

Derfor er elektrolytter nødvendige for hesten

Af Louise Pedersen, Hestezonen.dk

Elektrolytter er et af de tilskud nogle har en holdning til, mens andre mener det er totalt overflødigt. Læs videre her, og bliv klogere på hvorfor det ofte kan give god mening at give hesten et tilskud med elektrolytter - også selv om den ikke nødvendigvis er i hård træning!

Hvad er elektrolytter?

Elektrolytter er mineraler i saltform. Det betyder, at mineral-saltene kan opløses i vand. Og lidt nørdet sker der det, at de så spaltes til positivt eller negativt ladede ioner. Dette er sådan set kun relevant for at forklare, at der er en forskel på mineraler i saltform og så fx mineraler der er bundet op på en/flere aminosyrer (organiske mineraler). Hestene har brug for begge slags, men man kan fx ikke give extra af en almindelig mineralblanding og så forvente at hestens behov for elektrolytter er dækket. Derudover det nørdede omkring ioner også relevant for hestens syre-base balance, da den særligt ved belastning påvirkes af foderplanens indhold af positivt og negativt ladede ioner.

Elektrolytter er følgende mineraler:

- Natrium
- Kalium
- Klorid

Og for så vidt også:

- Calcium
- Magnesium

Er der elektrolytter i foderet?

Hvis du ser på indholdsfortegnelsen for det foder eller mineraltilskud din hest får, vil du sandsynligvis (forhåbentlig) se de ovennævnte mineraler på indholdslisten. Men - det er desværre langt fra tilstrækkeligt til at dække hestens behov. Nogle foderblandinger anpriser med at de indeholder elektrolytter. Men det gør de der ikke anpriser med det i reglen også!

Det der er særligt vigtigt for dig som hesteejer er, at du skal være opmærksom på, at det der er i fodersækken dækker hestens basisbehov. Det vil sige, at et foder udarbejdes for at passe sammen med en given mængde grovfoder (hø/wrap) af en given kvalitet, til en hest i gennemsnitligt arbejde.

Foderet kan ikke dække øgede elektrolytbehov i forbindelse med fx:

- Øget træning / stævner
- Højere temperaturer og/eller luftfugtighed
- Transport

Det kan det ikke, fordi det er meget individuelt hvor meget en hest eller pony sveder. Dertil kommer, at i forbindelse med transport og høj luftfugtighed kan hesten sagtens dampe og miste

væske, men for så vidt føles tør. Er man ikke opmærksom på elektrolytbalancen i disse situationer er det en hyppigt forekommende årsag til præstationsnedsættelse!

En anden undervurderet årsag til at hesten kan have brug for ekstra elektrolytter er, at vores foderblandinger bliver stadig mere og mere koncentrerede. Hvis det superkoncentrerede foder skal dække hestens individuelle ekstra elektrolytbehov i forbindelse med træning mm. Skal foderet indeholde så mange salte, at det for det første kan påvirke smagen negativt - og derudover være årsag til at foderet suger mere fugt og derfor mugner.

Er en saltsten ikke tilstrækkeligt dækkende?

En saltsten er i reglen desværre ikke dækkende. Den tilfører ganske vist salt i form af Natrium-Klorid, men dels mangles der kalium, calcium og magnesium, dels er det ikke sikkert at forholdet mellem natrium og kalium er optimalt for heste der sveder ifbm arbejde eller transport. Forsøg har ganske vidst vist, at nogle heste selv kan regulere deres saltbehov ved at have en saltsten til rådighed. Men det er langt fra alle der kan det, da andre forsøg viser en voldsom over- eller underforsyning, når hestene har fri adgang til salt. Dertil kommer, at der altså også er behov for de andre nævnte mineraler i forbindelse med ekstra belastning af muskulaturen/svedudskillelse.

Hvornår har hesten brug for elektrolytter?

Generelt kan man sige at det kan være en fordel af give ekstra elektrolytter til heste hvis:

- Det er varmt/fugtigt i vejret (hesten kan godt dampe og miste elektrolytsalte via sved, uden at den virker våd)
- Hesten trænes (særligt i sommermånederne)
- Hesten transporteres

Tilsæt elektrolytterne til det daglige foder, eller giv det evt. i mash lige efter træning, så hesten også får noget væske sammen med. Når hesten får elektrolytter bør den altid have fri adgang til vand.

Ikke alle heste har brug for ekstra elektrolytter i det daglige. Det kan fx være den lille selskabspony der intet laver, som er undtaget... og så alligevel.

For på varme dage, med høj luftfugtighed kan det være tilstrækkelig påvirkning til, at heste der ikke arbejder også kan komme til at mangle de vigtige mineralsalte. Det grundlæggende behov for ekstra elektrolytter påvirkes naturligvis også af, om hesten får rigelige mængder grovfoder med stor biodiversitet (mange forskellige planter), eller om den fodres meget restriktivt. Er du i tvivl er det en god idé at spørge en faguddannet foderkonsulent.