

Pas på din krop som hundefører

Viden og film om forebyggelse af muskel- og skeletbesvær (MSB) ved arbejdet som hundefører i politiet og kriminalforsorgen



Som hundefører er løft og bæring af hund ofte en nødvendig del af arbejdet. Det er derfor vigtigt at vide, hvad man som hundefører kan gøre for at passe på sig selv, og hvordan arbejdet kan tilrettelægges, så risikoen for belastning mindskes mest muligt.

Blandt andet "løftet søg" er ofte en nødvendig del af arbejdet som hundefører. Løft og bæring af en hund kan imidlertid være belastende for kroppen og i værste fald føre til muskel- og skeletbesvær (MSB) med skader og funktionsnedsættelse i muskler og led.

Det er derfor vigtigt at vide, hvad man som hundefører kan gøre for at passe på sig selv, og hvordan arbejdet kan tilrettelægges, så risikoen for belastning mindskes mest muligt.

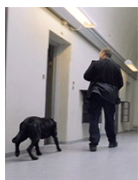
13 film om risici og forebyggelse

På disse sider finder du i alt 13 film om risici og forebyggelse ved arbejdet som hundefører:

- En kort oplysningsfilm om risici og forebyggelse, der varer ca. 8 minutter, samt
- 7 korte instruktionsfilm om arbejdsstillinger á 1-2 minutters varighed og
- 5 korte instruktionsfilm om fysisk træning med hund á 1-2 minutters varighed.

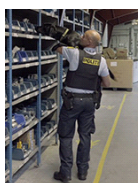
Sammen med filmene finder du baggrundsviden om emnet og spørgsmål til filmene.

Filmene er udviklet som supplement til det materiale, der i øvrigt bruges i forbindelse med undervisning af hundeførere i politiet, kriminalforsorgen og forsvaret.



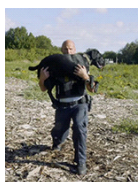
Med hunden som sporingsredskab

Risikoen for belastning ved løftet søg afhænger både af hundens vægt og af samarbejdet mellem hund og hundefører. Her får du en informationsfilm og viden om risici for belastning og muligheder for at forebygge skader.



7 film: Arbejdsstillinger ved løftet søg

Løft og bæring af en tjenestehund kan belaste muskler og led, og det er derfor vigtigt, at du som hundefører er fortrolig med de rigtige arbejdsstillinger. 7 små film viser, hvad du kan gøre for at skåne din krop bedst muligt.



5 film: Fysisk træning med hund

Som hundefører er det vigtigt, at du holder dig i god form og træner intensivt flere gange om ugen. Fem træningsfilm viser dig, hvordan du træner benbøjninger, benløft, udfaldsskridt, skulderløft og foroverbøjninger med hund.

Download tema

[Hent temaet som PDF](#)