



W OLEJU MOC I SIŁA!

NEWSLETTER (grudzień 2018)

Hodowca i Jeździec – Pismo Polskiego Związku Hodowców Koni

Oleje stają się coraz częściej podstawowym składnikiem końskiej diety, dlatego warto upewnić się, kiedy dodatek oleju do dawki pokarmowej jest tak na prawdę potrzebny i dlaczego należy być ostrożnym przy skarmianiu jego większych ilości.

Stosowanie oleju w żywieniu koni jest coraz bardziej powszechne, lecz podczas gdy wielu z nas sięga po ten dodatek diety, aby sierść naszych pupili była bardziej lśniąca i błyszcząca, sportowcy czerpią z niego energię dla swoich koni, podając go nawet kilka razy w ciągu dnia, zwłaszcza w okresie intensywnych treningów i startów. Tłuszcz jest bowiem wysoko kaloryczny – zawiera trzykrotnie więcej energii niż zboża i jest strawny w 70 – 80 %. Tylko około 20 % jego masy jest wydalane wraz z kałem, natomiast pozostała część jest bardzo dobrze przyswajana i wykorzystywana przez organizm.

Wspomniana wysoka kaloryczność oleju należy do jednej z największych zalet diety z jego udziałem. Jeden gram tłuszczu zawiera dwukrotną ilość energii w porównaniu do jednego grama skrobi. Dlatego tak znaczący jest dodatek oleju w dawkach dla koni wyczynowych, może bowiem częściowo zastąpić paszę treściwą. Przykładowo - 100 gram oleju zawiera około 960 kalorii, podczas gdy mieszanka paszowa przeciętnie 2400 kalorii w 1 kg. A więc 200 gram oleju może nam zastąpić prawie 1 kg paszy treściwej i takie przeciętne ilości w dawkach pokarmowych koni sportowych są jak najbardziej polecane (dr A.Zeyner "St Georg" 4/2005), oczywiście po stopniowym przyzwyczajeniu konia do spożywania takiej ilości oleju w dawce pokarmowej. Przewód pokarmowy nie jest wówczas obciążony dodatkowymi kilogramami paszy, a ryzyko zaburzeń trawiennych spowodowanych zbyt dużą ilością skrobi jest znacznie mniejsze. Dodatkowo dużo wolniej spada poziom cukru we krwi oraz jednocześnie większa ilość glikogenu gromadzi się w mięśniach, stanowiąc rezerwę energetyczną wykorzystywaną przez konia w okresie dużego wysiłku fizycznego. Na skutek dodania oleju, w zamian za "zdjęcie" z dawki pewnej ilości paszy treściwej, unikamy również efektu nadmiernego pobudzenia konia, które towarzyszy zbyt dużym ilościom skrobi w diecie.

Aplikowanie oleju koniom sportowym - w celu wykorzystania jego roli jako nośnika energii - należy jednak zawsze kontrolować i nie przekraczać określonych ilości. Stosujmy się do zalecanej reguły: maksymalnie 1 gram oleju na 1 kg masy ciała, z rozdziałem tej dawki na trzy posiłki dziennie. Większych dawek należy się wystrzegać, stanowią bowiem zbyt duże obciążenie dla organizmu. Przewód pokarmowy konia nie jest dostosowany do pobierania dużych ilości tłuszczu - okrywa wówczas szczelnie cząstki pokarmu w jelitach konia, co hamuje rozkład pożywienia. Dochodzi także do spadku aktywności mikroflory jelita, co w konsekwencji prowadzi do zaburzeń procesów trawiennych oraz do efektu odwrotnego od oczekiwanego – zamiast dostarczenia energii, ma miejsce spowolniona fermentacja pokarmu i produkcja energii jest znacznie mniejsza. Warto więc zdecydować się na dodatek oleju w żywieniu koni sportowych, ale w zalecanych ilościach, tak, aby nie przekroczyć wyznaczonej granicy. Natomiast konie użytkowane wierzchowo, lecz bez specjalnych obciążeń, w tym również kłacz hodowlane oraz konie starsze, mogą otrzymywać standardową dawkę oleju w ilości około 50 -100 gram na dobę. Taki dodatek doskonale wpłynie na poprawę stanu skóry i okrywy włosowej, odżywi róg kopytowy – będzie on elastyczny i sprężysty, a nie wyschnięty i popękany, poprawi też pasaż treści pokarmowej w jelitach oraz wzmocni organizm.

Musimy również pamiętać, że pomimo, iż oleje są przede wszystkim nośnikiem energii, to olej olejowi nierówny. Jednym z najważniejszych kryteriów jest skład niezbędnych nienasyconych kwasów

tłuszczowych. Najistotniejsze znaczenie mają kwasy omega-3 i omega-6, po części dlatego, iż są to kwasy egzogenne, a więc takie, których organizm konia sam nie jest w stanie wyprodukować i muszą one być dostarczone z zewnątrz wraz z pożywieniem. Najbardziej deficytowy w końskiej diecie jest kwas alfa-linolenowy z grupy omega-3 (ALA), stanowiący budulec wszystkich komórek organizmu i będący substratem dla wielu substancji regulatorowych. Powinien być on składnikiem każdej dobrze zbilansowanej diety, zwłaszcza że zboża, które będąc podstawowym elementem dawek pokarmowych, cechują się stosunkowo wysokim poziomem kwasów omega-6 i niskim omega-3. W przypadku omeg bardzo istotna jest ich wzajemna proporcja, gdyż kwasy omega-6 mają działanie prozapalne, a więc utrzymują układ odpornościowy konia w stanie gotowości do zwalczania infekcji i ich nadmiar może być szkodliwy, gdyż zaburza naturalną równowagę, a to może doprowadzić do rozwoju chorób czy powstania stanów zapalnych. Kwasy omega-3 mają natomiast silne działanie przeciwzapalne i stąd tak ważne jest zachowanie równowagi między kwasami tłuszczowymi z tych dwóch grup (zwłaszcza ALA i GLA) w końskiej diecie.

Wspomniany powyżej standard właściwego i rozsądnego dawkowania to 50 - 100ml/konia/dzień (dawka profilaktyczna). Dawkę 100 - 200 ml/konia/dzień można zaaplikować koniom wyczynowym, natomiast powyżej 250 ml - w wyjątkowych przypadkach - koniom bardzo intensywnie pracującym. W przypadku koni hodowlanych dawkę około 100 - 150ml można zastosować u klaczy karmiących (z mlekiem matki olej przedostaje się do organizmu sysaka wzmacniając jego układ odpornościowy) oraz u ogierów kryjących (poprawia jakość nasienia). Dawkowanie poniżej 50ml/konia nie daje żadnego efektu, natomiast powyżej 250 ml stosuje się nieczęsto i po bardzo stopniowym przyzwyczajeniu konia do takiej ilości. Musimy pamiętać, że koń nie ma woreczka żółciowego, dlatego przyswajalność większej ilości oleju wymaga czasu. Jeżeli jest wprowadzany do diety stopniowo, wątroba radzi sobie i adaptuje się do emulgowania większej ilości tłuszczu.

Funkcje oleju w żywieniu koni to oprócz wtórnego źródła energii, regulacja czynności trawiennych i pracy układu pokarmowego, korzystny wpływ na stan skóry, sierści i rogu kopytowego (połysk sierści i elastyczność rogu), wzmocnienie układu odpornościowego, zmniejszenie stanów zapalnych oraz redukcja bolesności mięśni. Olejom przypisuje się także zwiększenie ruchomości stawów.

Najczęściej stosowanym olejem w żywieniu koni pozostaje olej lniany. Ma on najkorzystniejszy stosunek kwasów tłuszczowych omega-3 do omega-6, przypisuje mu się także funkcje ochrony komórek miększu wątroby oraz pozytywny wpływ na prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego. Żywniowcy polecają także olej osetowy (o działaniu oczyszczającym i odtruwającym wątrobę), olej sojowy (mający wpływ na układ krążenia) oraz oleje ziołowe, głównie dla koni z problemami oddechowymi. Stosunkowo nowym tematem jest olej z kiełków pszenicy, zapewniający lepsze zaopatrzenie komórek w tlen i wspierający wydolność fizyczną. Olej kukurydziany, słonecznikowy i ryżowy mają natomiast bardzo wysoki udział kwasów omega-6, a tym samym niekorzystny stosunek do omega-3 i nie są specjalnie zalecane w żywieniu koni. Stosunkowo najcenniejszym źródłem kwasów omega-3 i omega-6, na dodatek w pożądanej proporcji, są oleje z ryb. W przypadku żywienia koni oleje tego typu nie wchodzi jednak w grę - zapach jest "nie do przejścia" dla naszych pupili.

Odpowiednio dobrana dawka olejów w żywieniu koni to energia, pozytywny wpływ na układ trawienny, skórę, sierść, kopyta i układ odpornościowy oraz wiele innych, pożądanych właściwości. Kluczem jednak ich stosowania pozostaje stopniowe wprowadzanie ich do diety oraz dostosowanie dawki do potrzeb. Podobnie jak we wszystkich innych przypadkach, przekroczenie normy i granicy zdrowego rozsądku pociąga za sobą negatywne skutki zdrowotne.

