



Tohtori David Marlin.

Toimivatko hevosten rauhoittavat valmisteet?

Hevoset ovat yksilöitä. Niistä löytyy sellaisia, jotka stressaantuvat helposti ja ovat levottomia. Syy voi löytyä perimästä, aikaisemmista huonoista kokemuksista tai käsittelystä. Hermostunut hevonen saattaa käyttäytyä tavalla, joka vaikeuttaa sen hallintaa. Säikkyminen, pystyyn nouseminen, pureminen, ryöstäminen tai pillastuminen voi olla paitsi epämiellyttävää, myös jopa vaarallista sekä hevoselle että sen omistajalle.

Kun tiedetään, millaisia ovat joidenkin hevosten ei-toivotut käyttäytymistavat uusissa jännittävissä tilanteissa, voidaan miettiä, millainen rauhoittava valmiste lievittäisi nopeasti stressiä. Kun hevonen ei stressaa, se voi oppia ja sopeutua uuteen tilanteeseen paremmin.

Seuraavassa tarkastellaan joitakin hevosten rauhoittavissa valmisteissa yleisesti käytettyjä aineita ja selvitetään, miten ne saattaisivat vaikuttaa ja onko niiden vaikutusta hevoseen pystytty osoittamaan.

Magnesium

Löytyy rauhoittavia valmisteita, joiden väitetään sisältävän ”parempia” magnesiuminlähteitä kuin muut. Tämä kuulostaa hyvältä, mutta sillä todennäköisesti ei ole suurtaakaan merkitystä. Hiirikokeiden perusteella oletetaan magnesiumin antamisella olevan antidepressiivistä ja ahdistusta lievittävää vaikutusta. Tosin annetut määrät olivat erittäin suuria eikä magnesiumia syötetty, vaan se ruiskutettiin suoraan vatsaonteloon.

Toisessa hiirikokeessa osoitettiin että hiirien ahdistus lisääntyi kun niiden rehusta puuttui magnesium.

Hevosilla magnesiumin puutos on harvinaista, sillä useimmat rehuvaliot sisältävät riittävästi magnesiumia. Magnesiumin lisääminen haittaa kalsiumtasapainoa ja lisää luusto-ongelmien riskiä. Hiljattain tehdyssä tutkimuksessa todettiin, että hevosille annettuna 11 g magnesiumia magnesiumaspartaatin muodossa (jota hevonen kykenee käyttämään paremmin hyväkseen kuin perinteisesti käytettyä magnesiumin muotoja) hidasti hevosten reaktionopeutta verrattuna kontrolliryhmään. (Dodd et al. (2015) Journal of Equine Veterinary Science). Tämä vastaa noin 140 grammaa magnesiumyhdistettä päivittäin annettuna, mikä on noin kymmenen kertaa enemmän kuin tavallisimpien magnesiumvalmisteiden sisältämä määrä.



Stressaava hevonen ei suorita optimaalisesti kilpailuissa. Markkinoilla on monia erilaisia valmisteita, joilla sanotaan olevan rauhoittava vaikutus hevoseen.



Selvittämättä on myös, vaikuttiko suuri magnesiumannos lihasten aktivoitumiseen vai aivoihin, rauhoittiko se hevosta vai hidastiko se vain hevosen reaktiokykyä, tai sekkä että? Kiinnostavaa kyllä magnesium ei ole FEI:n kiellettyjen aineiden listalla, mikä saattaa antaa osviittaa sen tehosta.

Kalsium

Jos kuulut niiden ratsastajien ja valmentajien joukkoon, jotka vannovat kalsiumin nimeen, saatat hämmästyä kuullessasi että kalsiumin puutteen yhteydestä poikkeavaan käytökseen tai levottomuuteen ei ole selvää näyttöä.

Rottakokeessa runsaasti kalsiumia sisältävän nesteen infusoiminen lisäsi rehunsyöntiä ja aiheutti kouristuksia. Ihmisillä stressin on osoitettu lisäävän kalsiumin ja magnesiumin eritystä virtsassa, mutta tämä ei tarkoita että stressi johtuu kalsiumin tai magnesiumin puutteesta. Tilanne on päinvastainen – stressi saattaa johtaa kalsiumin ja magnesiumin puutteeseen. Kalsiumilla on muutamissa koikeissa osoitettu olevan yhteyttä käyttäytymisen ja psyykkisen tilan muutoksiin – mutta silloin kun lääkkeillä on estetty kalsiumin pääsy aivoihin.

Ensinnäkin arvioisin, että kalsiumin syötämällä todennäköisesti ei ole positiivista vaikutusta hevosen käyttäytymiseen. Paitsi että rauhoittavat valmisteet sisältävät melko vähän kalsiumia, tieteelliset perustelut sen vaikutukselle puuttuvat.

Toisekseen, jos annettaisiin kalsiumia niin

paljon, että se pystyisi vaikuttamaan aivo-selkäydinnesteen kalsiumpitoisuuteen, se käytettävissä olevan tiedon perusteella pikeminkin pahentaisi olemassaolevia käyttäytymishäiriöitä. Hyvä puoli asiassa on se, että kalsiumin antaminen näissä määrissä ei ole vaarallista. Kalsiumpitoisia rauhoittavia valmisteita saaneilla hevosilla on ainakin vahva luusto ja kaviot. Myöskään kalsiumia ei löydy FEI:n kiellettyjen aineiden listalta.

Tryptofaani

Hevosten rauhoittavissa lisärehuvalmisteissa yleisesti käytetty tryptofaani on aminohappo ja serotoniinin esiaste. Serotoniini on välittäjäaine, joka on liitetty aggressioon, pelkoon, stressiin ja aggressiivisen käytöksen estoon eri eläinlajeilla. Hevosilla tehtyjen tutkimusten perusteella näyttää siltä että tryptofaani alhaisina annoksina aiheuttaa lievää jännitystä eikä suinkaan vaikuta rauhoittavasti. Suurina annoksina se heikentää kestävyyttä ja saattaa aiheuttaa hemolyyttistä anemiamia (punaisten verisolujen tuhoutuista).

Australiassa vuonna 2008 tehdyssä tutkimuksessa tryptofaanin vaikutuksesta hevosten käyttäytymiseen todettiin että ”plasman tryptofaanipitoisuus kohoaa kun sitä annetaan niitä määriä joita esiintyy kaupallisissa valmisteissa, mutta tätä ole havaittavissa hevosen käyttäytymisen muuttumisena”.

Aivan kuten magnesiumia, ei tryptofaaniakaan löydy FEI:n kiellettyjen aineiden listalta.

Valeriaana

Valeriaanan (valereeni-happo; rohtovirmajuurista uuttamalla saatu) rauhoittavasta vaikutuksesta löytyy kohtuullisesti tieteellistä näyttöä. Valeriaanan tai sen uutteiden vaikutuksista hevosiin ei kuitenkaan ole julkaistu tieteellisiä tutkimuksia, mutta kiinnostavaa kyllä FEI on listannut valereeni-hapon kielletyksi aineeksi.

Rehuvalio

On näyttöä siitä, että paljon rasvaa ja kuitua sisältävä rehuvalio voi johtaa rauhallisempaan käyttäytymiseen kuin rehukavalio, jossa on runsaasti viljaa ja niukasti kuitua.

Yhteenveto

Kaupan on rauhoittavia valmisteita jotka sisältävät muitakin ”aktiivisia” ainesosia kuin tässä käsiteltyt. Tällä hetkellä ei ole julkaisutua vertaisarvioitua tieteellistä näyttöä näiden vaikuttavien ainesosien tehosta. Tätä tarvitaan kipeästi. Rehuvaliovalmisteet ovat kaikkea muuta kuin halpoja, joten kannattaa kysyä itseltään, toimivatko tuotteet joita käytät, vai onko kyseessä lumevaikutus, plasebo? Kun maksat vaikutuksesta, haluat tuotteen tehoavan, uskot sen tehoavan ja kenties olet jopa vakuuttunut että se tehoaa. Todellinen teho onkin sitten aivan toinen asia. ☺