



Mitä haittaa on väärästä lihavuuskunnosta?

29.9.2021

Toini Immonen



Mitä haittaa on liiasta lihavuudesta?

- Ylipaino rasittaa jalkoja sekä verekierto- ja hengityselimiä
- Vatsaontelorasva on haitallista ja altistaa myös lipoomille (rasvapatit sisäelimissä)
- Heikentää jäähdytyskykyä
- Alentaa suorituskykyä urheiluhevosilla
- Ylipaino (rasva) on taustatekijänä moniin aineenvaihdunnallisiin sairauksiin
- Insuliiniresistenssin riski kasvaa (yhdistetään mm. kaviokuumeeeseen, metaboliseen oireyhtymään ja Cushingin tautiin PPID)
- Hedelmällisyysongelmia
- Hevonen voi olla laiskempi



Mitä haittaa on liiasta laihuudesta?

- Varsalla kasvun heikentyminen
- Lihasmassa ei kehity suhteessa valmennukseen
- Lihasmassa pienenee kun sitä käytetään energiaksi
- Tamman maidontuotannon väheneminen
- Heikentynyt hedelmällisyys
- Työskentelyhalukkuus huononee