

---

## Födosök & utfodring

Hästar är skapta till att spendera ca 16 eller fler timmar på födosök och ska med fördel äta en stor variation av växter. Även bark och kvistar är en viktig del av hästens diet.

### Hagen:

Hästar är gjorda för att vara i rörelse de allra flesta timmarna av dygnet. Vad vi kan vara glada över att ha tillgång till det vida, vackra svenska landskapet, ta nytta utav det! Se till att din häst har stora hagar, både på vintern och på sommaren. Rörelse är mycket viktigt för hästens välmående, både fysiskt och mentalt. En häst får till exempel högre risk för kolik när den rör sig för lite och risken för hältor är mindre när hästen står i lösdrift istället för box.

Är din hage platt och "tråkig"? Behöver din häst ha begränsad med gräs? Kolla in "paddock paradise" som ett koncept till att göra hagen mer intressant och för att få hästarna att röra sig så mycket som möjligt i hagen. Hägna gärna in en del skog om du har möjlighet till det eller berika hagen med hjälp utav stockar, gångar, olika underlag och saker att göra. Mer om detta i avsnittet om berikning som kommer snart!

Hästar behöver vindskydd på vintern och solskydd på sommaren. Har din häst möjlighet att själv söka skydd när den vill både sommar och vinter?

[? Sparar..](#) Min häst har en stor hage (1 hektar per häst eller mer)

[? Sparar..](#) Hagen innehåller olika sorters mark, äng, bete, skog osv

[? Sparar..](#) Jag har berikat hästens hage och fortsätter vara kreativ för att göra hagen intressant

### Utfodring:

Är din häst stressad kring utfodringen? Kan den få ändrade rutiner eller fri tillgång till stråfoder? Det finns många olika sätt att fodra hästarna på, utforska gärna nya sätt för att se vad din häst trivs bäst med. Att till exempel sprida ut högivan i små tussar i hela hagen är ett enkelt och effektivt sätt att öka rörelse och förlänga ättiden.

Tyvärr har många hästar magproblem, magsår och svårt att ta upp näringen från fodret. En häst som har svårt att ta upp näringen kan till exempel få brist på magnesium. Magnesiumbrist kan leda till nervositet och orolighet. **En överviktig häst kan, förutom slitage på leder, få hormonella störningar, trögt lymfsystem och andra problem med sin kropp.**

Beteendeproblem kan alltså ha en fysisk orsak. Fördjupa dig gärna inom detta för att kunna åtgärda foderrelaterade problem.

[? Sparar..](#) Min häst har något att göra när den inte har grovfoder/hö att äta (grenar eller halm att äta på tex)

---

[? Sparar..](#) Min häst går inte fler än 4 timmar utan mat

[? Sparar..](#) Min häst kan stå och äta i lugn och ro alla sina mål om dagen

[? Sparar..](#) Min häst får grovfoder innan den tränas

**Hullbedömning:**

Tyvärr har många utav våra hästar det alldeles för "bra" och blir därför för feta. Det kan vara svårt att hålla lättfödda hästar och ponnys i bra hull. Istället för att mestadels fodras med gräs och hö, kan hästen istället få tillgång till timotejfröhalv, vetehalm och grenar att gnaga på. Tänk på att även sådant foder ska vänjas in sakta. Kolla även in olika fodergrindar för att automatisera utfodringen oftare.

Men det kan såklart även vara tvärtom, att hästen har svårt att hålla hullet. Se då till att hästen har en stressfri vardag, fri tillgång till analyserat, kvalitativt stråfoder och undersöks för magproblem. Att ge hästen många tillskott och kraftfoder kan eventuellt förvärra problematiken då det belastar kroppen ytterligare. Lös orsaken till problemet istället för att köpa dyra tillskott.

[? Sparar..](#) Jag har övat på att bedöma hull

[? Sparar..](#) Min häst har lagomt hull, eller är på väg dit

[? Sparar..](#) Jag har koll på min hästs upptag av mineraler och andra viktiga näringsämnen

[? Sparar..](#) Jag är noga med att göra höanalys och anpassar resten av foderstaten till detta. Även belöningsgodiset.