



Koirahieronta

Kirjallinen materiaali Pentukerhon järjestämälle koirahierontatyöpajalle 31.5.2008 Pengerkadun kerhotilassa
taitto ja kuvat: Sini Merikallio

Aluksi

Tämä pieni moniste kertoo jotain koiran hieronnasta. Se ei ole kovin täydellinen esitys, vaan tarkoituksena on antaa vinkkejä, miten jokainen sitä haluava voi omaa koiraansa tai hoidettavanaan olevaa koira hieroa. Kerron myös hieman siitä, miten koira käyttäytyy, kun sillä on kipuja ja koiran reaktioista hieronnan aikana, jos hierontaa sattuu tai on muuten epämiellyttävää. Koira on rehellinen ja näyttää, milloin ihminen satuttaa sitä - ja näyttää myös silloin, kun hieronta tuntuu hyvältä.

Koiralla kipuja

Jos koiralla on kipuja, koira voi reagoida niihin joko vetäytymällä pois muiden seurasta, tai kiltti koira voi muuttua hyökkääväksi. Se voi myös nuolla kipeää kohtaa ja ravistella itseään.

Hierottaessa kipeä koira nostaa päätään ylös alustalta ja työntää nenällään hierojan kättä pois, se voi huohottaa tai värisyttää ihoaan, oikein kipeä koira voi nousta ylös kävelemään.

Hieronta-asento ja -otteet

Paras asento koira hierottaessa on kylkimakuuasento. Mikäli koira on epäluuloinen eikä suostu asettumaan kyljelleen sitä voi hieroa myös sen istuessa tai ollessa vatsallaan. Vähitellen koiran rentouduttua se useimmiten kääntyy kyljelleen. Tässä käytän vain kahdenlaisia hierontaotteita.

Pitkät sivelyt

Pitkät sivelyt aloitetaan koiran niskasta, rauhallisesti ja hitaasti molempia käsiä liu'utetaan pitkin

selkälihaksa ja kylkiä aina hännän kärkeen asti. Se on vähän voimakkaampi kuin silittely. Tätä liikettä tehdään muutama kerta ja toisinaan kädet liukuvat hännän päähän asti, toisinaan takajalkojen varpasiin ja etujalkojen varpasiin. (Tässä otteessa ei saa olla mitään terävää, joten sormenpäät ja peukalon terävä pää pois pelistä!)



Opaskoira Uba on hyvillään käyttäjältä saamastaan silityksestä.

Muokkausote

Lihaksia muokataan hellävaraisesti koko kädellä niin, että käsi tekee koiran lihaksen päällä pyöri-vää, etenevää liikettä, jossa paino voimistuu sydämen suuntaan mentäessä ja kevenee pois päin sydäimestä tultaessa, liikkeen pitäisi olla rauhallinen, rytmikäs ja sen pitäisi tuntua lihasmassassa asti, ei siis pelkällä karvalla, joten voimaa hiukkasen mukaan. Terävät sormenpäät ja peukalon pää eivät saisi tuntua vaan pääasiassa paine syntyy kämmenen alueelta. Tätä liikettä voi harjoitella hyvin ihmistenkin kesken. Hieronta aloitetaan

niskalihaksista, niskarangan yläpuolelta ja jatke-
taan pitkin selkälihakasia, paineen suunta muuttuu
siirryttäessä kylkikaaren alareunaan. Näin tois-
tetaan muutama kerta, kylkien päältä voi myös
hieroa samoilla otteilla. Lantion alueella voi käyt-
tää sormenpäitä, kaikkia yhdessä, pakaralihakset
voi hieroa myös samalla otteella käyttäen koko
kättä.

Jalkojen lihasten muokkausote

Tuetaan toisella kädellä koiran polven alapuolelta,
jalkaa ei saa nostaa ylemmäksi kuin koiran lantio
on. Toinen käsi siten että kämmenpuoli on hierot-
tavan lihaksen alapuolella ja peukalo yläpuolella,
lihasta venytetään hiukan ja viedään vartaloon
päin. jatketaan rauhallisilla otteilla (tässäkin on
tärkeää, että peukalo pysyy kokonaan hierotta-
valla kohdalla, ei siis kovaa peukalonpäätä)

Lopuksi tehdään sivelyt samoin kuin alussa.

Koira hierotaan ensin toisella kyljellä maaten ja
vaihdetaan toiselle kyljelle.

Mistä koira erityisesti pitää

Koira pitää erityisesti kun hellävaraisesti sitä hie-
rotaan niskan alueelta myös aivan pään luiden koh-
dalta sekä korvien hellittelystä. Monet koirat pitä-
vät myös rinnan hieronnasta.

Varottavia kohtia

Älä koskettele voimakkaasti koiran selkärankaa,
niskassa on muistettava, ettei mennä lihaksien
ulkopuolelle, siis korvien ala- ja etupuolelle eikä
kurkun päälle. Jalkoja hierottaessa sormet eivät
saisi työntyä liiaksi koiran kainalokuoppiin.

Nuoren koiran hieronta ei tarvitse olla pitkäkes-
toinen. Jo 10-15 minuutin hieronta tuo hyödyllisiä
tuloksia.

Hieronnan vaikutukset

- Hieronta rauhoittaa koira
- Hieronta rentouttaa lihaksia
- Hieronta uottaa mielihyvää sekä koiralle että
hierojalle
- Hieronta lisää aineenvaihduntaa, joten
koiralle hieronnan jälkeen on hyvä tarjota
mahdollisuutta käydä pissalla.
- Hieronta syventää ihmisen ja koiran
"ystävyyttä"
- Hieronta totuttaa koiran erilaisiin käsittelyihin,
esim. lääkärin tutkimuksiin.

Milloin koira ei saa hieroa

Koira ei saa hieroa, jos sillä on

- kuumetta
- jokin akuutti tulehdus
- ripulia tai oksentelua
- vakava sydänsairaus
- syöpä

Kysyä saa ja pitää, jos jokin asia jäi epäselväksi!

Kuvassa Annikki ja Eevi Uutelan rannalla kevästä nauttimassa.



Aaviennikki