

### ***Ausnahmen für Kau-Übungen – Besondere Vorsicht!***

Als wichtigen Hinweis, wo ich die Kau-Übungen als lockernde Übungen **NICHT** durchführe, möchte ich hier sehr durchtrittige Pferde benennen, wenn diese den Hals massiv als Verspannungs-Hilfe dringend benötigen, um sich schmerzfrei auf den Beinen halten zu können.

Pferde mit der sehr schmerzhaften und leider degenerativen Erkrankung bzw. Entzündung der Fesselträger, der DSLD (Degenerative Suspensory Ligament Desmitis) benötigen diese Verspannungen in den Gliedmaßen ebenso massiv, weshalb man die Kau-Übungen zum Lockern auf keinen Fall durchführen sollte.

**SEHR VORSICHTIG** und sehr sanft, wenn überhaupt! arbeite ich mit den Kau-Übungen bei Pferden mit Nackenbandansatz-Problemen (Verkalkungen, Teilabriss) am Okziput.

Bei Kieferastbruch oder Schädebruch in der Akut-Phase oder bereits in Heilung sind die Kau-Übungen ebenso ein **No-Go**. Nach Heilung und **Freigabe durch den Tierarzt** auch nur sehr vorsichtig, kurz und langsam und sehr behutsam um nur so viel an mehr Mobilität in die Kiefergelenke zu bekommen, damit sich das Pferd wieder etwas freier bewegen kann und sich so selbst durch die vermehrte Bewegung wiederum wohler fühlt, was seinerseits der Regeneration hilft.

Ebenso wäge ich den Nutzen bei Pferden mit Kiefergelenksarthrosen oder mit Geschwüren (Melanome zb) im Maul gründlich ab und führe sie im Zweifelsfall lieber nicht durch, als Entzündungen zu provozieren.

**Bei all diesen Fällen bitte immer Rücksprache mit dem Tierarzt bzw. der Tierärztin halten! Auch sollte in diesen Fällen immer ein Austausch zwischen Tierärzt\_innen, Reha-Trainer\_innen bzw. Physiotherapeut\_innen stattfinden.**

## *Praktische Durchführung*

Wichtig ist, dass man nur den Zeigefinger (nur einen Finger nicht mit 2 oder 3) abwinkelt und unter die Zunge gleitet. Gleichzeitig stützt man sich mit den 3 abgewinkelten Fingern außen am Unterkieferast ab, um so ruhiger und sicherer vor den Backenzähnen platziert zu sein. Der Zeigefinger wird ausschließlich unter die Zunge geschoben.

Einzig wenn das Pferd überhaupt nicht reagiert, kippe ich das Handgelenk ein wenig hin oder her. Je nachdem wie kräftig die Zunge ist (stark bei größerer Verspannung im Kiefer und Hals auf dieser Seite) und uns vom Zungenrund befördern möchte, muss man den Druck der 3 abgewinkelten Finger etwas erhöhen. Gleichzeitig halte ich entweder

das Stallhalter seitlich fest oder ich umfasse, so wie hier, die Nase des Pferdes. Safety first!



*Beispiele für Kau-Übungen mit Gebiss*



*Beispiele für Kau-Übungen ohne Gebiss*

### ***Beispiele für den Nutzen im Korrektur- bzw. Reha-Training***

Einige weitere Beispiele der häufigsten Probleme meiner Trainingspferde, bei denen die Kau-Übungen im Zusammenspiel mit diversen Übungen sehr erfolgreich durchgeführt werden, möchte ich hier benennen.

- Kissing spines
- Rotierter Brustkorb
- Harter, verspannter Rücken
- Beckenschiefstand
- Trageerschöpfung
- PSSM 1 und PSSM 2
- Huster
- Hufrehe
- Headshaker
- Ataxie
- Hufrollenproblematik
- High/Low heel (Hufdysbalance)
- Hufknorpelverknöcherung
- Fissuren und Knochenzysten
- Veränderungen in der Halswirbelsäule
- Sehnenverletzungen
- Muskelfaserrisse
- Muskelabrisse
- Knieprobleme

Rückblickend auf mittlerweile viele Jahre im Reha-Training mit Pferden mit oft ganz furchtbaren Prognosen oder schier hoffnungsloser oder zeitlimitierter Zukunft, kann ich

hier ganz klar und mit großer Überzeugung sagen, dass die Kau-Übungen mein stärkstes, aber auch mein strukturschonendstes Werkzeug im Kampf gegen Schmerzen, Kompensationen und angelegte falsche Bewegungsmuster sind.

Wenn ich mit Pferden arbeiten darf, die große teils chronische Schmerzen haben und ich ihnen und ihren Besitzer\_innen zeigen kann, wie sie sich in Minuten alleine durch das Kauen im Stehen bereits helfen können, dann bin ich sehr dankbar, ihnen dieses Hilfsmittel in die Hand geben zu können.

Die Kau-Übungen bringen oftmals auch Hoffnung, wo man keine mehr hatte!

## *Nachwort*

Das Gesamtsystem des Pferdes kann man als eine Art Spiegel zu seiner Vergangenheit betrachten. Es ist ein Abbild der Summe seiner Bewegungen, körperlichen und seelischen Erfahrungen im positiven wie negativen Sinne, der äußeren Einflüsse durch Haltung und Training, Traumata, Verletzungen usw.

Die Kau-Übungen wie wir sie durchführen, stellen ein wertvolles Werkzeug dar. Ein Werkzeug, das es dem Pferd ermöglicht fasziale, muskuläre und energetische Blockaden in Lösung zu bringen. Durch unsere Hilfe, aber auch selbstwirksam kann es dadurch zu einem Bewegungsmuster finden, dass sein körperliches und seelisches Wohlbefinden verbessert und ihm einen Zugang zu selbstregulatorisch wirkenden Kräften ermöglicht, die nach Ordnung und Balance streben.



Mögen wir dem Körper und vor allem auch der Seele des Pferdes auf Augenhöhe begegnen und es in diesem Bestreben nach Balance und Harmonie unterstützen.

## ***Quellenangaben***

*Pferde-Osteopathie*, Brigitte Salomon und Walter Salomon

*Praxis der Pferdeakupunktur*, Jean-Yves Guray und Emiel van den Bosch

*Die energetische Behandlung des Pferdes*, Walter Salomon

*Strukturelle Osteopathie beim Pferd*, Pascal Evrard

*ABC OF THE HORSE Atlas*, Pauli Grönber

*Korrektur- und Rehabilitationstraining*, Claudia Benedela (Eigenverlag)

*Online Intensivkurs Kau-Übungen mit Claudia Benedela*, Herzenssache Pferd