

AU! Pijn herkennen bij je paard

Paarden zijn als vluchtdieren meesters in het verbergen van pijn. Bovendien kunnen ze je niet zelf vertellen of iets zeer doet. Toch zijn er genoeg tekenen waaraan je kunt zien of je trouwe vriend last heeft van pijn. Die signalen kun je leren lezen. Dierenarts dr. Janny de Grauw van de Universiteitskliniek voor Paarden in Utrecht legt uit waar je op moet letten.

Tekst: Nathalie van der Brug • Fotografie: Nikki de Kerf, www.arnd.nl / Paula da Silva • Illustratie: Ekaterina Grishina



Als je op stal komt en je paard ligt onrustig te rollen en te kijken naar zijn buik, weet je bijna zeker dat hij zich niet goed voelt. Reden genoeg om de dierenarts te bellen. Maar soms zijn de signalen subtieler. Wie goed leert kijken naar zijn paard, kan tekenen van pijn beter signaleren. En dus tijdig aan de bel trekken. Dierenarts dr. Janny de Grauw werkt als specialist veterinaire anesthesiologie en pijnbestrijding aan de Universiteitskliniek voor Paarden in Utrecht en heeft in haar werk dagelijks te maken met paarden die pijn hebben. Met haar collega-specialist anesthesiologie dr. Thijs van Loon en de rest van het team zorgt ze tijdens de operatie voor de narcose en voor de pijnbestrijding rondom de ingreep. Ook paarden die voor andere aandoeningen in de kliniek worden opgenomen, worden kritisch bekeken en waar nodig zo goed mogelijk van pijnbestrijding voorzien. Vanuit het aspect van dierenwelzijn vindt De Grauw dat we het verplicht zijn om goed genoeg te zoeken naar tekenen van pijn. "Pijn kun je definiëren als een onaangename zintuiglijke of emotionele ervaring, geassocieerd met feitelijke of dreigende weefselbeschadiging. Binnen de diergeneeskunde is hier steeds meer aandacht voor. Pijn kan daardoor ook steeds beter behandeld worden. Wat ik daarnaast graag zou willen, is de paardeneigenaar laten zien op welke tekenen ze kunnen letten, zodat tijdig hulp kan worden gezocht. Ik hoor regelmatig van eigenaren dat ze zich pas achteraf, bijvoorbeeld na een operatie aan een pijnlijk oog of gebit, realiseren dat hun paard al veel langer signalen van pijn afgaf. Ze voelen zich soms schuldig dat ze niet eerder hebben doorgehad dat hun paard ergens last van had. Maar juist omdat je paard niet kan praten, zijn die signalen soms moeilijk te duiden. Toch kun je jezelf hierin trainen."

SUBJECTIEF

Pijn omvat emoties en is dus per definitie subjectief. Wat voor de een pijnlijk is, valt voor de ander wel mee. Dat geldt ook voor paarden. "Per ras is er ook wel wat verschil – niet eens per se in pijndrempels, maar vooral ook in de gedragsmatige uiting (expressiviteit). Een Arabier zal zich gemiddeld genomen bij het minste pijntje melden, maar vooral sobere rassen als IJslanders, Friezen, Fjorden, en Shetlanders zijn hard voor zichzelf. Vaak laten deze paarden pas laat zien

GEVOLGEN VAN PIJN

Ernstige en/of onbehandelde pijn leidt tot een stressreactie in het lichaam en dat heeft flinke invloed op vele lichaamsprocessen. De bijnieren geven hormonen af die zorgen voor veranderde doorbloeding, waarbij hart en hersenen worden gespaard, maar onder andere het maagdarmkanaal en de huid worden 'geknepen'. Hartfrequentie, bloeddruk, maagdarmbewegingen, stofwisseling en de bloedsuikerspiegel raken ontregeld. Een paard kan verminderde eetlust krijgen, vermageren en last krijgen van terugkerende koliek. Andere symptomen van (langdurige en/of ernstige) pijn zijn vertraagde of verstoorde wondgenezing, een verminderde weerstand, trager herstel en een slechte vacht. Ook gedragsveranderingen zoals verminderd attent zijn, angst of agressie, kunnen optreden.

dat ze pijn hebben. Een paard is sowieso een meester in het verbloemen van pijn. Dit is te verklaren vanuit het feit dat het paard een prooidier is. Als je in de kudde laat zien dat je zwak bent, maakt dat je tot een gewild slachtoffer. Het is daarom belangrijk dat dierenartsen, maar ook eigenaren, de subtiele signalen goed leren lezen. Alleen dan kunnen we tot tijdige behandeling overgaan. Ernstige pijn moet behandeld worden, omdat on(der)behandelde pijn flinke invloed kan hebben op het hele lichaam." Een paard kan je niet vertellen waar hij precies pijn heeft en hoeveel last hij daarvan heeft. "Maar dat betekent natuurlijk niet dat hij geen pijn ervaart. Pijnherkenning bij paarden is een belangrijk thema in de paardeneeskunde, omdat we een paard pas echt goed kunnen helpen als we pijn meet-

baar kunnen maken. De afgelopen tien jaar zijn er ongelooflijk grote stappen gezet in objectieve pijnherkenning bij paarden. Er zijn verschillende methodes ontwikkeld waarmee we inmiddels bij een groeiend aantal aandoeningen wetenschappelijk onderbouwd kunnen meten of een paard pijn heeft en hoeveel."

VISUEEL ANALOGE SCHAAL

Een van de simpelste methoden om pijn te meten is de Visueel Analoge Schaal (VAS). Dit is een schaal die bestaat uit een horizontale lijn van 0 (geen pijn) tot 10 (ergst denkbare pijn) waarop met een kruisje kan worden aangegeven hoe ernstig de pijn is. Deze schaal is vergelijkbaar met de schaal die voor mensen in het ziekenhuis wordt gebruikt. Maar waar een mens doorgaans zélf »



kan aangeven hoeveel pijn hij heeft, moet in het geval van het paard de eigenaar of dierenarts op basis van een lijst symptomen een inschatting maken.

Om te demonstreren hoe moeilijk het is om pijn bij een ander (in dit geval dus een paard) goed te beoordelen met behulp van een VAS-score, laat De Grauw een studiefilmpje zien van een paard dat ogenschijnlijk koliekverschijnselen vertoont. De merrie in het filmpje loopt heen en weer in de box en schraapt met een voorbeen. Ze oogt onrustig. Aan de hand van dit beeld zou je kunnen denken dat het paard pijn heeft, maar in werkelijkheid was dit een gezond paard dat net in een nieuwe box was gezet en zich daardoor wat onrustig toonde. Het schrapen met het been was in dit geval onderzoekend. "Het probleem met de VAS-score is dat deze veel te subjectief en daardoor variabel is. Ook andere factoren spelen mee bij het scoren van pijn. Als de eigenaar een dier zelig vindt, of bijvoorbeeld als iemand weet dat een paard op een kliniek is gefilmd, zal hij de pijnsignalen ernstiger inschatten dan wanneer dit laatste er niet bij was verteld."

SAMENGESTELDE PIJNSCHAAL

Om tot een betrouwbaardere meetmethode te komen, heeft dierenarts dr. Thijs van Loon van de Universiteitskliniek voor Paarden in

Utrecht in samenwerking met gedragsdeskundige dr. Machteld van Dierendonk de afgelopen jaren een samengestelde pijnschaal (EQUUS-COMPASS) voor paarden ontwikkeld. Janny de Grauw: "Deze methode is ontwikkeld voor de beoordeling van pijn aan de ingewanden (zoals bij koliek) en is opgebouwd uit een aantal variabelen die uitingen van pijn kunnen zijn. Deze kunnen

ieder objectief worden beoordeeld en gescoord. Zo wordt gekeken naar gedrag (zweeten, krabben, rollen, liggen, ontlasten van een been, opgetrokken buik, verminderde eetlust, liggen), naar fysiologische variabelen (ademhaling- en polsfrequentie, hoeveelheid darmgeluiden) en naar interactieve variabelen (reageert een paard op geluid, komt hij naar je toe als je de box opendoet, hoe reageert hij als je bijvoorbeeld zijn buik aanraakt).

Per variabele wordt een score gegeven van 0 tot 3, waarbij voor elke score nauwkeurig is omschreven waaraan het paard moet voldoen om die score te krijgen. Alle scores bij

elkaar opgeteld geven een totale pijnscore voor de patiënt. Omdat er zo veel onderdelen worden beoordeeld, komt er een betrouwbaarder cijfer voor pijn uit dan met één subjectieve VAS-score. Ook als een paard op het eerste oog geen signalen laat zien, kunnen bijvoorbeeld hartslag en darmgeluiden of de reactie op aanraking heldere informatie geven. Door meerdere keren per dag

‘Een paard is een meester in het verbloemen van pijn’

de tijd te nemen om het paard uitgebreid (minimaal vijf tot tien minuten per keer) te observeren, kunnen we kijken of de pijnstilling effectief is en deze waar nodig bijstellen. Er is zelfs gebleken dat het verloop van de pijnscores de prognose van een patiënt na een koliekoperatie weerspiegelt.

SYSTEMATISCH KIJKEN

Hoe goed de resultaten in de kliniek ook zijn, voor de gewone paardeneigenaar zijn dergelijke samengestelde pijnschalen bij koliek nog niet erg bruikbaar. Vooral variabelen als ademhaling- en polsfrequentie zijn voor de meeste paardeneigenaren moeilijk te controleren. "Bij nader onderzoek bleek dat door een bepaald gewicht aan de andere parameters toe te kennen, we ook zonder deze variabelen een goed werkzame pijnscore overhielden, waarmee eigenaren wél uit de voeten zouden kunnen. De ervaringen met deze methode van pijn scoren in de kliniek zijn ook op een andere manier van waarde voor eigenaren thuis. Het belangrijkste leerpunt is misschien nog wel het belang van systematisch en herhaald beoordelen: bijvoorbeeld voor en na toediening van pijnstilling en voor en tijdens een activiteit waarvan je vermoedt dat het paard daar last bij ondervindt. Regelmatig en lang genoeg kijken, waarbij je op een aantal vaste punten let, zorgt voor een objectiever oordeel over de vraag of je paard pijn heeft of niet. Als eigenaar heb je het unieke voordeel dat waarschijnlijk niemand jouw paard beter kent dan jijzelf, waardoor je ook kunt bijhouden wat voor jouw dier normaal en afwijkend gedrag is. Denk aan dingen die je paard eerst wel deed, maar nu niet meer, of andersom. Vaak op een andere plek staan in de stal bijvoorbeeld, of een lagere hoofd-halshouding, minder of juist een

ACUUT OF CHRONISCH?

Pijn is grofweg te onderscheiden in acute en chronische pijn. Acute pijn is meestal een direct gevolg van weefselbeschade, heeft een beperkte tijdsduur en heeft een beschermende signaalfunctie. Denk bijvoorbeeld aan pijn door een verstuing of een verwonding in het veld. Tijdens het natuurlijke herstel en de genezing treedt een ontstekingsreactie op die ook pijn veroorzaakt. Vanuit deze acute pijn kan soms chronische pijn ontstaan. Hieronder verstaan we pijn die langer aanhoudt dan de normale duur van weefselherstel. Chronische pijn kan ontstaan doordat zenuwbanen onder invloed van continue prikkeling veranderen en uiteindelijk pijnprikkels blijven afgeven aan de hersenen. Hierdoor ontstaan abnormale pijnsensaties. Chronische pijn bij paarden is lastig vast te stellen. Bij mensen is artrose een bekende veroorzaker van chronische pijn en dit is ook bij paarden een veelvoorkomend probleem. Artrose in benen, rug en hals kan leiden tot kreupelheid en minder graag willen werken. Maar tekenen kunnen ook vager zijn: bijvoorbeeld afvallen en gedragsveranderingen. Wat wordt afgedaan als een ouderdomskwaal, neemt soms af als de pijn wordt behandeld.

overdreven reactie op toenadering of aanraking, of een afwijkende houding of gang. Dat soort zaken pik je er sneller uit wanneer je systematischer naar je paard leert kijken.”

GEZICHTSUITDRUKKINGEN

Een andere belangrijke ontwikkeling in het meetbaar maken van pijn bij dieren is het herkennen van gezichtsuitdrukkingen die pijn verraden. Net zoals we bij andere mensen pijn vaak aan hun gezicht kunnen aflezen, blijkt dit bij dieren ook te kunnen, als we maar weten waar we precies op moeten letten. “Door naar de gezichtsuitdrukking van je paard te kijken, kun je iets zeggen over de hoeveelheid pijn die een paard ervaart. De gezichtsmimiek geeft subtiele signalen, die veel informatie bevatten. Een paard met pijn kan bijvoorbeeld zijn oog toeknippen, een uitgesproken rimpel boven zijn oog krijgen, wijdere neusvleugels en spanning rond de mond laten zien en/of een wat afgevlakt gelaat krijgen. Ook de stand en beweeglijkheid van de oren vertellen je veel. Er zijn internationale studies gedaan naar

dergelijke ‘gezichtspijnscores’ aan de hand van foto’s van paarden voor en na een ingreep zoals een castratie.”

In Utrecht worden voor de studies vooral bewegende beelden gebruikt. Hierbij wordt het hoofd van een paard beoordeeld op negen criteria: hoofd, aandacht, lippen en mondhoeken, orenspel, flemen/gapen, tandenknarsen en/of kreunen, oogleden, neusgaten en spiertonus. Per onderdeel kun je kijken of een signaal niet, gemiddeld of sterk aanwezig is. Zijn de neusgaten opengeperd? Staan de ogen helder of oogt het paard naar binnen gekeerd? Is er oogwit te zien? Is het paard aan het tandenknarsen? Hoe is de stand van de oren? Bij acute koliek en pijn aan het hoofd geeft deze meetmethode goede resultaten. Een mooie volgende stap zou het ontwikkelen van een app zijn waarmee de eigenaar zelf aan de slag kan.

APP

Een app die al beschikbaar is, is de ‘Horse Grimace Scale’. De Grauw: “Deze android app is in Italië ontwikkeld en gevalideerd

voor pijn na castratie en later ook onderzocht op bruikbaarheid bij paarden met acute hoeftbevangenheid. Het is een prima middel om je eigen oog te trainen en je meer bewust te worden van gezichtsuitdrukkingen bij paarden. Je kunt met deze app foto’s van paardenhoofden beoordelen op verschillende criteria. De zes onderdelen die je bekijkt, zijn de oren, het oog, het gebied boven het oog, de gezichtsspieren, de mond en de neusgaten (zie illustratie). Je kunt jezelf trainen aan de hand van algemene foto’s. Ook kun je foto’s van je eigen paard invoeren in de app. Hoe vaker je oefent, hoe handiger je erin wordt. Het is ontzettend leuk en leerzaam. En je gaat er echt anders door kijken naar je paard. Ook een goed idee is om met enige regelmaat een foto of filmopname van het hoofd van je paard te maken, zeker wanneer je twijfelt of hij ergens last van heeft. Zo kun je beelden vergelijken en zien of er veranderingen optreden. Neem regelmatig de tijd om je paard te observeren. Vertrouw je niet wat je ziet of twijfel je, dan helpen de foto’s mogelijk bij een bezoek aan de dierenarts.” 🐾

