



## E-Book: Eerste hulp bij mestwater



## Wat is mestwater?

Mestwater is een veel voorkomend probleem bij paarden. In eerste instantie lijkt mestwater niet zo ernstig en in de meeste gevallen verdwijnt dit ook weer na een tijdje. Het geeft wel een mate van ongemak aan bij je paard, dus het is toch goed om de oorzaak te achterhalen en je paard te ondersteunen.

Mestwater is letterlijk water bij de mest. De mest zelf kan wel wat slap zijn, maar vaak poept je paard gewoon mestballen. Er komt alleen water mee met de mest. Je ziet dit aan vochtige strepen op de billen en achterbenen en de staart en benen van je paard zijn vies. Ook ligt er vaak wat water om de mestballen heen. Je paard kan verder gezond ogen en geen problemen hebben.

Bij diarree is de mest echt dun en is er vaak medisch iets aan de hand. Het is dan verstandig om de dierenarts in te schakelen.





## Oorzaak

Er zijn veel verschillende oorzaken voor mestwater. Eigenlijk alles wat via het verteringsstelsel in de darmen komt, kan mestwater veroorzaken. Mestwater is een teken van een verstoorde darmflora.

Wat kunnen mogelijke oorzaken zijn?

- **Wormen of wormenkuren.** Zowel wormen als de bestrijdingsmiddelen kunnen voor verstoring in de darmen zorgen. En dat is meteen heel dubbel. Wormen kunnen beschadigingen aan de darmwand aanbrengen, waardoor de opname van voedsel vermindert. Daarnaast kunnen wormen voor verstopping zorgen. Wormen móet je bestrijden. Maar de wormenkuren zorgen ook voor disbalans in de darmen. Het is dus zaak om de darmen weer goed te ondersteunen na het geven van de kuren.
- **Zand in de darmen.** Zand zorgt voor problemen in de afvoer van mest en mestwater kan een teken zijn dat de darmen te vol zitten. Er zijn genoeg manieren om zelf te kijken of er zand in de darmen zit, maar op het moment dat er zand uit komt in de test, zitten de darmen al vol. De enige manier om zand echt goed in beeld te brengen is een röntgenfoto.
- **Ruwvoer.** De kwaliteit van je ruwvoer kan disbalans veroorzaken. Denk aan schimmel in het hooi. Schimmel is niet altijd zichtbaar. Kenmerkend voor schimmel dat (nog) niet zichtbaar is, is dat het hooi heel stoffig is. Gras kan mestwater veroorzaken, zeker bij de eerste weidegang. Ook verpakt hooi kan voor problemen zorgen. Wanneer hooi wordt verpakt, vindt er altijd fermentatie plaats, ook bij droog hooi. En fermentatie doet iets met de zuurgraad in de darmen, waardoor weer mestwater kan ontstaan. Veel paarden doen het overigens prima op verpakt hooi, maar er zijn ook veel paarden die er niet tegen kunnen. Geef je verpakt hooi, zorg er dan in ieder geval voor dat dit zo droog mogelijk is. En heeft je paard mestwater, geef dan eens een tijdje onverpakt hooi.

- **Structuur van ruwvoer.** We geven graag grof hooi aan onze paarden. Dan moeten ze langer kauwen, zijn ze er dus langer mee bezig, en het bevat meer vezels, wat weer goed is voor de darmen. Dat is over het algemeen ook zo, maar wanneer de darmen al niet optimaal werken, kan ruwvoer te grof van structuur zijn. Wanneer de darmen te hard moeten werken om dit te verteren, kan je paard ook last van mestwater krijgen. Plus dat het hooi niet helemaal verteert. Je ziet dan nog grove vezels terug in de mestballen. Dit geldt ook voor stro. Stro in de stal of als extra ruwvoer kan te grof zijn en zo mestwater veroorzaken.
- **Stress.** Stressvolle situaties, zoals verhuizingen, onrust in de kudde of verandering van routine, kunnen invloed hebben op de darmgezondheid van je paard. Vaak toont je paard de stress niet overduidelijk, maar door de stress kan een paard verkrampen en maag en darmen kunnen hier een tik van krijgen. Mestwater is dan een van de eerste symptomen.
- **Teveel suiker.** Teveel suiker in het hooi kan zorgen voor klachten als jeuk, slechte vacht en slappe mest of mestwater. Verandert de mest van je paard wanneer je ander hooi geeft, test het hooi dan eens. Dit kan met een refractometer of via een quickscan van bijvoorbeeld Pavo, Vitalbix of Havens.
- **Granen.** Darmen van paarden zijn niet gemaakt om granen te verteren. Vaak scheiden paarden (delen van) graankorrels dan ook gewoon weer via de mest uit. Omdat het zetmeel uit de granen de darmflora verstoort, kan er mestwater mee komen.
- **Een onderliggend probleem.** Denk aan problemen met nieren of lever. Als onderstaande oplossingen niet helpen of bovenstaande oorzaken zijn er niet, neem dan altijd contact op met je dierenarts.



## Oplossingen

Er is niet een losse oplossing voor mestwater, het is vaak een combinatie van factoren. En alle factoren moeten goed zijn, voor de darmen zich kunnen herstellen. Houd er rekening mee dat er geen quick fix is, dit herstel duurt lang.

1. **Verminder alle stress.** Stress is funest voor het hele verteringsstelsel. Het kan maag- en darmproblemen veroorzaken, waardoor de vertering minder wordt en er problemen ontstaan zoals mestwater. Rust voor je paard zorgt voor rust in het lichaam.
2. **Geef goed hooi.** Goed hooi voor paarden met mestwater is onverpakt, droog, niet stoffig, schimmelvrij en fijn van structuur. Voor grof hooi moeten de darmen hard werken en dat is nu niet aan te raden. Zorg dat het hooi laag is in suiker en laag in eiwit. Later kan er ook hooi met wat meer eiwit gegeven worden, maar als er al lange tijd een probleem met mestwater is en er veel mestwater mee komt, dan kan eiwit ook te belastend zijn. Kun je geen onverpakt hooi voeren, zorg dan voor zo droog mogelijk voordroog (droge stof minimaal 80%) en laag in suiker. Maar realiseer je dan ook dat het mestwater waarschijnlijk niet helemaal gaat verdwijnen. Het fermentatieproces van verpakt hooi, zorgt voor een verstoring van de zuurgraad in de darmen.
3. **Vitamines en mineralen.** Vul je hooi aan met een balancer voor de vitamines. Je kunt dit iets overdoseren (120%), want de opname van een paard met mestwater is vaak iets minder, waardoor je het risico loopt op tekorten.
4. **Bietenpulp.** Bietenpulp kan tijdelijk helpen om mestwater te verminderen. Bietenpulp bindt het water in de mest, waardoor je minder mestwater krijgt. Dit is geen oplossing voor het probleem, maar kan wel tijdelijk verlichting bieden als symptoombestrijding.



5. **Ruwvoermix.** Met een ruwvoermix voeg je wat kortere en fijnere vezels toe. Kies je voor esparcette, maak je meteen de darmen wat onaangener voor wormen. Maar luzerne of een grasmix zijn ook prima. De darmen krijgen zo wel vulling en vezels, maar niet zoveel en lang als hooi. Nadeel is dat paarden hier minder lang op kauwen en dus minder speeksel aanmaken. En speeksel is juist heel belangrijk voor de vertering van voedsel. Let ook op de structuur van de mix. Te grove en harde stukken kunnen niet goed worden verteerd en kunnen juist weer mestwater veroorzaken.
6. **Stop met het voeren van granen.** In veel krachtvoer zit graan. Denk aan tarwe, spelt of haver. Dit kan als korrel zijn, maar ook als meel of restant. Er zijn inmiddels veel merken die naast een balancer ook een graanvrije lijn hebben.
7. **Zandkuur.** Laat controleren op zand in de darmen, bij voorkeur met een röntgenfoto. Zeker als je paard op een paddock of track met zand of grond staat is de kans groot dat er zand binnen komt via hooi dat op het zand valt of het snaaien van graskantjes. Geef daarom regelmatig een zandkuur. Dit kan met psylliumzaadjes of lijnzaad. Geef als onderhoudskuur 0,5 gram per kg lichaamsgewicht (dus een paard van 500kg krijgt 250 gram) en als je zand vermoedt 1 gram per kg lichaamsgewicht (dus een paard van 500kg krijgt 500 gram). Psylliumzaadjes kun je zo door het voer doen. Psylliumhusk wordt minder goed gegeten omdat dat snel plakkerig wordt. Ongebroken lijnzaad kook je eerst 15 minuten om de zaden open te breken. Ook kun je kiezen voor gebroken lijnzaad of je lijnzaad malen, dan hoef je er alleen maar kokend water overheen te gooien. Er ontstaat dan een slijmerige massa. Een kuur duurt 5-7 dagen, herhaal dit 1x per maand of bij onderhoud 1x per 2 maanden. **Vermoed je veel zand in de darmen, raadpleeg dan altijd een dierenarts.**





8. **Bitterkruiden.** Bitterkruiden helpen de darmflora te versterken en ondersteunen het behoud van een gezonde spijsvertering. Het kan worden aangeboden aan je paard als dagelijkse basisvoeding, of als een aanvullend voer. Je kunt de kruiden los geven (vers of gedroogd), bijvoorbeeld braamblad, paardenbloemwortel, venkel, oregano, rozemarijn, bijvoet of duizendblad. Maar er zijn ook kant en klare mixen te koop, speciaal samengesteld voor paarden met meerdere soorten kruiden die je zo over het voer kunt geven, bijvoorbeeld van Per Naturam, Okapi of Amara.

Deze kruiden worden bij voorkeur niet langer dan zes tot acht weken achter elkaar gegeven. Weet je niet precies hoe je hiermee moet beginnen, raadpleeg dan een voedingsadviseur.

9. **Dierenarts.** Mocht niets effect hebben, neem dan contact op met je dierenarts. Deze kan verder kijken naar andere interne problemen en bijvoorbeeld kiezen voor een mesttransplantatie/transfaunatie. Hierbij wordt gezonde mest via een sonde in de maag gebracht om zo de darmflora te verbeteren.

Alles valt en staat met het juiste management en de juiste voeding. Er hoeft maar een schakeltje in het geheel verstoord zijn en het mestwater komt weer tevoorschijn of verdwijnt nooit helemaal. En wees er van bewust dat herstel van de darmen lange tijd kan duren. Reken zeker in maanden, maar soms zelfs in jaren voor de gevoeligheid, en dus het mestwater, volledig is verdwenen.