



Hest som næring

Sluttrappport for delprosjekt 1
Sikkerhet



Gry Løberg



All hesteaktivitet innebærer en viss fare. Det finnes lite statistikk på personskader i forbindelse med hesteaktivitet. Hestesport er en av få idretter hvor det også skjer dødsulykker. Ridning er mer farlig enn å kjøre motorsykel og slalåm.

1/5 av ryttere vil bli hard skadet i løpet av sin ridekarriere. De fleste skader skjer på tur på fritiden, og rammer yngre ryttere når de er alene eller ikke sammen med voksen/erfaren rytter. I 1995 var det 1.650 skader i ridesporten i Norge. Hele to tredjedeler av de skadde var under 17 år. Det var få skader blant dem over 30 år. Nesten alle de skadde var kvinner (95 %), noe som gjenspeiler aktivitetsnivået.

Majoriteten av skadene er av lettere karakter, men en betydelig andel er middels alvorlige og noen få er meget alvorlige. Av og til har man også dessverre sett dødsfall i denne sporten, og årsaken har ofte vært at hestene har løpt løpsk og kollidert med motorkjøretøy.

Det ble laget en veileder til HMS for hestesentra i 2001, den er ikke revidert etter det, og det ser ikke ut til at den er i aktiv bruk. De nasjonale hesteorganisasjonene har i 2011 jobbet med en sertifisering av hestesentere, som i høringsnotatet omhandlet noe HMS.

1 Ulykker under ridning

Typiske skadesteder er: hode/nakkeregionen 23-24 %, armer 21,5-30 % og ben 16-22 %. Den typiske skadde, og innlagt på sykehus, var over 18 år, hadde hodeskade og brudd, og ulykken skjedde på offentlig sted. Det er uvisst hva som var årsaken til ulykkene, trafikkulykker og hest er lite kartlagt. Spesielt her i Norge.

Vanlige typer skader er:

- Muskel/seneskader 31 %
- Brudd 28 %
- Forstuing/belastning 18 %
- Hodeskader 12 %
- Sårskader 6 %



Skadeomfang og lokalisering av skader relatert til alder. Barn får skader i hodet og ansiktet (kraniebrudd, hjernerystelse, kutt og blåmerker), mens voksne får skader i armer og fingre.

66-72 % av de som blir skadet er kvinner/jenter. Kvinnene som ble skadet var betydelig yngre enn mennene. Den aldersgruppen med flest skader var de på 14 år.



Figur 1 Denne voksne rytteren passerte bilen i god trav. Rytter rir uten hjelm, og har på seg joggesko.



Figur 2 En voksen rytter vi møtte på langtur uten hjelm.

En har sett av skadene har blitt mindre se senere årene fordi folk har blitt flinkere til å bruke sikkerhetsutstyr. Men ulykkesomfanget er som før.

2 Ulykker ved håndtering og stell

Når en steller hest blir en oftest utsatt for spark, og bittskader er det nest vanligste.

Ved sparkskader er det observert at viktige faktorer er:

- personens ferdigheter
- bruk av sikkerhetsutstyr
- sted
- aktivitet

66,7 % fikk skader i hoderegionen med brudd. 33,3 % fikk skader andre steder på kroppen.

Sparkskader skjer når en børster og steller hesten samt håndterer den. Det har derfor blitt rådet til å bruke hjelm også når man steller og håndterer hesten og å binde hesten når den stelles.

Hester kan også dytte eller trekke folk over ende og klemme de inntil en vegg, stolpe, tre eller annet.



Tips for å redusere ulykker ved stell

- Bind hesten på en forsvarlig måte når du steller
- Ha på sikkerhetsvest og hjelm når du steller og håndterer hesten
- Lei en hest av gangen
- Ikke lei en hest du ikke har kontroll over



3 Ulykker ved kjøring med hest

Det er tre viktige faktorer for ulykker ved kjøring av hest

- Kuskens ferdigheter og kunnskap om hest
- Hestens atferd og ferdigheter
- Vedlikehold av utstyr
- Bruk av sikkerhetsutstyr

Tips for å redusere ulykker ved kjøring av hest

- Vær kjent med den ruten du skal kjøre
- Sjekk at sele og vogn/slede er i orden før du drar ut, og ha rutiner på vedlikehold av utstyret.
- Ha på sikkerhetsvest og hjelm
- Merk vogn/slede og hest med refleks og lys. Bak på vogn/slede skal du ha to trekanter med spissen pekende opp. Ha også reflekser på frambeina til hesten.
- Ha selv nødvendige ferdigheter og kunnskap om kjøring og om hesten før du legger ut på tur
- Kjør på de stedene du og hesten fint mestrer.

4 Arbeidsmiljø

En undersøkelse i Sverige av 800 ridelærere viste at 91 % av dem har hatt problemer med muskel og leddskader.¹ Tungt arbeid i stallen med for og gjødsel er en av årsakene. Derfor vil mekanisering av grovforhåndtering og gjødselhåndtering lette dette arbeidet og føre til færre belastningsskader. Økt mekanisering vil også være økonomisk lønnsom i større staller da en i tillegg sparer arbeidstid.

Les mer: "Rapport – Mekanisering av stall"

Det er også i enkelte staller store utfordringer med støv og det er rapportert om KOLS som følge av støveksponering fra hest. Det kan bl.a. blitt anbefalt å børste hestene utendørs og å bruke støvmaske for å forhindre plager med støv i luftveiene.



5 Forebygging av ulykker og skader

Det er viktig å være bevisst på hestens størrelse og styrke, naturlig atferd og den enkelte hests personlighet. Lær din hest å kjenne og ha respekt for de tingene som kan skremme hesten din.

Det er viktig å velge en hest som er tilpasset egne ferdigheter, alder og størrelse. Velg gjerne eldre hester til yngre og uerfarne ryttere da eldre hester ofte er roligere. Det vil også være lurt å få hjelp fra erfarne hestefolk når du skal kjøpe hest for første gang.

¹ Pinzke, Stefan og Löfquist (2008) Arbeta rätt med häst – En belastningsergonomisk studie av ridlärarnas arbetsförhållanden och fysiska hälsa. SLU



Veiled barn og nybegynnere hele tiden når de steller, håndterer eller rir hest.

- Alle ryttere bør bruke hjelm som er CE-godkjent.
- Bruk en sikkerhetsvest, spesielt om du driver med sprangridning eller rir på tur.
- Bruk ridestøvler eller ridesko
- Bruk klær som er komfortable, men som ikke er løse – unngå hette på genser eller jakke.
- Se til at salgjorden er strammet og at stigbøylene passer
- Barn og nybegynnere bør bruke sikkerhetsstigbøyer hvor en mekanisme åpner seg om rytteren skulle falle av.
- Unge ryttere bør alltid være under oppsyn.
- Nybegynnere bør ri på åpne, flate områder eller på ridebane
- Hopping eller stunt bør skje kun når en har rideferdigheter til det og bør skje når du er sammen med andre.
- Observer hestens hode og spesielt ørene. Dette vil gi den informasjon om hvor den retter oppmerksomheten og hvordan den er i ferd med å reagere på situasjonen.
- Ha respekt for at hestens bakben har stor kraft om hesten velger å sparke.
- Ikke gå inn i boksen, paddocken eller på beite til hester du ikke kjenner eller som hesteeier ikke har gitt klarsignal om å gå inn til.
- Ikke la barn leke ved og omkring hester.
- Bruk solide sko eller støvler når du håndterer hest. Det er lett å bli trampet på.
- Pass på at det ikke er glatte gulv eller er glatt der du skal leie hesten ri eller kjøre. Bruk støver/sko med godt mønster om nødvendig. Bruk også brodder på hestens sko når det er glatt ute.
- Håndter tauverk og reimer på en slik måte at det ikke blir løkker som du eller hesten kan fange ben, hender og fingre i. Eller reimer og tauverk som slepes i bakken en kan trampe på.
- Bind hesten når du skal børste og stelle den
- Skal du slippe hesten på beite eller i paddock gå et lite stykke innpå før du slipper. Forhindre konflikt mellom hester ved å ikke plassere vann og mat like ved grinda.

6 Foreslåtte tiltak

Prosjektgruppen har sett på disse tiltakene:

- Holdningsskapende arbeid mht bruk av sikkerhetsutstyr.
- Øke kunnskapen om hestens naturlige atferd og tiltak for å forebygge ulykker i praksis. Dette gjelder ovenfor spesielt unge ryttere og deres foreldre.
- Alle staller og personer som håndterer, rir eller kjører hest bør ha en HMS plan for hvordan de skal forebygge ulykker med hest.
- Staller og ridesentre må ha krav til sikkerhet ovenfor oppstallørene



Prosjektleder har sett på mekanisering av stall og sett at det er mye å hente på arbeidsmiljø og økonomi ved innføring av enkle tiltak.

- Prosjektleder ønsker å informere stalleiere om mekanisering.

Prosjektet **Hest som næring** Rådet for Drammensregionen
Prosjektleder: Gry Løberg tlf: 32 22 04 95 / 94 88 44 65 e-post: gry.loberg@drammensregionen.no



7 Anbefalinger for videre arbeid

Om en skal ta tak i dette temaet senere vil det være relevant å se på HMS som en helhet. Dette vil bl.a. inkludere:

- Øke sikkerheten/reducere skader i fht hesten og arbeidet i stall
- Redusere omfanget av belastningsskader
- Bedre arbeidsmiljøet for å redusere luftveisplager pga støv

8 Mer informasjon om sikkerhet og arbeidsmiljø

Adolfsson, Niklas og Geng, Qiuqing, (2010) Utvärdering och jämförelse av arbetsmiljön i mekaniserad och konventionell hästhållning. Svenska Jordbruksverket
<http://www.jordbruksverket.se/download/18.14121bbd12def92a91780005015/Rapport+JTI.pdf>

Bengtsson, Jenny (2010) *Mekanisering av häststall*. SLU. <http://stud.epsilon.slu.se/1562/>

GjensidigeNOR og Norsk Hestesenter (2001) Helse, Miljø, Sikkerhet for hestesentra.
<http://ask.bibsys.no/ask/action/show?pid=011349611&kid=biblio>

Peterson, Gunnar (2006) Trafiksikkerhet hestekipage. Flyinge Utveckling
<http://www.flyinge.nu/fu/h%E4st%F6verg%E5ng%202006.PDF>

Pinzke S., Elgåker H. 2008. Trafiksikkerhet till häst. Projektrapport. Finns att ladda ned på
<http://194.47.52.48/nmaoh/Hast/Slutrapport%20SLF%20Trafiks%C3%A4kerhet%20h%C3%A4st%20080703.pdf>

Pinzke, S. & Lundqvist, P. 2004. Slow-moving vehicles in Swedish traffic. Journal of Agricultural Safety and Health 10(2), pp 121-126. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15216651>

Pinzke, Stefan og Löfqvist, Lotta (2008) ARBETA RÄTT MED HÄST - En belastningsergonomisk studie av ridlärarnas arbetsförhållanden och fysiska hälsa. SLU
<http://194.47.52.48/nmaoh/Hast/Slutrapport%20AFA%20Arbeta%20r%C3%A4tt%20med%20h%C3%A4st%20080916.pdf>

Svalesen, Torgeier; Bakken, Øystein; Asle Kirkevoll; Sårheim, Ingemar; Vonheim, Jostein; Høie, Bjørn og Dahle, Hans Kolbein (2006) Pensumhefte til Forberedelser og avsluttende prøver for kusker som vil ta sertifikat for kjøreoppdrag. Norsk Hestesenter
http://www.nhest.no/NHS/Dokumenter/Norsk%20Hestefagskole/PENSUMHEFTE_komplett.pdf

Wallertz, Anna og Bendroth, Margareta (2009) Mekanisering av häststallar- inventering och förslag på nya lösningar. <http://www.tmgrandin.se/lib/get/file.php?id=14d0f67ad0a64e>

Wallertz, Anna og Bendroth, Margareta (2010) Mekanisering av häststallar- påverkan på økonomi, tidsåtgång og arbeidsmiljø. TM Grandin Construction & Trading AB.
<http://www.tmgrandin.se/lib/get/file.php?id=14d47d37102ffb>