



Foto: Tomas Artemo/Welaren Hästklirik

# Hästens behov - inget att ta med en nypa salt

Ofta fokuseras det mycket på hästens behov att få i sig vätska, något som är livsviktigt. Men att hålla saltbalansen är också viktig byggsten i foderstaten. För högpresterande hästar räcker det nämligen inte med saltsten i boxen.

Hästens naturliga diet innehåller väldigt lite salt och de är normalt bra på att ta upp saltet som finns i maten. Det gör också att för de allra flesta hästar räcker det med en saltsten i boxen och det salt som finns i fodret för att täcka sitt behov. Det finns dock undantag från detta.

## Kan svettas 11 liter

Högpresterande hästar som svettas mycket (trav-, galopp-, distans- och fälttävlanshästar) utsöndrar i sin svett stora mängder salt, en liter svett innehåller 9 gram salt. Det gör att de hästarna har ett större behov av natrium (salt) än vad de normalt kan tillgodogöra sig från t ex en saltsten. En galopp- eller travhäst i träning kan göra av med upp till 100 gram salt vid träning/tävling vilket innebär att den svettas uppåt 11 liter. Förutom salt så innehåller hästsvett även protein, det är proteinet i hästens svett som gör att det blir vitt och löddrar ibland.



*"Saltbalansen och fri tillgång av friskt dricksvatten är viktig oavsett tid på året"*

## Vanligt bordssalt fungerar

Då hästens normala diet generellt innehåller lite natrium så tillför man ofta salt till dessa hästar förutom saltsten i form av olika elektrolytbländningar eller vanligt bordssalt. Eventuellt överskott av salt utsöndras via urin och träck så det går inte att bygga upp ett saltlager i hästen. Saltbalansen i kroppen är oerhört viktigt för att normala funktioner i kroppen ska fungera. Hästen måste ha fri tillgång på vanligt vatten om man ska ge elektrolytbländningar så de kan reglera sitt vattenintag och inte riskerar att bli uttorkade.

## Ridhästar har inte samma behov

Viktigt att komma ihåg är att det här gäller högpresterande hästar som svettas mycket när de utfört en prestation. Normalt är hästar nämligen väldigt bra på att ta tillvara på det salt den har behov av genom att öka eller minska utsöndringen av salt i urin och träck.

TEXT: MÄLAREN HÄSTKLINIK