Ból pleców u psów: łagodne domowe sposoby i porady weterynaryjne

Vetura i Dr. Ilse Ertl • Ostatnia aktualizacja: 19. października 2026

Dr. Ilse Ertl

Artykuł ten powstał we współpracy z lekarką weterynarii dr Ilse Ertl. Od 20 lat prowadzi ona własną praktykę weterynaryjną specjalizującą się w małych zwierzętach w pobliżu Monachium i chętnie dzieli się swoją wiedzą z zainteresowanymi właścicielami psów.

Udostępnij wpis:

Wielu właścicieli psów zna tę sytuację: ich czworonóg nagle wydaje się sztywny, nie chce już wskakiwać do samochodu lub unika wchodzenia po schodach. Bóle pleców u psów nie są rzadkością – zwłaszcza u starszych zwierząt, ras z nadwagą lub psów, które doznały urazu podczas zabawy.

W mojej praktyce często obserwuję, jak bardzo napięcia mięśniowe, artroza czy problemy z krążkami międzykręgowymi ograniczają ruchomość. Na szczęście istnieje kilka domowych sposobów i środków wspomagających, które mogą złagodzić ból i delikatnie poprawić ruchomość Twojego psa. W tym artykule pokażę Ci, jakie środki mogą przynieść ulgę Twojemu psu.

Spis treści

Chcesz przeczytać ten artykuł później? Pobierz artykuł w formacie PDF

Objawy: Jak rozpoznać ból pleców u psa

Dolegliwości pleców u psów często pojawiają się stopniowo. Niektóre zwierzęta wykazują jedynie niewielkie zmiany w zachowaniu, inne mają widoczne trudności z wstawaniem lub nagle pozostają już tylko spacerować niepewnie.

Jako weterynarz w mojej praktyce zwracam szczególną uwagę na następujące objawy, które mogą wskazywać na ból pleców lub problemy z kręgosłupem:

- **Sztywny chód** lub niepewne ruchy
- **Skrzywienie kręgosłupa** („koci grzbiet")
- **Skomlenie lub drżenie** podczas wykonywania określonych ruchów
- **Zapobieganie pęknięciom** lub **wchodzenie po schodach**
- **Czułość na dotyk** w okolicy pleców lub karku
- **Niepokój** lub rzucające się w oczy **postawa ochronna**
- **Trudności przy wstawaniu lub kładzeniu się**
- **Lekkie** kulawizny bez widocznych obrażeń

Wskazówka: Jeśli Twój pies reaguje wrażliwie na głaskanie w okolicy kręgosłupa lub odcinka szyjnego kręgosłupa, może to wskazywać na problemy z mięśniami lub stawami. Zwróć również uwagę na subtelne sygnały – na przykład to, że pies rzadziej się strząsa, ma nastroszoną sierść w jednym miejscu lub unika ruchów, które wcześniej wykonywał bez problemu.

Bóle pleców mogą mieć wiele przyczyn – od napięć spowodowanych zimnem po poważne schorzenia, takie jak zespół Wobblera czy uraz krążka międzykręgowego. Tym ważniejsza jest dokładna diagnoza, abyś wiedział, czy domowe sposoby są rzeczywiście skuteczne, czy też konieczne jest leczenie weterynaryjne.

Vetura – preparat na stawy może stanowić element kompleksowego wsparcia w przypadku dolegliwości związanych z plecami i stawami

Najczęstsze przyczyny bólu pleców u psów

Bóle pleców u psów mogą mieć wiele przyczyn. Często nie jest to pojedyncza choroba, lecz wynik połączenia obciążeń, braku ruchu lub zmian związanych z wiekiem w okolicy pleców.

- **Napięcia mięśniowe i nieprawidłowa postawa:** Napięcia mięśniowe często wynikają z zimna, mokrej sierści lub nagłych, nietypowych ruchów. Również zbyt miękkie legowisko lub niekorzystna pozycja podczas leżenia mogą dodatkowo obciążać plecy.
- **Artroza oraz zmiany związane z wiekiem:** Szczególnie starsze psy często cierpią na artrozę lub zmiany zwyrodnieniowe stawów i kości. Prowadzą one do stanów zapalnych i bólu, które mogą rozprzestrzeniać się aż do okolicy pleców. Problem ten dotyka przede wszystkim psów dużych ras lub zwierząt z nadwagą, ponieważ są one narażone na większe obciążenia.
- **Choroby krążków międzykręgowych i zespół Wobblera:** Jedną z poważniejszych chorób jest choroba krążków międzykręgowych, w której przemieszczona tkanka krążka uciska rdzeń kręgowy. Ze względu na budowę ciała szczególnie podatne na tę chorobę są jamniki, buldogi francuskie i cocker spaniele. Również zespół Wobblera, czyli schorzenie kręgosłupa szyjnego, może prowadzić do chwiejnego chodu i znacznego ograniczenia ruchomości.
- **Urazy i ostre przeciążenia:** Skok z samochód, upadek na śliskiej powierzchni lub szamotanina z innymi psami mogą powodować bóle pleców. Nawet niewielkie urazy lub mikrourazy mięśni lub więzadeł wystarczą, by wywołać bolesny stan zapalny.
- **Nadwaga i brak aktywności fizycznej:** Zbyt mała aktywność fizyczna i nadmiar kalorii obciążają cały organizm. Gdy pies ma na stałe nadwagę, cierpi na tym nie tylko układ sercowo-naczyniowy, ale także kręgosłup i stawy. Dodatkowy ciężar prowadzi do nieprawidłowej postawy, co z kolei sprzyja bólom pleców i napięciom mięśniowym.

Uwaga: Nawet pozornie niegroźne zmiany – na przykład mniejsza radość ze spacerów lub niechęć do wstawania – mogą być wczesnymi oznakami dolegliwości pleców. Badanie weterynaryjne pomaga wcześnie rozpoznać przyczynę i zastosować ukierunkowane leczenie.

Sprawdzone domowe sposoby i naturalne środki łagodzące ból pleców

Wielu właścicieli psów zastanawia się, co sami mogą zrobić, gdy ich pies cierpi na bóle pleców. Oprócz badania weterynaryjnego istnieje kilka domowych sposobów, które mogą delikatnie złagodzić dolegliwości i wesprzeć okolice kręgosłupa Twojego psa. Środki te nie zastępują leczenia weterynaryjnego, ale mogą pomóc w poprawie ruchomości i rozluźnieniu napięć.

1

Ciepło – sprawdzony sposób na napięcie mięśni

Ciepło rozluźnia mięśnie, poprawia krążenie krwi i może złagodzić bóle w okolicy pleców. Jest to szczególnie korzystne dla wielu psów w przypadku napięcia mięśniowego lub po spacerze na zimnie.

Instrukcja:

Przyłóż termofor, poduszkę z pestkami wiśni lub ciepły ręcznik (maks. 40 °C) do napiętego miejsca. Owiń go cienką chustką, aby chronić skórę. Pozwól psu samemu zdecydować, czy ciepło jest dla niego przyjemne. Stosuj zabieg przez 10–15 minut, raz lub dwa razy dziennie.

Wskazówka: W przypadku ostrych stanów zapalnych lub obrzęków ciepło nie jest wskazane – w takich sytuacjach skuteczniejsze jest ostrożne schładzanie.

2

Masaż i łagodne ćwiczenia

Delikatne masaże mogą pomóc w rozluźnieniu napięć i rozluźnieniu mięśni. Również lekka aktywność fizyczna wspomaga krążenie krwi i zapobiega zanikowi mięśni.

Instrukcja:

Masuj psa opuszkami palców lub płaską dłonią wzdłuż kręgosłupa, ale nie bezpośrednio na kościach. Zacznij od karku i powoli przesuwaj się w kierunku bioder. Naciskaj zawsze tak mocno, jak jest to przyjemne dla psa. Uzupełnij masaż krótkimi, spokojnymi spacerami po miękkim podłożu.

Uwaga: Jeśli Twój pies mocno utyka, skomle lub nie pozwala się dotykać, nie wykonuj masażu – najpierw udaj się do weterynarza.

3

Spokój i odpoczynek

W przypadku bólu pleców Twój czworonóg potrzebuje wystarczającej ilości odpoczynku, aby dojść do siebie. Odpowiednie miejsce do leżenia oraz kontrolowane przerwy w ruchu pomagają odciążyć plecy i przyspieszyć powrót do zdrowia.

Instrukcja:

Zadbaj o spokojne miejsce dla swojego psa, kładąc mu ortopedyczną matę dla psów lub gruby koc. Unikaj wchodzenia po schodach, skoków i gwałtownej zabawy. Jeśli musisz go nosić, zawsze podtrzymuj jednocześnie klatkę piersiową i tylne kończyny.

Wskazówka: Zmiana między okresami odpoczynku a łagodnymi, krótkimi spacerami zapewnia odpowiednią równowagę między oszczędzaniem sił a aktywnością fizyczną.

4

Odżywianie i naturalne składniki odżywcze

Zbilansowana dieta może w znacznym stopniu przyczynić się do utrzymania zdrowia kręgosłupa i stawów Twojego psa. Niektóre składniki odżywcze działają przeciwzapalnie, wzmacniają tkankę łączną i wspomagają pracę mięśni.

Żywność / Dodatki	Ważny składnik odżywczy	Działanie
Olej z alg / olej lniany	kwasy tłuszczowe omega-3	Wspomaga działanie przeciwzapalne i poprawia ruchomość
Proszek z małża zielonowargowego	Glikozoaminoglikany	Wspomaga odbudowę chrząstki i nawilżanie stawów
Proszek z owoców dzikiej róży	Witamina C, przeciwutleniacze	Wspomaga układ odpornościowy i tkankę łączną
Skrzyp polny	krzem	Wzmacnia kości, ścięgna i więzadła

Wskazówka: Połączenie tych składników odżywczych może pomóc w utrzymaniu sprawności ruchowej Twojego psa oraz wspomóc regenerację struktur stawowych – zwłaszcza w starszym wieku lub przy pierwszych problemach z kręgosłupem.

Przekonuje mnie to, że Formuła na stawy firmy Vetura, ponieważ łączy właśnie te sprawdzone domowe środki – proszek z dzikiej róży, małż zielonowargowy i skrzyp polny – z innymi ważnymi składnikami: MSM, kolagenem i kwasem hialuronowym. Składniki te przyczyniają się do poprawy zdrowia stawów, zwiększenia ruchomości oraz długotrwałego wzmocnienia całego układu ruchu Twojego psa.

vetura
KOMPLEKS NA STAWY DLA PSÓW
200 g

Naturalne wsparcie dzięki preparatowi na stawy firmy Vetura

W przypadku psów z problemami z kręgosłupem lub stawami celowe dostarczanie składników odżywczych może przynieść znaczne korzyści. Z weterynaryjnego punktu widzenia kluczowe znaczenie ma to, aby składniki były nie tylko wysokiej jakości, ale także stosowane w odpowiednich kombinacjach.

Vetura – preparat na stawy łączy w sobie sprawdzone naturalne składniki, takie jak proszek z dzikiej róży, małż zielonowargowy i skrzyp polny, z MSM, kolagenem i kwasem hialuronowym, aby wspomagać ruchomość stawów i metabolizm chrząstki.

Dzięki technologii PureComplex™ produkt nie zawiera wypełniaczy i charakteryzuje się wysoką tolerancją – nawet w przypadku wrażliwych psów.

Dla silnych stawów
Naukowo potwierdzone
Opracowane z weterynarzami
Małż zielonowargowy
Bogaty w glukozaminę, chondroitynę i kwasy tłuszczowe omega-3
Wspiera zdrowe stawy
Peptydy kolagenowe (Typ I i II)
Ważne składniki odżywcze dla chrząstki, stawów, ścięgien i więzadeł
Metylosulfonylometan (MSM)
Ważny budulec dla chrząstki stawowej
Może przyczyniać się do łagodzenia dolegliwości stawowych

Możesz to przetestować bez ryzyka, korzystając z naszej **60-dniowej gwarancji zwrotu pieniędzy**. Jeśli złożysz zamówienie przed godziną 15:00, zazwyczaj zostanie ono dostarczone już następnego dnia i będziesz mógł od razu skorzystać z produktu.

NASZ TOP PRODUKT
vetura
KOMPLEKS NA STAWY DLA PSÓW
200 g

Nasz Kompleks na Stawy dla Psa został opracowany, aby wspierać układ ruchowy Twojego psa i przywrócić mu radość życia.

O produkcie →

● **W magazynie:** w **3-4** dni robocze u ciebie

Kiedy należy zabrać psa do weterynarza

Domowe sposoby mogą skutecznie łagodzić niewielkie napięcia lub przejściowe dolegliwości – jednak czasami za bólem pleców kryje się poważna choroba kręgosłupa lub nerwy. W moim gabinecie często spotykam psy, które trafiają do mnie zbyt późno, ponieważ objawy na początku wydają się niegroźne.

Koniecznie powinieneś zabrać psa do weterynarza, jeśli:

- on **nagłe trudności z wstawaniem lub wchodzeniem po schodach** ma,
- być sobą **zmiana charakterystyki pracy** albo on **kulga z jednej strony**,
- kiedy głaskał go po plecach **drga, krzyczy lub robi unik**,
- dolegliwości **dłużej niż dwa do trzech dni** zatrzymać się,
- **Objawy porażenia**, **gorączka** lub **Nietrzymanie moczu** wystąpić.

Szczególnie w przypadku psów z wypadnięcie krążka międzykręgowego, w przypadku artrozy lub zespołu Wobblera szybka pomoc weterynaryjna ma kluczowe znaczenie dla uniknięcia trwałych uszkodzeń. Weterynarz może ustalić dokładną przyczynę za pomocą badań, rentgena lub USG i zastosować ukierunkowane leczenie.

Podsumowanie

Bóle pleców u psów nie są rzadkością – jednak dzięki cierpliwości, trosce i odpowiedniemu wsparciu możesz wiele zrobić dla dobrego samopoczucia swojego czworonoga. Ciepło, delikatny ruch i zbilansowana dieta pomagają rozluźnić mięśnie i poprawić ruchomość. Dodatkowo preparat Vetura Kompleks na Stawy może dostarczać cennych składników odżywczych, które długofalowo wspierają układ ruchowy. Jeśli jednak dolegliwości pojawiają się częściej lub są silniejsze, zawsze należy skonsultować się z weterynarzem. Dzięki temu Twój pies pozostanie aktywny, sprawny ruchowo i wolny od bólu – niezależnie od wieku.

Najczęściej zadawane pytania dotyczące bólu pleców u psów

Czy ciepło naprawdę pomaga w walce z bólem pleców u psów? +

Czy domowe sposoby są skuteczne w przypadku przepukliny dysku? +

Czy mogę podać mojemu psu środek przeciwbólowy z domowej apteczki? +

Jak długo powinienem oszczędzać mojego psa, gdy ma bóle pleców? +

vetura
info@vetura.pl
+49 8167 3140699
Pon.-pt. 10:00-12:00 - DE/EN

NASZE PRODUKTY
Kompleks Probiotyczny dla Psa
Kompleks na Zęby dla Psa
Kompleks na Stawy dla Psa
Kompleks Omega-3 dla Psa
Kompleks Uspokajający dla Psa
Krople na Kleszcze

INFORMACJE
O nas
Pomoc / Kontakt
Wysyłka
Metody płatności
Moje Konto
Sklep dla sprzedawców Vetura

WIEDZA
Zdrowie psa
Trawienie
Pasożyty
Zachowanie
Układ mięśniowo-szkieletowy
Zdrowie zębów

SOCIAL MEDIA
Instagram
TikTok
Facebook
Pinterest

Ustawienia plików cookie Informacje prawne Regulamin Polityka prywatności Informacje o prawie odstąpienia od umowy Odstąp od umowy

©2026 Vetura GmbH

ⓘ Teksty na grafikach zostały przetłumaczone z języka niemieckiego z wykorzystaniem narzędzi AI, a następnie zredagowane i sprawdzone przez native speakera języka polskiego. Treść merytoryczna pozostała niezmieniona.

Informacje zawarte na tej stronie mają charakter ogólnych wskazówek i zostały starannie opracowane na podstawie dostępnych źródeł. Autorzy oraz operatorzy strony nie ponoszą odpowiedzialności za szkody materialne ani niematerialne powstałe w wyniku korzystania z przedstawionych informacji lub zaniechania korzystania z nich, jak również w wyniku wykorzystania informacji błędnych lub niekompletnych. Przedstawione tutaj produkty nie są lekami, lecz suplementami diety dla zwierząt lub produktami pielęgnacyjnymi. W związku z tym nie są przeznaczone do diagnozowania, leczenia, łagodzenia ani zapobiegania chorobom. Nie zastępują również porady lekarza weterynarii ani leków przepisanych przez lekarza weterynarii. W razie wątpliwości przed zastosowaniem produktu należy zawsze skonsultować się z lekarzem weterynarii.