Spánková deprivace u koní

13.03.2026

Mezinárodní den spánku se slaví každý rok v pátek před jarní rovnodenností. V roce 2026 připadá na pátek 13. března. Cílem je upozornit na význam kvalitního spánku pro zdraví.

Říká se, že koně spí ve stoje. To ovšem není úplně pravda a koně mohou trpět **spánkovou deprivací**, protože z nějakého důvodu na dostatečnou dobu neulehnou ke spánku. V poslední době je velkým trendem ustájení koní na pastvě s přístřeškem. Pokud je tento způsob chovu prováděn správně, je pro koně velmi vhodný. Problém nastává, pokud koně nemají suché a chráněné místo k ulehnutí, nebo je podceněno sociální složení stáda. Vůdce si nelehne, protože má potřebu hlídat a být ve střehu. Také pro starší koně nebo pro koně s pohybovými potížemi může být pastevní ustájení nad jejich síly a chybí jim teplý box s vysokou, měkkou podestýlkou.

Spánková deprivace může být zaměněna za **narkolepsii**. Rozdíl je v tom, že narkolepsie je chronická, dlouhodobá, vzácná a porucha spánku vycházející z centrálního nervového systému. Je charakterizována náhlou ztrátou svalové síly a tonusu v jakýkoliv okamžik. Klidně i při práci pod jezdcem, což činí koně nebezpečným nejen sobě, ale také okolí.

Spánková deprivace u koní je vážný stav, který vzniká, když kůň nemá možnost dosáhnout dostatečného množství **REM spánku** (fáze hlubokého spánku). Na rozdíl od lehkého dřímání vstoje musí kůň pro REM spánek **ulehnout**, aby došlo k úplnému uvolnění svalového tonu.

Hlavní příznaky

Pokud kůň dlouhodobě neulehá na několik hodin denně, což musí zahrnovat minimálně 30–60 minut REM spánku, začne vykazovat známky vyčerpání (spánkové deprivace):

- **Kolapsy:** Kůň upadá do spánku vstoje, podlamují se mu nohy (především v karpálních kloubech) a může se náhle zhroutit k zemi.
- **Zranění:** Nevysvětlitelné odřeniny nebo rány na přední straně spěnkových kloubů, karpálních kloubů (kolen) nebo na hlavě z opakovaných pádů.
- **Změny chování:** Podrážděnost, apatie, snížená pozornost při práci nebo zvýšená lekavost.
- **Fyzické projevy:** Chronická únava, zhoršení kondice a oslabení imunitního systému.

Časté příčiny

Kůň odmítá ulehnout většinou z pocitu ohrožení nebo bolesti:

- **Fyzická bolest:** Artróza, bolesti zad nebo kloubů, které koni ztěžují ulehání nebo následné vstávání.
- **Narušené sociální prostředí:** Absence "strážce" (jiného koně), šikana v nevyrovnaném stádě nebo izolace.
- **Nevhodné ustájení:** Příliš malý nebo hlučný box, nevhodná podestýlka nebo neustálý pohyb osob a strojů v okolí, mokro, tvrdý povrch
- **Stres ze změny:** Přesun do nové stáje nebo odchod blízkého koňského partnera.

Jak koni pomoci?

1. **Veterinární vyšetření:** Vyloučit skrytou bolest nebo zdravotní potíže.

2. **Úprava prostředí:** Zvětšení boxu, přidání měkké podestýlky a zajištění klidu (zejména mezi půlnocí a 4. hodinou ranní).

3. **Sociální kontakt:** Zajištění dohledu jiného koně, u kterého se kůň cítí v bezpečí.

Spánková deprivace u koní představuje problém, který může mít vážné důsledky pro jejich zdraví i

celkovou pohodu. Je nezbytné koním zajistit vhodné a bezpečné prostředí, ve kterém mohou nerušeně odpočívat a lehat si. Dobrý majitel svého dobře zná, všímá si změn v jeho chování a dokáže včas rozpoznat, když něco není v pořádku. Pozornost a odpovědný přístup hraje zásadní roli v prevenci podobných potíží.