

Hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra

UNNUR GUÐJÓNSDÓTTIR

LOKAVERKEFNI TIL BS PRÓFS

Í HJÚKRUNARFRÆÐI (12 EININGAR)

LEIÐBEINANDI: INGIBJÖRG HJALTADÓTTIR

JÚNÍ 2009



HJÚKRUNARFRÆÐIDEILD
HÁSKÓLI ÍSLANDS

Þakkarorð

Ég vil nota hér tækifærið og þakka leiðbeinanda mínum, Ingibjörgu Hjaltadóttur, lektor fyrir góða leiðsögn og uppbyggilega gagnrýni á þessari ritgerðarsmíð. Jafnframt langar mig að þakka fjölskyldu minni, ekki síst, Ingva Þór Hjaltasyni, fyrir þolinmæði, hvatningu og veittan stuðning.

Útdráttur

Tilgangur þessa verkefnis var að gera fræðilega samantekt á helstu rannsóknum sem fjalla um hjúkrunarmedferðir með aðstoð dýra, gildi þeirra, hvaða dýr er helst verið að nota og helstu hópa sem meðferðin hefur verið notuð fyrir.

Megin meðferðarformin eru *meðferð með aðstoð dýra* og *virgni með aðstoð dýra*. Algengast er að meðferðirnar feli í sér heimsóknir dýra til sjúklinga eða skjólstæðinga á stofnunum eða sjúkrahúsum. Markmiðin með slíkum meðferðum eru m.a. að bæta andlega-, líkamlega- eða sálfélagslega virkni, auk þess að draga úr einmanaleika og kvíða, bæta félagsleg samskipti og stuðla að bættum lífsgæðum. Helstu dýr sem notuð eru í hjúkrunarmedferðum með aðstoð dýra eru hundar, kettir, hestar, fuglar og húsdýr. Þeir sem helst geta nýtt sér meðferðarformið eru hjartasjúklingar, krabbameinssjúklingar, gjörgæslusjúklingar, sjúklingar með geðsjúkdóma, börn á sjúkrahúsum og aldraðir á hjúkrunarheimilum.

Niðurstöður þessa verkefnis benda til að meðferð með aðstoð dýra sé valkostur sem vert er að hafa í huga þegar meðferð er skipulögð og geti bætt líðan ákveðinna sjúklinga.

Lykilorð: meðferð með aðstoð dýra; virkni með aðstoð dýra; gæludýrameðferð; tengsl manna og dýra; gæludýr.

Abstract

The purpose of this assignment was to make a literature review of the main research on animal-assisted therapies in nursing, their value, what kind of animals are mainly used and the main groups that the therapies have been used for.

The main types of therapies are *animal-assisted therapy* and *animal-assisted activity*. Their most common form involves animal visits to patients or clients in institutions or hospitals. The treatment goals are among other things to improve mental-, physical- or social activities, also to reduce loneliness and anxiety, improve social interactions and quality of life.

The main animals that are used in animal-assisted therapies in nursing are dogs, cats, horses, birds and farm animals. Those who can benefit from these therapies are heart patients, cancer patients, intensive care patients, psychiatric patients, children in hospitals and the elderly in nursing homes.

The conclusions of this assignment indicate that animal-assisted therapy is a choice that one must have in mind when treatments are planned and can improve the well-being of certain patients.

Keywords: animal-assisted therapy; animal-assisted activity; pet therapy; human-animal bond and pets.

Efnisyfirlit

Þakkarorð	iii
Útdráttur	iv
Abstract	v
Efnisyfirlit	vi
Inngangur	1
Helstu hugtök	2
Hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra	3
Meðferð með aðstoð dýra	3
Virgni með aðstoð dýra	3
Gæludýrameðferð	4
Fræðileg samantekt	5
Sögulegt yfirlit	5
Helstu hjúkrunarmeðferðir með aðstoð dýra	6
Meðferð með aðstoð dýra	6
Virgni með aðstoð dýra	8
Helstu dýr sem notuð eru í meðferðum	10
Hundar	12
Hestar	13
Húsdýr	14

Önnur dýr.....	15
Helstu sjúklingahópar og skjólstæðingar sem geta nýtt sér hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra.....	16
Aldraðir á hjúkrunarheimilum.....	18
Aldraðir með heilabilun.....	21
Einstaklingar með tjáningarörðugleika.....	22
Sjúklingar með krabbamein.....	23
Hjartasjúklingar	23
Sjúklingar með geðsjúkdóma	25
Börn á spítölum eða stofnunum.....	26
Meðferð og virkni með aðstoð dýra á Íslandi	29
Umræður	32
Lokaorð	36
Heimildaskrá.....	37

Inngangur

Samskipti manna og dýra eiga sér langa sögu en samskiptin geta haft almenn jákvæð áhrif á líkamlega, andlega og sálfélagslega heilsu manna (Brodie og Biley, 1999). Maðurinn hefur nýtt sér dýr til ýmissa hluta, m.a. sem húsdýr, vinnudýr eða gæludýr til þess að hafa sem félagsskap og fá tilfinningalegan stuðning. Síðast en ekki síst hafa þau verið notuð í meðferðarskyni, m.a. við endurhæfingu, líkamsþjálfun, iðjuþjálfun, talþjálfun og þar með jafnvel sem afþreyingu eða skemmtun (Macauley, 2006).

Gæludýraeign er talin hafa jákvæð áhrif á almenna heilsu eigenda sinna og virðast gæludýraeigendur sjaldnar fá minniháttar veikindi en aðrir, t.d. höfuðverk, kvef eða meltingartruflanir (Serpell, 1991). Gæludýr geta einnig veitt félagslegan stuðning, frekar en náinn vinur, án skilyrða og fordæmingar. Slíkur stuðningur getur minnkað kvíða og er mikilvægur til þess að draga úr líkamlegum áhrifum þess að þurfa að leysa álagsvaldandi þrautir. Nærvera gæludýra getur lækkað blóðþrýsting og púls meira en þegar náinn vinur er viðstaddur við slíkar aðstæður (Allen, Blascovich og Mendes, 2002).

Jákvæð áhrif dýra á heilsu er ekki aðeins tengt gæludýraeign heldur á markviss notkun dýra í meðferðarlegum tilgangi sér langa sögu (James, 1998). Frumkvöðull hjúkrunarfræðinga, Florence Nightingale, var með þeim fyrstu til að benda á gagnsemi slíkra samskipta manna og dýra fyrir sjúklinga, en það gerði hún árið 1859 í bók sinni „Notes on Nursing” (Nightingale, 1859/1970). Síðan þá hefur áhugi á því að nota dýr í meðferðarlegum tilgangi farið vaxandi og frá árinu 1970 hafa slíkar meðferðir verið notaðar í markvissum tilgangi á sjúkrahúsum og stofnunum víða um heim (Morrison, 2007). Almenn virðist heilbrigðisstarfsfólk vera jákvætt í garð hjúkrunarmeðferða með aðstoð dýra en skortir frekari fræðslu (Caprilli og Messeri, 2006).

Í þessari fræðilegu úttekt mun höfundur leitast við að skilgreina hvað felst í hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra, hvaða gildi slík meðferð hefur fyrir ólíka sjúklingahópa, hvaða dýr eru notuð og hvert mikilvægi slíkra meðferða sé fyrir hjúkrun.

Við öflun fræðilegra heimilda var stuðst við rafrænu gagnasöfnin *Pubmed*, *ProQuest* og *Scopus*. Í leit á heimildum voru notuð leitarorðin; meðferð með aðstoð dýra (*animal-assisted therapy*), virkni með aðstoð dýra (*animal-assisted activity*), gæludýrameðferð (*pet therapy*), tengsl manna og dýra (*human-animal bond*) og gæludýr (*companion animals*). Auk þess var leitað að frekari heimildum út frá heimildaskrá rannsóknargreina.

Tilgangur þessarar fræðilegu úttektar er að kanna með lestri fræðigreina, rannsóknargreina og bóka, umfjöllun um hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra og helstu rannsóknarniðurstöður varðandi gildi þess að nota dýr í meðferðarskyni.

Rannsóknarspurningar sem leitast er við að svara í þessu verkefni eru:

1. Hvað felst í helstu hjúkrunarmeðferðum með aðstoð dýra?
2. Hvaða gildi hefur hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra?
3. Hvers konar dýr eru notuð við hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra?
4. Hverjir eru helstu sjúklingahópar og skjólstæðingar sem geta nýtt sér hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra?

Helstu hugtök

Hér á eftir verða helstu hugtök, er varða hjúkrunarmeðferðir með aðstoð dýra, skilgreind. Notaðar eru skilgreiningar frá alþjóðasamtökunum *Delta Society* en samtökin hafa það að markmiði að bæta heilsu manna með meðferðum sem fela í sér aðstoð dýra. Samtökin kjósa að nota þessar skilgreiningar vegna þess hve lýsandi þær eru fyrir hið ómissandi hlutverk sem dýr gegna í meðferð sem sérþjálfaðir einstaklingar sjá um. Þetta eru hugtökin meðferð með aðstoð dýra (*animal-assisted therapy*) og virkni með aðstoð dýra (*animal-*

assisted activities). Áður en þessar skilgreiningar komu fram var notast við hugtök eins og gæludýrameðferð (*pet therapy*), en samtökin *Delta Society* hafa ekki kosið að nota það hugtak þar sem þau telja það villandi og ónákvæmt (*Delta Society, e.d. (b)*). Hér á eftir eru þessi hugtök skilgreind nánar:

Hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra

Hugtakið hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra mun höfundur nota hér eftir sem samnefnara yfir hugtökin meðferð með aðstoð dýra og virkni með aðstoð dýra.

Meðferð með aðstoð dýra

Þetta meðferðarform hefur það markmiði að dýr, sem uppfylli ákveðin skilyrði, sé ómissandi þáttur í meðferðinni. Meðferðin er í höndum fagfólks innan heilbrigðiskerfisins sem hefur sérhæft sig á ákveðnu sviði. Markmið meðferðar með aðstoð dýra (*animal-assisted therapy*) er að stuðla að bættri félagslegri, tilfinningalegri, líkamlegri og vitrænni starfsemi. Meðferðinni er beitt við mismunandi aðstæður og hægt er að nota meðferðina bæði fyrir einstaklinga og hópa. Áhersla er lögð á að meðferðarferlið sé skráð og árangur metinn (*Delta Society, e.d. (c)*).

Virkni með aðstoð dýra

Meðferðarformið felur í sér tækifæri til að veita hvatningu, fræða, skemmta eða veita annan meðferðarlegan ávinning, sem stuðlað getur að bættum lífsgæðum. Virkni með aðstoð dýra (*animal-assisted activities*) sem meðferðarform er notað við ýmsar aðstæður og er í höndum einstaklinga sem til þess hafa sérstaka menntun ásamt sérþjálfuðu dýri. Meðferðin felur oftast í sér heimsóknir með dýr til einstaklinga eða hópa og er meðferðin hvorki einstaklingsmiðuð né sniðið að einhverju ákveðnu sjúkdómsástandi. Heimsóknartími getur

verið breytilegur og ekki eru sértæk fyrir fram ákveðin markmið sem ætlað er að ná með meðferðinni (Delta Society, e.d. (a)).

Gæludýrameðferð

Samkvæmt Berrisford (1996) eru margar skilgreiningar til á gæludýrameðferð (*pet therapy*) en það er vítt hugtak sem nær m.a. yfir gæludýraeign einstaklinga eða stofnana, heimsóknir dýra, notkun dýra í meðferðarskyni í félagslegu umhverfi eða sem virka þátttakendur í sálfræðimeðferð (sjá í James, 1998). Gæludýrameðferð og gæludýraeign geta hvor um sig haft skammtíma jafnt sem langtíma áhrif. Mat á útkomu fer eftir því hvernig dýrin eru notuð og hver tilætluð áhrif eru. Meðferðin felur í sér að skjólstæðingar eða sjúklingar fá m.a. að halda á dýrunum og klappa þeim (James, 1998). Í úttektinni hér á eftir mun höfundur ekki notast við hugtakið gæludýrameðferð vegna þess hve vítt það er og illa skilgreint.

Fræðileg samantekt

Sögulegt yfirlit

Menn og dýr hafa átt í meðferðarlegu sambandi í ríflega 12.000 ár. Ein af elstu fornminjum sem sýna fram á þetta samband fannst í Ísrael; beinagrind af manni sem heldur á hvolpi (Morrison, 2007). Samkvæmt Serpell (2000) þá eru elstu heimildir sem segja til um að dýr hafi verið hluti af meðferð manna frá níundu öld, þar sem dýr voru notuð í meðferð fatlaðra einstaklinga. Salotto (2001) getur þess að dýr eins og hæsni og kanínur hafi verið notuð í meðferð geðsjúkra árið 1790 til þess að kenna þeim sjálfstjórn. Samkvæmt Serpell (2006) þá var mælt með notkun dýra á stofnunum fyrir geðsjúka árið 1830, til þess að gera stofnunina heimilislegri (sjá í Morrison, 2007).

Árið 1859 bendir frumkvöðull hjúkrunar, Florence Nightingale, á í bók sinni „Notes on Nursing“ að lítið gæludýr geti verið góður félagsskapur fyrir langveika sjúklinga og oft verið eina uppspretta ánægju fyrir þá (Nightingale, 1859/1970):

Lítið gæludýr er oft ágætur félagi fyrir sjúklinga, sérstaklega fyrir langveika. Fugl sem gæludýr í búri er stundum eina ánægja sjúklings sem er rúmfastur í sama herbergi í áraradur. Ef hann getur fôðrað og þrifið dýrið af sjálfsdáðum, þá ætti hann ætíð að vera hvattur til þess (Nightingale, 1970, bls. 58).

Samkvæmt Bustard (1980) þá voru húsdýr fyrst notuð sem hluti af meðferð flogaveikra í kringum árið 1879 (sjá í Morrison, 2007). Kear (1990) getur þess að dýr hafi einnig verið notuð í meðferð slasaðra hermanna á spítölum í Bandaríkjunum meðan á síðari heimstyrjöldinni stóð, eða árið 1940 (sjá í Wolff og Frishman, 2004). Fjórum árum síðar gaf James Bossad út grein þar sem fjallað var um gagnsemi samskipta milli manna og gæludýra. Sálfræðingurinn Dr. Boris Levinson fór síðan um árið 1960 að nota hundinn sinn sem virkan

þátttakanda í sálfræðimeðferð unglunga. Tíu árum seinna, eða árið 1970, komst sálfræðingurinn Ethel Wolff að því að dýr voru notuð í sálfræðimeðferð á 48% allra stofnana í Bandaríkjunum og samkvæmt Yates (1973) var einnig farið að nota heimilisfastan hund á einu geðsjúkrahúsi fyrir börn þar í landi. Samkvæmt Arkow (2004) þá hófust heimsóknir dýra á hjúkrunarheimili árið 1970 og samkvæmt Salotto (2001) var markvisst farið að nota meðferð með aðstoð dýra á spítölum og hjúkrunarheimilum á sama tíma (sjá í Morrison, 2007). Eftir þetta fóru rannsóknir á notkun dýra í meðferðarskyni og tengslum manna og dýra að koma fram (Morrison, 2007).

Samkvæmt Berrisford (1995) þá voru ýmis samtök stofnuð upp frá þessu, s.s. *North American Association of Pet Facilitated Therapists* og *Pets as Therapy* á Bretlandi (sjá í James, 1998). Árið 1980 voru síðan alþjóðasamtökin *Delta Society* stofnuð af McCulloch, Bustad og Katcher, en markmið samtakanna er að bæta heilsu manna með meðferðum með aðstoð dýra (sjá í Morrison, 2007).

Helstu hjúkrunarmeðferðir með aðstoð dýra

Hér á eftir verður fjallað um hvað felst í helstu hjúkrunarmeðferðum með aðstoð dýra, en þær eru meðferð með aðstoð dýra og virkni með aðstoð dýra auk þess sem nefnd verða dæmi um rannsóknir fyrir hverja meðferð til frekari skýringa.

Meðferð með aðstoð dýra

Meðferð með aðstoð dýra er þverfaglegt meðferðarform sem notað hefur verið m.a. innan hjúkrunarfræði, læknisfræði, félagsfræði, sálfræði, iðjuþjálfunar og endurhæfingar. Meðferðir með aðstoð dýra eru oft notaðar sem viðbót við hefðbundnar meðferðir og byggja á vitundarvakningu sem orðið hefur á þeim jákvæðu áhrifum sem dýr geta haft á sjúklinga, aldraða og einangraða einstaklinga (Barba, 1995). Markmiðin með meðferð með aðstoð dýra

eru sniðin að þörfum einstaklinga (Jorgenson, 1997) og geta falist í skammtíma- eða langtímamarkmiðum þar sem m.a. er miðað að því að bæta andlega eða líkamlega virkni, draga úr einmanaleika og kvíða, bæta félagsleg samskipti auk þess sem hvatt og stuðlað er að bættum lífsgæðum sjúklinga eða skjólstæðinga. Meðferðin er oftast í höndum sérfræðings og sérþjálfaðs dýrs (Connor og Miller, 2000) og felst m.a. í því að fara með dýr í heimsókn á stofnanir eða hafa heimilisföst dýr á stofnunum. Meðferðarformið meðferð með aðstoð dýra er nú þekkt víða um heim og það má nota á öruggan hátt ef viðeigandi varúðarráðstafanir eru gerðar og ef meðferðin er skipulögð með þarfir sjúklinganna í huga (Barba, 1995).

Meðferðarformið var notað sem hluti af talþjálfunarmeðferð eins sjúklings með málstol og tjáningarörðuleika í rannsókn LaFrance, Garcia og Labreche (2007). Meðferðin og markmið hennar voru sniðin að þörfum skjólstæðingsins auk þess sem árangur var metinn og skráður í lok hverrar meðferðar. Árangur meðferðar var metinn með því að fylgjast með og skrá fjölda tjáskipta með eða án orða. Hundurinn sem tók þátt í meðferðinni var sérþjálfður meðferðarhundur og eigandi hans var sérfræðingur í talþjálfunarmeðferð og viðurkenndur stjórnandi meðferðarhundsins. Tímarnir áttu að vera afslappaðir, ánægjulegir og skemmtilegir vegna nærveru hundsins. Meðferðin endaði ávallt á því að sjúklingurinn fékk að ganga með hundinn í bandi til baka á deildina sína, ásamt hundaeigandanum, sem hélt í annað band sem einnig var tengt í ól hundsins í öryggisskyni. Tilgangurinn með göngu sjúklingsins með hundinn var að hvetja hann til frekari félagslegra samskipta við starfsfólk og aðra sjúklinga. Á þann hátt myndi sjúklingurinn þjálfa tjáningu sína enn frekar sem var aðalmarkmið meðferðarinnar. Niðurstöður leiddu í ljós að sjúklingurinn tjáði sig meira með og án orða í talþjálfunarmeðferðinni þegar hundurinn var viðstaddur. Einnig átti sjúklingurinn í meiri samskiptum við vegfarendur þegar hann var á göngu með hundinn (LaFrance o.fl., 2007).

Í rannsókn Edwards og Beck (2002) voru könnuð áhrif meðferðar með aðstoð dýra á næringarinntekt sjúklinga með heilabilun. Meðferðardýrin voru litríkir fiskar sem komið var

fyrir í upplýstu fiskabúri. Þátttakendur voru 62 einstaklingar búsettir á lokaðri deild fyrir minnissjúka. Næringarinntekt sjúklinganna var könnuð áður en fiskabúrið kom á deildina, svo daglega tveimur vikum eftir að búrinu hafði verið komið fyrir nálægt borðsal deildarinnar og eftir það var næringarinntekt könnuð vikulega í sex vikur. Niðurstöður sýndu fram á að næringarinntekt jókst marktækt þegar fiskabúrið var á deildinni og hélt áfram að aukast sex vikum á eftir. Einnig jókst þyngd þátttakenda meðan á rannsókninni stóð. Höfundar töldu ástæðuna fyrir aukinni næringarinntekt sjúklinganna vera þá að fiskabúrið á deildinni gerði umhverfið meira aðlaðandi og sjúklingarnir höfðu því meiri eirð í sér að sitja við matarborðið og horfa á fiskana á meðan þeir borðuðu (Edwards og Beck, 2002).

Í rannsókn Barak, Savorai, Mavashev og Beni (2001) voru könnuð áhrif meðferðar með aðstoð dýra á 10 aldraða sjúklinga með geðklofa sem lágu inni á geðdeild. Meðferðin fólst í vikulegum þriggja tíma heimsóknum, sem stóðu yfir í 12 mánuði, þar sem sjúklingarnir fengu sjálfir að velja hvort að þeir vildu fá hund eða kött í heimsókn. Sjúklingarnir fóru út að ganga með dýrin til þess að auka hreyfingu og félagsleg samskipti. Auk þess gáfu sjúklingarnir dýrunum að borða, böðuðu þau, greiddu og klöppuðu þeim en tilgangurinn með því var að hvetja sjúklingana til að sjá um sig sjálfa í venjulegum athöfnum daglegs lífs (ADL). Í viðmiðunarhóp voru 10 sambærilegir einstaklingar sem fengu jafnlanga meðferð við að lesa og tala um það sem var í fréttum við sjálfboðaliða. Niðurstöður leiddu í ljós að sjúklingarnir sem fengu meðferð með aðstoð dýra sýndu meiri framfarir í ADL, félagslegum samskiptum og almennri heilsu (Barak o.fl., 2001).

Virgni með aðstoð dýra

Algennt er að meðferðarformið virkni með aðstoð dýra feli í sér heimsóknir dýra á stofnanir eða spítala. Meðferðin er þá oftast í höndum sjálfboðaliða og sérþjálfaðs dýrs sem fara saman í heimsókn til einstaklinga eða hópa (Connor og Miller, 2000). Meginmarkmið

með slíkum heimsóknum dýra er að skapa grundvöll til samskipta og tengslamyndunar, skapa jákvætt meðferðarlegt andrúmsloft, auka viðbrögð sjúklinga og veita þeim ánægjulega upplifun sem getur hjálpað þeim að viðhalda tengslum við raunveruleikann (Barba, 1995).

Í eigindlegri rannsókn sem Ingibjörg Hjaltadóttir, Ásta B. Pétursdóttir, Gerður Sæmundsdóttir, Guðrún Lovísa Víkingsdóttir og Ída Atladóttir gerðu árið 2002 voru könnuð áhrif heimsókna hunda og eigenda þeirra á líðan sjö sjúklinga með heilabilun á öldrunarlækningadeildum á Íslandi. Heimsóknir hundanna voru vel skipulagðar og fóru fram einu sinni í viku, seinni part dags, og hver heimsókn varði í 30–60 mínútur. Í hverri heimsókn heimsótti aðeins einn hundur deildina í senn og var hann hafður í bandi til þess að hægt væri að halda honum frá svæðum þar sem tekin voru til lyf og matur búinn til. Hundurinn nálgast svo einungis þá sjúklinga sem sýndu honum áhuga, en hundinum var haldið frá þeim sem voru hræddir við hunda eða áttu ekki að umgangast hundinn af heilsufarsástæðum. Niðurstöður rannsóknarinnar bentu til þess að heimsóknir hunda og eigenda hans höfðu jákvæð áhrif á líðan sjúklinganna og samskiptin við hundana höfðu hvetjandi áhrif á tjáskipti sjúklinganna. Heimsóknirnar höfðu róandi áhrif á sjúklingana og veittu afþreyingu seinni part dags en það er sá tími dags sem margir sjúklingar með heilabilun finna fyrir óróleika (*sundown syndrom*). Samskipti sjúklinganna við hundana einkenndust af gleði og áhuga auk þess sem þær vöktu upp minningar sem tengdust hundum (Ingibjörg Hjaltadóttir o.fl., 2002).

Í rannsókn Johnson, Meadows, Haubner og Sevedge (2008) var einnig notast við meðferðarformið virkni með aðstoð dýra, en þar voru könnuð áhrif heimsóknar hunds til sjúklinga sem voru að fara í geislameðferð. Þátttakendum (N=30) var raðað af handahófi jafnt niður í þrjá hóp; hópur sem fékk heimsókn frá hundi, hópur sem fékk heimsókn frá sjálfboðaliða og hópur sem las í einrúmi. Meðferðin fór fram þrisvar í viku í 15 mínútur í senn og stóð yfir í fjórar vikur. Áttu sjúklingarnir að meta áhrif meðferðarinnar á skap sitt,

líðan og þrautseigju (sense of coherence). Meðan á heimsókn hunds og hundaeiganda stóð sat hundurinn á sófa með sjúklingnum, þar sem sjúklingnum var frjálst að klappa, greiða, tala eða leika við hundinn. Hundaeigandinn kynnti hundinn fyrir sjúklingnum í fyrsta sinn sem hundur og sjúklingur hittust, en eftir það tók hundaeigandi engan þátt í samtali við sjúklinginn og átti einungis að tryggja öryggi sjúklings og hunds meðan á heimsókninni stóð. Að rannsókninni lokinni töldu allir þátttakendur meðferðina gagnlega, en miðað við hina hópana töldu sjúklingarnir sem fengu heimsókn frá hundi eigin heilsu vera betri eftir heimsóknartímabilið auk þess sem þeim fannst hundurinn dreifa athygli þeirra og minnka kvíða (Johnson o.fl., 2008).

Helstu dýr sem notuð eru í meðferðum

Maðurinn hefur nýtt sér dýr til ýmissa hluta, m.a. sem húsdýr eða vinnudýr eða gæludýr til þess að hafa sem félagsskap og fá tilfinningalegan stuðning en síðast en ekki síst hafa þau verið notuð í meðferðarskyni m.a. við endurhæfingu, líkamspjálfun, iðjuþjálfun, talþjálfun og þar með jafnvel sem afþreyingu eða skemmtun (Macauley, 2006). Dýrin sem valin eru til þess að taka þátt í meðferð sjúklunga og skjólstæðinga eru valin sérstaklega til þess að tryggja að hegðun þeirra innan spítalans eða stofnunarinnar verði fyrirsjáanleg. Dýrin þurfa að hafa verið skoðuð af dýralækni til þess að þau séu heilbrigð og einnig þurfa þau að gangast undir skapgerðar- og hlýðniþróf til þess að kanna hvernig þau muni takast á við álag sem fylgir því að vera meðferðardýr. Stundum geta langveikir eða deyjandi sjúklingar jafnvel fengið til sín í heimsókn sitt eigið dýr. Þau dýr fá einungis að hitta eigendur sína og þurfa að uppfylla ýmis skilyrði til þess að fá að koma inn á stofnunina (Connor og Miller, 2000).

Hvert dýr hefur sína sérstöku eiginleika og getur því hentað í ólíkum meðferðarlegum tilgangi (Macauley, 2006). Mikilvægt er að setja einstaklingsmiðuð markmið með meðferð með aðstoð dýra og velja þannig viðeigandi dýr eftir tilgangi meðferðar fyrir sjúklinginn.

Þannig meðferð má veita jafnt sem hópmeðferð og einstaklingsmeðferð. Einstaklingsmeðferð getur hentað ef sjúklingurinn er undir álagi, finnur til sársauka, er kvíðinn eða með háan blóðþrýsting. Þau dýr sem gott getur verið að nota í einstaklingsmeðferðum eru hundar, kettir, naggrísir og fleiri dýr sem geta þá virkað sem dægrastytting fyrir sjúklingana eða örvað þá í hreyfingu og leik. Í hópmeðferð geta dýrin virkað hvetjandi fyrir samskipti og dregið úr álagi. Þá er hægt að nota dýr sem ekki þarf að snerta, t.d. fiska, fugla eða jafnvel ketti og hunda (Barba, 1995).

Algengt er að nota hunda í hjúkrunarmeðferðum með aðstoð dýra en hundar virðast þó vera sú dýrategund sem mest hættu er á að smiti menn af sjúkdómum eða sýkingum (Brodie, Biley og Shewring, 2002). Því er mikilvægt að hafa í huga þegar farið er með dýr inn á stofnanir eða spítala, að mönnum getur stafað smithætta af ýmsum sjúkdómum eða sníkjudýrum sem dýr bera með sér og geta borist í menn (Guay, 2001). Hægt er að minnka líkur á dýrabiti, smiti eða ofnæmi með því að vanda val á dýrum og mönnum sem taka þátt í meðferðinni auk þess að viðhafa almennt hreinlæti og handþvott (Brodie o.fl., 2002). Handþvottur er mikilvægur fyrir sjúklinga og sjálfboðaliða sem umgangast dýrin til þess að minnka líkur á dreifingu sýkla. Einnig má minnka líkur á smiti með því að setja einnota klút eða lak undir dýrin þar sem þau sitja eða liggja nálægt sjúklingi, sem fjarlægja má þegar dýrið fer. Mikilvægt er að dýrin séu hlýðin og þjálfuð í að sleikja, bíta eða klóra ekki þegar þau eru nálægt sjúklingi (Connor og Miller, 2000). Einnig getur verið gott að takmarka hvar og hvenær dýrin eru á deildinni auk þess að tryggja að þau komi hvergi nálægt matvælum, língeymslum, lyfjaherbergjum eða einangrunarherbergjum (Barba, 1995).

Hin ýmsu dýr hafa verið notuð í rannsóknum á hjúkrunarmeðferðum með aðstoð dýra en vinsælast hefur verið að nota hunda (Braun, Stangler, Narveson og Pettingell, 2009; Cole, Gawlinski, Steers og Kotlerman, 2007; Ingibjörg Hjaltadóttir o.fl., 2002). Einnig hafa verið notaðir í slíkum rannsóknum kettir (Allen o.fl., 2002; Stasi o.fl., 2004); hestar (Håkanson,

Möller, Lindström og Mattsson, 2009), fiskar (Edwards og Beck, 2002), höfrungar (James, 1998), fuglar (Colombo, Buono, Smania, Raviola og De Leo, 2006), naggrísir, kanínur (Prosser, Townsend og Staiger, 2008), sem og önnur húsdýr s.s. kýr, kindur, svín og alifuglar (Berget, Ekeberg og Braastad, 2008).

Hundar

Hundar eru vinsælasta og algengasta dýrategundin sem notuð er í hjúkrunarmeðferðum með aðstoð dýra, þar sem hegðun þeirra er nokkuð fyrirsjáanleg og auðvelt er að þjálfna þá. Aðaláherslan er lögð á skapgerð, hegðun og þjálfun hundsins þegar hentugur meðferðarhundur er valinn þó svo að sumar hundategundir séu betur til þess fallnar að nota sem meðferðardýr (Connor og Miller, 2000). Við val á dýri, sem hentugt er að nota í hjúkrunarmeðferð, er mikilvægt að dýrið henti meðferðarforminu. Einnig er mikilvægt að dýrið sé bóluset, ormahreinsað, heilbriggt, rólegt og það láti vel að stjórn (Barba, 1995). Því þurfa hundar, sem taka þátt í meðferð, að vera sérþjálfaðir og valdir eftir ströngum stöðlum. Til þess að hundar geti orðið meðferðarhundar þurfa þeir að standast ýmis skapgerðar- og hlýðniþróf en auk þess þurfa þeir að vera heilsuhraustir og þrífir reglulega (Macauley, 2006).

Rannsóknir hafa sýnt fram á að hundar geta haft hvetjandi áhrif á félagsleg samskipti, m.a. með því að virka sem ísbrjótar fyrir upphaf samræðna. Niðurstöður rannsókna McNicholas og Collis (2000) sýndu að hundur getur virkað hvetjandi fyrir upphaf félagslegra samskipta milli manna, óháð útliti manns eða hunds og staðsetningu þeirra (McNicholas og Collis, 2000).

Hundar virka ekki einungis sem hvati að félagslegum samskiptum þegar þeir eru á göngu með eiganda sínum. Einnig hefur verið sýnt fram á að það getur haft jákvæð áhrif á félagsleg samskipti að hafa heimilisfastan hund á deildum stofnana. Þetta samræmist

niðurstöðum eigindlegrar rannsóknar sem Bardill og Hutchinson (1997) gerðu. Þær sýndu fram á að samskipti milli sjúklinga og starfsfólks urðu auðveldari við að hafa heimilisfastan hund á unglingsgeðdeild auk þess sem hundurinn gaf unglíngunum tækifæri að tala við einhvern sem hvorki hafnar, refsar né dæmir þau (þ.e. hundurinn). Unglíngunum á deildinni fannst gott að hafa hund og fannst hann gera deildina heimilislegri (Bardill og Hutchinson, 1997).

Hundar hafa þó helst verið notaðir í hjúkrunarmeðferðum með aðstoð dýra þegar þeir fara í heimsóknir á sjúkrahús eða stofnanir ásamt eigendum sínum. Hafa hundaeigendurnir þá sótt sérstök námskeið til þess að geta orðið sjálfboðaliðar í slíkri meðferð (Moody, King og O'Rourke, 2002). Í slíkum heimsóknum fá sjúklingar eða skjólstæðingar oft að fara út að ganga með hundinn, gefa honum að borða, greiða eða klappa honum (Barak o.fl., 2001). Hundurinn getur annaðhvort legið rólegur við hlið sjúklings eða skjólstæðings, eða leikið ýmsar listir (Sobo, Eng og Kassity-Krich, 2006) og leikið við sjúklinginn eða skjólstæðinginn honum til skemmtunar (Moody o.fl., 2002). Hafa hundar einnig verið notaðir til þess að kenna og sýna börnum hvernig framkvæma eigi ýmsar hjúkrunarmeðferðir, t.d. með því að setja plástur eða spelku á hundinn áður en hún er sett á barnið (Moody o.fl., 2002).

Hestar

Í Grikklandi til forna fjallaði Hippókrates (460–377 f. Kr.) um útreiðar sem náttúrulegt form hreyfingar (Bailey, 1996; sjá í James, 1998). Síðan þá hafa hestar verið notaðir í ýmsum meðferðarlegum tilgangi og til eru samtök eins og *American Hippotherapy Association*, *Canadian Therapeutic Riding Association* og *Riding for the Disabled* sem sérhæfa sig í útreiðarmeðferðum með aðstoð hesta. Í útreiðarmeðferð er það hesturinn sem hefur áhrif á þann sem er á hestbaki, í stað þess að hann stjórnir hestinum. Skjólstæðingurinn er settur í ýmsar stellingar á hestbaki til þess að bregðast við hreyfingum hestsins. Helstu markmið

útreiðarmeðferðar er að bæta hreyfigetu, jafnvægi, virkni og stöðu skjólstæðinga sem og að stuðla almennt að líkamshreysti, gefa fötluðum skjólstæðingum færi á að upplifa frelsi og að veita almenna skemmtun og afþreyingu (James, 1998). Útreiðarmeðferð er undir eftirliti læknis eða heilbrigðisstarfsmanns sem veitir reiðkennaranum ráðgjöf um viðeigandi meðferð. Meðferðin getur falið í sér ýmsar æfingar á hestbaki til þess að þjálfa jafnvægi, samhæfingu, hreyfimunstur eða að gera styrktar- eða slökunaræfingar. Samkvæmt Bailey (1996) þá hefur útreiðarmeðferð m.a. verið notuð fyrir skjólstæðinga með heilalömun (cerebral palsy), heila- og mænusigg (multiple sclerosis), fyrir fatlaða einstaklinga sem og skjólstæðinga sem hlotið hafa áverka á heila eða mænu (sjá í James, 1998).

Ýmsar rannsóknir hafa verið gerðar á áhrifum útreiða (*equine assisted therapy*). Í rannsókn sem Håkanson o.fl. (2009) gerðu á 24 sjúklingum með bak- eða hálsverki, leiddu niðurstöður í ljós að útreiðar í meðferðarlegum tilgangi draga úr sársauka og öðrum einkennum auk þess að stuðla að bættri líkamsímynd skjólstæðinganna (Håkanson o.fl., 2009).

Húsdýr

Hestar ásamt ýmsum húsdýrum, s.s. kúm, kindum, svínunum og alifuglum, hafa verið notuð í rannsóknum á hjúkrunarmeðferðum með aðstoð dýra, en þá fer meðferðin oftast fram á bóndabæ. Hefur hugtakið *Green Care* oft verið notað í tengslum við slíka meðferð en það felur í sér notkun húsdýra, plantna, landslags eða garða við meðferð fyrir ýmsa sjúklingahópa (Berget, Ekeberg og Braastad, 2008).

Í flestum rannsóknum sem gerðar hafa verið á sjúklingum með geðsjúkdóma og hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra, hefur oftast verið notast við hunda og ketti en áhrif húsdýra lítið verið rannsökuð. Áhrif húsdýra á sjálfstraust, bjargráð og lífsgæði 60 sjúklinga með geðsjúkdóma voru könnuð í rannsókn Berget o.fl. (2008). Sjúklingarnir heimsóttu

bóndabæ tvisvar í viku í þrjá klukkutíma í senn og tóku einungis þátt í vinnu sem sneri að dýrunum. Bændurnir voru ávallt nálægt sjúklingunum til þess að tryggja að þeir stunduðu einungis vinnu sem sneri að dýrunum og til þess að koma í veg fyrir óhöpp. Árangur meðferðarinnar var metinn með hinum ýmsu mælikvörðum sem mældu sjálfstraust, bjargráð og lífsgæði en sjúklingarnir svöruðu spurningalista fyrir og eftir meðferðina og svo hálfu ári síðar. Niðurstöður leiddu í ljós að marktæk aukning var á sjálfstrausti fyrir meðferðina og sex mánuðum eftir hana hjá hópnum sem fékk meðferð með aðstoð húsdýra og voru bjargráð einnig betri eftir meðferðina. Enginn mælanlegur munur reyndist vera á lífsgæðum sjúklinganna. Þessar niðurstöður gefa til kynna að notkun húsdýra í meðferð sjúklinga með geðsjúkdóma getur haft jákvæð áhrif á bjargráð og sjálfstraust (Berget o.fl., 2008).

Í kjölfar rannsóknarinnar hér á undan var ákveðið að kanna viðhorf og reynslu heilbrigðisstarfsfólks og bænda til *Green Care* og meðferðar með aðstoð húsdýra fyrir sjúklinga með geðsjúkdóma. Niðurstöður þeirrar rannsóknar leiddu í ljós að flestir þátttakendur þekktu til *Green Care*-meðferðarinnar en höfðu litla reynslu af henni. Flestir þátttakendur töldu að meðferð með aðstoð húsdýra gæti haft gagnleg áhrif á meðferð sjúklinga með geðsjúkdóma en bændur voru hér jákvæðari. Flest heilbrigðisstarfsfólk taldi að meðferð með aðstoð húsdýra gæti haft jákvæð áhrif á félagsleg samskipti og voru konur jákvæðari en karlar. Talið var að slík meðferð sameinaði vinnu og samskipti við dýr, sem getur haft jákvæð áhrif á skjólstæðinga, m.a. með því að stuðla að fjölbreyttum og heilbrigðum lífsstíl auk þess að bæta bjargráð sjúklinga gegnum dagleg störf sem felast í því að hugsa um lifandi dýr (Berget, Ekeberg og Braastad, 2008).

Önnur dýr

Ýmis önnur dýr, s.s. naggrísir, kanínur, kettlingar og kettir, hafa verið notuð í hjúkrunarmeðferðum með aðstoð dýra (Prosser o.fl., 2008). Kettir hafa sjaldnar verið notaðir

í slíkum meðferðum en hundar, þar sem hegðun þeirra þykir ekki eins fyrirsjáanleg og hegðun hunda auk þess sem margir hafa ofnæmi fyrir köttum (Connor og Miller, 2000).

Oftast er farið með dýrin í heimsókn á stofnanir eða sjúkrahús en meðan á meðferðinni stendur er mikilvægt að dýr á borð við ketti og kanínur geti verið kyrr í búri sínu á meðan farið er með þau á milli sjúklinga (Connor og Miller, 2000). Þegar sjúklingar fá svo dýrin í fangið er þeim klappað, greitt og gefið að borða (Barak o.fl., 2001). Þó svo að slíkar heimsóknir séu algengar, hafa dýr á borð við kanarífugla verið gefin öldruðum einstaklingum búsettum á hjúkrunarheimili til þess að sjá um sem gæludýr og hafa þannig haft jákvæð áhrif á heilsu þeirra og lífsgæði (Colombo o.fl., 2006).

Önnur dýr eins og fiskar í fiskabúri hafa verið notuð til þess að auka næringarinntekt aldraðra sjúklinga á deild fyrir heilabilaða (Edwards og Beck, 2002) auk þess sem höfrungar í náttúrulegu umhverfi sínu hafa einnig verið notaðir til þess að stuðla að vellíðan eða til að sigrast á ótta, t.d. fyrir fatlaða einstaklinga eða sjúklinga, því að nærveran við þessi kraftmiklu og gáfuðu dýr er talin hafa djúpstæð áhrif á fólk (James, 1998).

Helstu sjúklingahópar og skjólstæðingar sem geta nýtt sér hjúkrunarmedferð með aðstoð dýra

Hjúkrunarmedferðir með aðstoð dýra hafa verið notaðar á ýmsum sviðum innan heilbrigðisgeirans og dýr hafa farið í heimsóknir á ýmsar stofnanir og deildir sjúkrahúsa svo sem barnadeildir (Braun o.fl., 2009), gjörgæsludeildir (Barba, 1995), geðdeildir (Nathans-Barel, Feldman, Berger, Modai og Silver, 2005), hjartadeildir (Cole o.fl., 2007), krabbameinsdeildir (Johnson, Meadows, Haubner og Sevedge, 2003), skurðdeildir (Sobo o.fl., 2006), deildir fyrir heilabilaða (Churchill, Safaoui, McCabe og Baun, 1999) og á hjúkrunarheimili (Banks og Banks, 2002).

Mikilvægt er að vanda val á skjólstæðingum og sjúklingum sem gætu haft gott af hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra. Taka ætti tillit til þess hvort að sjúklingarnir vilji fá dýr í heimsókn og útiloka þá sem af heilsufarslegum ástæðum geta ekki fengið hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra. Þeir sjúklingar og skjólstæðingar sem síður ættu að taka þátt í hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra eru sjúklingar með skert ónæmiskerfi, viðkvæma húð, opin sár, öndunarfærasjúkdóma, þekkt ofnæmi eða dýrafælni. Einnig ætti að meta hvort að sjúklingurinn sýni nokkuð merki um óútreiknanlega eða ofbeldisfulla hegðun sem gæti haft neikvæð áhrif á viðbrögð dýra (Barba, 1995). Hafa ber að í huga að ekki líkar öllu fólki við dýr eða geta haft slæma reynslu af samskiptum við þau og þess vegna ber að virða val og skoðanir skjólstæðinga þegar kemur að hjúkrunarmeðferðum með aðstoð dýra (James, 1998).

Helstu sjúklingahópar sem hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra hefur nýst eru hjartasjúklingar (Friedmann, Katcher, Lynch og Thomas, 1980), krabbameinssjúklingar (Johnson o.fl., 2008), gjörgæslusjúklingar (Proulx, 1998), sjúklingar með tjáningarörðugleika (Macauley, 2006) og sjúklingar með geðsjúkdóma (Kovacs, Kis, Rozsa og Rozsa, 2004). Einnig hefur meðferðin verið notuð fyrir unglunga sem liggja inni á geðdeild (Bardill og Hutchinson, 1997), börn sem liggja inni á spítala (Sobo o.fl., 2006) og börn með þroskavandamál eins og Asperger's eða einhverfu (Martin og Farnum, 2002). Hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra hefur einnig verið notuð fyrir aldraða einstaklinga á hjúkrunarheimilum (Banks og Banks, 2002) sem og fyrir aldraða búsetta á deildum fyrir sjúklinga sem þjást af heilabilun (McCabe, Baun, Speich og Agrawal, 2002). Hér á eftir verður farið nánar í helstu rannsóknir sem gerðar hafa verið á hjúkrunarmeðferðum með aðstoð dýra fyrir þessa sjúklingahópa.

Aldraðir á hjúkrunarheimilum

Hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra getur haft jákvæð áhrif á hjarta- og æðakerfið því að rannsóknir hafa sýnt fram á að blóðþrýstingur aldraðra einstaklinga, sem búsettir eru á hjúkrunarheimilum, getur lækkað við að hafa dýr nálægt sér (Stasi o.fl., 2004). Algennt er að stofnanavætt umhverfi á borð við slík heimili geti leitt til þess að aldraðir einstaklingar sem þar búa upplifi einmanaleika, leiða og bjargarleysi. Til þess að draga úr þessum tilfinningum hafa dýr, ásamt börnum og plöntum, verið notuð á hjúkrunarheimilum sem starfa eftir hugmyndafræði *Eden Alternative* (Hinman og Heyl, 2002). Í rannsókn Hinmans og Heyls (2002) voru könnuð áhrif *Eden Alternative* hugmyndafræðinnar á andlega, líkamlega, tilfinningalega og félagslega virkni 137 aldraðra einstaklinga, búsettra á hjúkrunarheimili. Gögnum var safnað með því að fylgjast með heimilismönnum í samskiptum þeirra við dýrin, plönturnar og börnin auk þess sem tekin voru viðtöl við starfsfólk hjúkrunarheimilisins. Á meðan fylgst var með heimilismönnum áttu þeir í flestum samskiptum við dýrin en þau samskipti kölluðu fram ýmsa félagslega og líkamlega svörun hjá þeim eins og bros, hlátur, tal og snertingu. Mat á andlegri, líkamlegri, tilfinningalegri og félagslegri virkni (með Minimum Data Set) fyrir og eftir að hugmyndafræði *Eden Alternative* var innleidd, sýndi fram á að hið nýja umhverfi með dýrum, plöntum og börnum hvatti til aukinnar félagslegrar og líkamlegrar virkni hjá öldruðum. Sem dæmi má nefna að eftir innleiðsluna bættu íbúarnir virkni sína í athöfnum daglegs lífs (ADL), voru léttari í skapi, tóku oftár þátt í félagslegum viðburðum og eirðarleysi minnkaði (Hinman og Heyl, 2002).

Í rannsókn sem Banks og Banks gerðu árið 2002 voru könnuð áhrif meðferðarformsins meðferð með aðstoð dýra á einmanaleika aldraðra, búsettra á hjúkrunarheimilum. Þátttakendur voru 45 einstaklingar sem raðað var af handahófi í þrjá hóp; einn hóp sem fékk meðferð með aðstoð dýra einu sinni í viku og annan hóp sem fékk slíka meðferð þrisvar sinnum í viku. Til viðmiðunar var hópur sem fékk enga meðferð með aðstoð dýra. Meðferðin

fólst í því að fá 30 mínútna heimsókn hunds og sjálfboðaliða í sex vikur. Einmanaleiki var mældur með sérstökum mælikvarða (University of California at Los Angeles Loneliness Scale) í upphafi og lok meðferðartímabils. Niðurstöður sýndu að marktækur munur var á minnkun einmanaleika hjá þátttakendum sem fengu heimsóknir hunds, en ekki var marktækur munur á milli hópa sem fengu heimsóknir einu sinni eða þrisvar í viku. Ekki fundust neinar marktækar breytingar hjá hópnum sem fékk enga meðferð. Höfundar ályktuðu þess vegna að ein heimsókn í viku væri nægjanleg til þess að hafa áhrif á einmanaleika þátttakenda. Allir þeir sem tóku þátt í rannsókninni höfðu áður átt gæludýr á ævinni, sem þeir sögðust sakna og vildu þeir gjarnan geta átt gæludýr á hjúkrunarheimilinu (Banks og Banks, 2002).

Þátttakendur í rannsókn Colombo, Buono, Smânia, Raviola og De Leo (2006) fengu að prófa að eiga gæludýr á hjúkrunarheimili. Í þeirri rannsókn voru könnuð áhrif þess að fá kanarífugl sem gæludýr, á lífsgæði og sálfélagslega þætti hjá 144 öldruðum einstaklingum búsettum á hjúkrunarheimili. Rannsóknin stóð yfir í þrjá mánuði og var þátttakendum raðað af handahófi í þrjá hópa; einn hópurinn fékk gefins kanarífugl til að sjá um; annar fékk gefins plöntu til að sjá um og sá þriðji fékk ekkert. Eftir þrjá mánuði sýndu niðurstöður fram á að þó svo að hópurinn sem fékk gefins plöntu virtist gagnast af því, voru áhrifin mun jákvæðari á lífsgæði og sálfélagslega þætti hjá hópnum sem fékk kanarífugl gefins. Engar marktækar breytingar fundust hjá hópnum sem fékk ekkert. Því sýndu niðurstöður þessarar rannsóknar að hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra hefur jákvæð áhrif á sálfélagslega heilsu aldraðra einstaklinga sem búa á stofnunum og þá sérstaklega á lífsgæði og þunglyndiseinkenni (Colombo o.fl., 2006).

Ekki er þó öllum öldruðum einstaklingum á hjúkrunarheimilum fært að eiga þar gæludýr, en þeir geta í staðinn fengið heimsókn frá dýrum. Áhrif þess að fá heimsókn frá lifandi hundi eða vélrænum hundi (svokölluðum *AIBO-vélmennahundi*) á einmanaleika aldraðra einstaklinga búsettra á hjúkrunarheimilum voru könnuð í rannsókn Banks,

Willoughby og Banks (2008). Niðurstöðurnar sýndu fram á að marktæk minnkun var á einmanaleika hjá báðum hópum eftir heimsóknirnar og mynduðu hóparnir svipuð tengsl hvort sem hundurinn var vélrænn eða lifandi. Þessar niðurstöður sýna að vélrænn hundur gæti verið möguleg lausn til þess að draga úr einmanaleika aldraðra einstaklinga búsettra á hjúkrunarheimilum sem langar til þess að eignast gæludýr, en geta það ekki (Banks o.fl., 2008).

Önnur leið til þess að bæta líðan aldraðra á hjúkrunarheimilum eru heimsóknir dýra. Rannsóknir á slíkum heimsóknum hafa sýnt fram á að þær geti haft jákvæð áhrif á heilsu og líðan aldraðra. Þetta sýndu niðurstöður rannsóknar Stasi, Amati, Costa, Resta, Senepa, Scarafioiti o.fl. (2004). Þær leiddu í ljós að klukkutíma heimsókn kattar, sem fram fór þrisvar í viku yfir sex vikna tímabil til 28 aldraðra einstaklinga á hjúkrunarheimili, hafði jákvæð áhrif á þunglyndiseinkenni og lækkaði blóðþrýsting hjá þeim (Stasi o.fl., 2004). Einnig hefur rannsókn á heimsóknum dýra eins og hunda, hvolpa, katta, kettlinga, kanína og naggrísa til 18 aldraðra einstaklinga, búsettra á hjúkrunarheimilum, sýnt fram á aukningu í félagslegum samskiptum þar sem þátttakendur sýndu meðferðinni mikinn áhuga og rifjuðu upp minningar um eigin gæludýr (Prosser o.fl., 2008).

Hin jákvæðu áhrif, sem heimsóknir dýra geta haft á heilsu og líðan aldraðra, virðast geta varað til lengri tíma. Þetta sýndu niðurstöður langtímarannsóknar sem gerð var í Japan (Kawamura, Niiyama og Niiyama, 2007). Í þeirri rannsókn voru könnuð áhrif heimsókna dýra á hegðun og sálfélagslega þætti 10 aldraðra einstaklinga búsettra á hjúkrunarheimili. Rannsóknin stóð yfir í eitt ár og komu hundar í heimsókn til þátttakenda tvisvar sinnum í mánuði. Hver heimsókn stóð yfir í um 30 mínútur þar sem þátttakendur fengu að klappa, leika við, halda á eða gefa hundinum að borða. Niðurstöður rannsóknarinnar sýndu fram á aukningu á andlegri og tilfinningalegri virkni þátttakenda eftir sex mánuði (samkvæmt GBS Scale, Japanese Version, mental function impairment scale). Samt sem áður minnkaði líkamleg

virgni þátttakenda en höfundar töldu það geta stafað af því hve háaldraðir sumir þátttakendurnir voru (Kawamura o.fl., 2007).

Þess ber einnig að geta að ekki einungis dýrið hefur áhrif á sjúklinga og skjólstæðinga, heldur getur einstaklingurinn sem fylgir dýrinu einnig haft áhrif. Í rannsókn Kaiser, Spence, McGavin, Stuble og Keilman (2002) var kannað hvort að heimsókn glaðlyndrar manneskju hefði sömu jákvæðu áhrif á félagsleg samskipti og heimsókn hunds. Þátttakendur í rannsókninni voru fimm aldraðir einstaklingar búsettir á hjúkrunarheimili, sem fengu fimm mínútna heimsókn frá hundi ásamt heimsókn frá glaðlyndri manneskju. Í báðum heimsóknum var hundaeigandinn viðstaddur en hafði engin samskipti við þátttakendur. Niðurstöður leiddu í ljós að þátttakendur sýndu jákvæð viðbrögð við báðum heimsóknum og líkaði jafn vel við báðar heimsóknirnar. Túlkuðu höfundar niðurstöðurnar þannig að heimsókn frá glaðlyndri manneskju hefði jafn góð félagsleg áhrif eins og heimsókn frá hundi. Heimsóknir hunds höfðu þó það fram yfir heimsóknir glaðlyndu manneskjunnar að hundarnir fullnægðu frekar snertipörf þátttakenda og voru samskipti þeirra við hundana án skilyrða og fordóma (Kaiser o.fl., 2002).

Aldraðir með heilabilun

Á Íslandi hefur verið sýnt fram á jákvæð áhrif heimsókna hunda og eigenda þeirra á líðan heilabilaðra sjúklinga. Heimsóknirnar höfðu róandi áhrif og veittu afþreyingu á þeim tíma dags sem margir sjúklingar með heilabilun finna fyrir óróleika (Ingibjörg Hjaltadóttir o.fl., 2002). Þetta er sambærilegt niðurstöðum rannsókna sem gerðar hafa verið erlendis á hjúkrunarmeðferðum með aðstoð dýra fyrir sjúklinga með heilabilun (Churchill o.fl., 1999; Richeson, 2003).

Í rannsókn Richesons (2003) voru könnuð áhrif hjúkrunarmeðferðar með aðstoð dýra á óróleika og félagsleg samskipti hjá 15 öldruðum einstaklinga með heilabilun. Þátttakendur

fengu heimsókn frá hundi og eiganda hans fimm daga vikunnar í þrjár vikur og stóð heimsóknin yfir í um 60 mínútur. Niðurstöður sýndu marktæka minnkun á óróleika og marktæka aukningu á félagslegum samskiptum (Richeson, 2003). Þetta er í samræmi við niðurstöður rannsóknar Churchill o.fl. (1999) sem leiddu í ljós að heimsókn hundsins jók félagsleg samskipti og minnkaði óróleika seinni hluta dags hjá sjúklingum með heilabilun, á þeim tíma sem óróleiki er jafnan mikill (Churchill o.fl., 1999). Einnig hefur verið sýnt fram á að það hefur jákvæð áhrif á hegðun fólks að hafa heimilisfastan hund á lokaðri deild fyrir heilabilaða og í rannsókn McCabe, Braun, Speich og Agrawal (2002) voru könnuð áhrif þess að hafa heimilisfastan hund í fjórar vikur á lokaðri deild fyrir 22 aldraða einstaklinga með heilabilun. Áður en hundurinn gat dvalið á deildinni þurfti hann að hafa lokið sérstöku hlýðninámskeiði og vera skoðaður af dýralækni til þess að tryggja að hann væri við góða heilsu. Hundurinn var frjálst á deildinni frá morgni til kvölds en á matmálstímum átti hann að vera í herbergi sínu sem hafði aðgang að bakgarði deildarinnar. Niðurstöður leiddu í ljós að nærvera hundsins dró úr hegðunarvandamálum á daginn yfir hið fjögurra vikna tímabil rannsóknarinnar (McCabe o.fl., 2002).

Einstaklingar með tjáningarörðugleika

Sjúklingar með málstol (aphasiu) eða aðra tjáningarörðugleika geta haft gagn af hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra þar sem dýr gera ekki sömu kröfur og menn um munnleg tjáskipti (Barba, 1995). Dýrin skapa því afslappaðra andrúmsloft þar sem álagið er minna og það hvetur sjúklingana áfram í talþjálfunarmeðferðinni auk þess sem þeir njóta meðferðarinnar betur. Rannsóknir sýna að meðferð með aðstoð dýra hjá sjúklingum í talþjálfun vegna málstols (aphasiu) eða tjáningarörðugleika var jafn árangursrík og hefðbundin talþjálfunarmeðferð en hvatti sjúklingana frekar til þess að hafa frumkvæði að tjáskiptum (Macauley, 2006). Einnig geta hundar haft hvetjandi áhrif á félagsleg samskipti

sjúklinga með tjáningarörðugleika og þannig bætt tjáningarhæfni þeirra (LaFrance o.fl., 2007).

Sjúklingar með krabbamein

Hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra hefur lítið verið rannsökuð meðal sjúklinga með krabbamein (Johnson o.fl., 2003). Þrátt fyrir það geta viðbótarmeðferðir eins og hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra haft jákvæð áhrif á örvæntingu og kvíða hjá krabbameinssjúklingum (Muschel, 1984; sjá í Johnson o.fl., 2008).

Þetta er í samræmi við niðurstöður sem fengust úr rannsókn Johnson o.fl. (2003). Þar töldu sjúklingar, sem voru í krabbameinsmeðferð, heimsókn frá hundi eða sjálfboðaliða hafa jafngagnleg áhrif á líðan sína í meðferðinni. Þrátt fyrir að báðar heimsóknir hafi verið gagnlegar að mati sjúklinga, fannst þeim heimsókn hunds gera krabbameinsmeðferðina auðveldari og þeim fannst þeir tengjast hundinum betur en sjálfboðaliðanum. Einnig voru sjúklingarnir glaðari og leið betur þegar hundurinn var viðstaddur. Þar að auki hjálpaði hundurinn þeim að gleyma erfiðleikum sínum og gaf þeim aukna orku (Johnson o.fl., 2003).

Hjartasjúklingar

Þegar fjallað er um hjúkrunarmeðferðir með aðstoð dýra og þau jákvæðu áhrif sem dýr geta haft á heilsu manna, er mikið vitnað í rannsókn sem Friedmann, Katcher, Lynch og Thomas (1980) gerðu á 92 hjartasjúklingum sem legið höfðu á spítala. Niðurstöður þeirrar rannsóknar sýndu fram á að jákvæð marktæk tengsl fundust milli þess að eiga gæludýr og eins árs lifunar hjartasjúklinganna eftir útskrift og voru þessi tengsl sterkari en tengsl við hjúskaparstöðu sjúklinganna eða fjölskyldutengsl þeirra. Einnig var talið að jákvæð áhrif gæludýraeignar á eins árs lifun hjartasjúklinga væru ekki vegna hreyfingarinnar. Ástæðan er sú að þó að hundaeigendur þurfi að fara reglulega út að ganga með hundinn, hafi eigendur

annarra gæludýra en hunda einnig sýnt marktækt betri eins árs lifun en þeir sjúklingar sem ekki áttu gæludýr (Friedmann o.fl., 1980). Þó ber að hafa í huga að ekki eru allar rannsóknir sammála um að gæludýraeign ein og sér hafi jákvæð áhrif á heilsu manna. Niðurstöður könnunar Parslow og Jorm (2003) gátu ekki sýnt fram á að gæludýraeign ein og sér hefði jákvæð áhrif á hjarta- og blóðrásarkerfið. Gæludýraeigendur í þessari rannsókn voru með hærri díastólískan blóðþrýsting, hærri líkamsþyngdarstuðul og voru líklegri til þess að reykja en þeir sem ekki áttu gæludýr (Parslow og Jorm, 2003).

Inniliggjandi hjartasjúklingar virðast þó hafa gagn af samskiptum við dýr samkvæmt niðurstöðum rannsóknar sem Cole o.fl. (2007) gerðu á áhrifum heimsókna hunds og sjálfboðaliða til 76 sjúklinga með hjartabilun. Rannsóknin leiddi í ljós að hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra, þ.e. heimsóknir hunds og sjálfboðaliða, hefur jákvæð áhrif á cardiopulmonary-þrýstinga, magn taugahormóna (plasma epinephrine og norepinephrine) og kvíða hjá sjúklingum með hjartabilun. Ekki var þó hægt að sýna fram á lækkun á blóðþrýstingi eða hjartsláttartíðni hjá sjúklingunum en höfundar töldu það geta stafað af hjartabiluninni eða lyfjameðferð sem sjúklingarnir gengust undir (Cole o.fl. 2007).

Ekki sýna allar rannsóknir fram á gagnsemi hjúkrunarmeðferða með aðstoð dýra. Að þessu komust Miller, Connor, Deal og Duke (2003) í rannsókn sinni en þar voru könnuð áhrif þess að hafa hund viðstaddan við útskriftarfræðslu sjúklinga (N=30) sem höfðu gengist undir opna hjartaaðgerð. Niðurstöður bentu til þess að slík meðferð væri ekki gagnleg. Í ljós kom að hópurinn, sem hafði hund viðstaddan við útskriftarfræðsluna, fékk lægri einkunn á prófi á kunnáttu sinni eftir fræðsluna en viðmiðunarhópurinn sem ekki hafði hund viðstaddan. Höfundar ályktuðu að ef til vill hafi nærvera hunds við slíka fræðslu virkað truflandi og minnkað einbeitingu sjúklinganna. Takmarkanir þessarar rannsóknar voru þó nokkrar, m.a. var úrtak lítið og kvíðastig þátttakenda var ekki mælt fyrir og eftir fræðsluna auk þess sem

ekki var tekið mið af reynslu þátttakenda af fyrri spítalainnlögnum, fyrri heilbrigðisfræðslu eða menntunarstigi þeirra (Miller o.fl., 2003).

Sjúklingar með geðsjúkdóma

Í könnun sem gerð var í Japan kom í ljós að flestum sjúklingum með geðsjúkdóma (80%, N=481) líkar almennt vel við dýr og þeir telji samskipti við dýr geta verið gagnlegan hluta af meðferð sinni (Iwahashi, Waga og Ohta, 2007). Dýr hafa nú þegar verið notuð í meðferð sjúklinga með ýmsa geðsjúkdóma, s.s. geðklofa, kvíða og persónuleikaraskanir, og hafa áhrif slíkra meðferða á lífsgæði sjúklinganna verið könnuð. Í flestum þessara rannsókna hefur verið notast við hunda eða ketti en niðurstöður rannsóknar Berget o.fl. (2008) hafa sýnt fram á að notkun húsdýra í meðferð sjúklinga með geðsjúkdóma getur haft jákvæð áhrif á bjargráð og sjálfstraust sjúklinganna (Berget o.fl., 2008).

Hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra getur einnig verið gagnleg fyrir sjúklinga sem eru á leið í rafmeðferð. Áhrif heimsókna hunds og eiganda hans á ótta, kvíða og þunglyndi hjá sjúklingum með geðsjúkdóma (N=35) voru könnuð í rannsókn Barker, Pandurangi og Best (2007). Niðurstöður sýndu að slík meðferð getur dregið úr ótta en ekki fundust marktæk áhrif á kvíða eða þunglyndi (Barker o.fl., 2003).

Hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra getur einnig hjálpað við endurhæfingu sjúklinga með geðklofa sem dvelja á stofnun. Þetta var kannað í rannsókn Kovacs o.fl. (2004). Sjúklingarnir fengu (N=7) vikulegar heimsóknir hunds í níu mánuði og stóð meðferðin yfir í 50 mínútur í senn. Í lok meðferðartímabils sýndu sjúklingarnir framfarir í heilsu og framkvæmd heimilisstarfa (metið með *Independent Living Skills Survey* af óháðum hjúkrunarfræðingi) en þessar niðurstöður voru ekki marktækar. Þessi rannsókn bentir til þess að hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra gæti verið gagnleg í endurhæfingu sjúklinga með geðklofa (Kovacs o.fl., 2004). Þetta er í samræmi við niðurstöður rannsóknar Nathans-Barel

o.fl. (2005). Þar voru könnuð áhrif 10 vikna hjúkrunarmeðferðar með aðstoð dýra á 20 sjúklinga með geðklofa sem sýndu neikvæð einkenni (anhedonia). Niðurstöður voru marktækar og sýndu að hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra getur haft jákvæð áhrif á sálfélagslega endurhæfingu sjúklinga með geðklofa og bætt lífsgæði þeirra (Nathans-Barel o.fl., 2005).

Í rannsókn Hall og Malpus (2000) voru könnuð áhrif heimsókna hunds og eiganda hans á félagsleg samskipti 10 innlagðra sjúklinga með geðsjúkdóma. Tilgangurinn var að kanna hvort að eigandi hundsins hvetti frekar til félagslegra samskipta en hundurinn. Niðurstöður sýndu jákvæðari áhrif á félagsleg samskipti þegar hundur og hundaeigandi voru báðir viðstaddir, fremur en ef einungis hundaeigandi var viðstaddur. Höfundar ályktuðu því að hundurinn, en ekki hundaeigandinn, hefði jákvæð áhrif á félagsleg samskipti sjúklinga með geðsjúkdóma (Hall og Malpus, 2000).

Börn á spítölum eða stofnunum

Meðferðarformið meðferð með aðstoð dýra hefur m.a. verið notað á börn með almenn þroskavandamál, s.s. einhverfu og Aspergers-heilkenni, en áhrif slíkrar meðferðar voru könnuð í rannsókn Martin og Farnum (2002). Þar voru borin saman áhrifin sem það hafði á 10 börn með almenn þroskavandamál, að sýna þeim bolta, hundabangsa eða lifandi hund. Meðferðin fór fram þrisvar sinnum í viku í 15 mínútur í senn yfir 15 vikna tímabil. Niðurstöður leiddu í ljós að þegar hundurinn var sýndur voru börnin glaðlyndari, þ.e. þau brostu meira og lengur auk þess sem þau sýndu aukna athygli þegar hundurinn var nálægt (Martin og Farnum, 2002).

Hjúkrunarmeðferðir með aðstoð dýra hafa einnig verið notaðar fyrir börn sem eru á spítala. Í rannsókn Kaminski, Pellino og Wish (2002) voru borin saman áhrif tveggja meðferða; leiks í leikstofu (child-life groups) og hjúkrunarmeðferðar með aðstoð dýra þar

sem hundur kom í heimsókn. Þátttakendur voru 70 börn, inniliggjandi á spítala, og voru ýmsir þættir mældir, þ.e. líðan barnanna, sýnileg áhrif, snerting, hjartsláttur, blóðþrýstingur og magn cortisols í munnvatni. Niðurstöður leiddu í ljós að foreldrar og börn töldu hvora meðferð fyrir sig, þ.e. hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra og leik í leikstofu, hafa jákvæð áhrif á skap og líðan hjá börnunum. Börnin sem fengu heimsókn frá hundi voru marktækt talin glaðlyndari eftir meðferðina en börnin sem voru í leikstofuhópnum. Einnig var aukin hjartsláttartíðni hjá börnum í hópnum sem fékk hund í heimsókn, en höfundar töldu það geta hafa stafað af því að börnin virtust spennt yfir því að hitta dýrin. Hjartsláttartíðni var ekki mæld meðan á sjálfri meðferðinni stóð og ekki fundust marktækar niðurstöður úr mælingum á magni cortisols í munnvatni. Höfundar ályktuðu að hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra gæti verið góð viðbót við þau bjargráð sem barnið hefur til þess að takast á við spítalavistina (Kaminski o.fl., 2002).

Hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra hefur verið notuð til þess að hjálpa börnum að takast á við verki eftir skurðaðgerð en áhrif slíkrar meðferðar voru könnuð í rannsókn Sobo o.fl. (2006). Þátttakendurnir voru 25 börn sem upplifðu verki eftir skurðaðgerð. Þeir mátu álag sitt og verki á sjónrænum andlitskvarða frá 0 til 10, fyrir og eftir að hafa fengið heimsókn frá hundi auk þess sem viðtal var tekið við þau eftir heimsóknina. Niðurstöður sýndu fram á marktæka lækkun á mati barnanna á verkjum og álagi eftir að hafa fengið heimsókn frá hundi. Þemagreining viðtala, sem tekin voru við börnin, sýndi fram á að börnunum fannst heimsókn hundsins virka sem athyglisdreifing, ánægjuleg skemmtun og hún minnti þau á heimili sitt, róaði þau, veitti þeim félagsskap og minnkaði sársaukaskynjun þeirra (Sobo o.fl., 2006). Þetta samræmist niðurstöðum rannsóknar Braun o.fl. (2009) en þar voru könnuð áhrif heimsóknar hunds á verki, blóðþrýsting, púls og öndunartíðni hjá 3–7 ára börnum sem voru á spítala. Börnin mátu verki sína fyrir og eftir meðferðina á sjónrænum andlitskvarða (Wong-Baker FACES pain scale) og voru lífsmörk einnig mæld fyrir og eftir

meðferðina. Heimsókn hundsins og eiganda hans stóð yfir í um 15–20 mínútur en þau börn sem ekki fengu heimsókn frá hundi áttu að hvíla sig í 15 mínútur. Niðurstöður sýndu fram á að þau börn sem fengu heimsókn frá hundi sýndu marktækt meiri lækkun á sjónræna verkjakvarðanum heldur en þau sem ekki fengu heimsókn. Ekki var marktækur munur á blóðþrýstingi og púls hjá báðum hópum en öndunartíðni var aukin í hópnum sem fékk heimsókn frá hundi sem höfundar ályktuðu vera vegna tilhlökkunar barnanna yfir heimsókninni (Braun o.fl., 2009).

Innleiðsla hjúkrunarmeðferða með aðstoð dýra á barnaspítala og barnadeildir hefur almennt gengið vel (Caprilli og Messeri, 2006) og heilbrigðisstarfsfólki finnst slíkar heimsóknir hunda veita barnadeildum glaðlegra yfirbragð auk þess sem þær geri vinnuumhverfið meira aðlaðandi (Moody o.fl., 2002). Niðurstöður rannsókna hafa sýnt að tíðni sýkinga eða smita vegna samskipta við hunda hafði ekki aukist ári eftir að hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra hafði verið innleidd á barnaspítala, en það var algengasta áhyggjuefni heilbrigðisstarfsfólks varðandi slíkar meðferðir (Caprilli og Messeri, 2006).

Dýr virðast hafa jákvæð áhrif á bjargráð barna þegar þau eru undir álagi eins og í veikindum en dýr geta virkað sem félagslegur stuðningur og eru félagsskapur sem dæmir þau ekki og er óháður veikindum þeirra (Spence og Kaiser, 2002). Rannsókn var gerð á tvenns konar áhrifum á blóðþrýsting og hjartsláttartíðni 38 barna; annars vegar áhrif vingjarnlegs hunds sem var viðstaddur á meðan börnin hvíldust og hins vegar áhrif lesturs upphátt úr bók. Niðurstöður leiddu í ljós lækkun á blóðþrýstingi og púlsi í báðum tilvikum. Meiri áhrif komu fram ef hundurinn var viðstaddur frá upphafi rannsóknar en ef hann kom eftir að þau voru byrjuð að hvílast eða lesa. Höfundar ályktuðu því að nærvera hundsins geri ókunnar aðstæður ekki eins ógnandi og vingjarnlegri í augum barnanna (Friedmann, Katcher, Thomas, Lynch og Messent, 1983).

Után spítalaumhverfisins geta dýr einnig haft jákvæð áhrif á heilsu barna. Í eigindlegri rannsókn Rew (2000) voru kannaðar leiðir 32 heimilisláusra unglunga til að takast á við einmanaleika. Heimilisláusir unglingar eru í mikilli hættu á að þróa með sér ýmis líkamleg og andleg heilbrigðisvandamál og því er mikilvægt að finna leiðir til þess að efla heilsu þeirra. Niðurstöður sýndu að margir heimilisláusu unglunganna töldu að einmanaleikatilfinningar minnkuðu við það að eiga hund. Hundurinn veitti þeim skilyrðislausu ást, sem margir unglunganna höfðu sjaldan upplifað á ævinni. Hundurinn hvatti þau til heilbrigðari lífshátta, t.d. að hreyfa sig meira, auk þess að ýta undir ábyrgðartilfinningu hjá unglungunum (Rew, 2000).

Meðferð og virkni með aðstoð dýra á Íslandi

Hjúkrunarmeðferðir með aðstoð dýra hafa verið lítið rannsakaðar á Íslandi. Árið 2002 gerðu Ingibjörg Hjaltadóttir o.fl. frumkvöðlarannsókn á áhrifum heimsókna hunda á líðan aldraðra með heilabilun á öldrunarlækningadeildum á Landspítala. Þessi rannsókn var sú fyrsta sem vitað er að gerð hafi verið inni á sjúkrahúsi á Íslandi og kom að hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra (Ingibjörg Hjaltadóttir o.fl., 2002).

Árið 2006 fór Rauði kross Íslands svo af stað með verkefnið *Heimsóknarvinur með hund* en í dag eru um 20 heimsóknarverkefni í gangi á höfuðborgarsvæðinu. Farið er í heimsóknir á dvalar- og elliheimili, á stofnanir fyrir sjúklinga sem þjást af heilabilun, á sambýli fyrir fatlaða, í Rjóðrið (hvíldarinnlögn fyrir langveik börn) og á einkaheimili (aðallega til fatlaðra einstaklinga). Í hverri heimsókn eru yfirleitt margir einstaklingar heimsóttir í einu. Heimsóknirnar fara að jafnaði fram einu sinni í viku og standa yfir í um klukkutíma í senn. Allir hundaeigendur geta sótt um að taka þátt í verkefninu en áður en hægt er að hefja heimsóknir þurfa hundar og eigendur þeirra að uppfylla ákveðnar kröfur. Eigendur hundanna fara á námskeið hjá Rauða krossinum þar sem m.a. er farið í samskiptareglur,

réttindi og skyldur sjálfboðaliða. Eftir námskeiðið fer eigandinn í viðtal þar sem metið er hvort að hann komi til greina í verkefnið. Talið er æskilegt að eigandi hundsins hafi góða samskiptahæfileika, vilji gleðja aðra, hafi til að bera almenna skynsemi og hafi góða stjórn á hundinum (Sólborg Alda Pétursdóttir, munnleg heimild, 31. mars 2009). Hundarnir sem taka þátt í þessu verkefni þurfa að uppfylla ákveðnar kröfur sem settar eru og hundapjálfarinn Brynja Tomer sér um að þær séu uppfylltar. Þar sem ekki eru til stöðluð íslensk próf til að meta hunda sem ætlað er hlutverk heimsóknarhunda, er stuðst við upplýsingar frá ýmsum samtökum, s.s. *Manimalis*, *International Association of Human-Animal Interaction* og *Pet Therapy Society of Alberta*. Matið byggir á skapgerðar- og atferlismati auk þess sem hundarnir þurfa að vera líkamlega hraustir, bólusettil og hreinsaðir. Einnig þurfa hundarnir að þola áreiti, vera rólegir, vingjarnlegir og hlýðnir (Brynja Tomer, munnleg heimild, 1. apríl 2009).

Hundar hafa einnig verið notaðir sem blindrahundar á Íslandi en í dag eru starfandi alls fimm leiðsöguhundar fyrir blinda og sjónskerta. Haustið 2008 voru fluttir inn fjórir leiðsöguhundar frá Noregi í samstarfi við Heilbrigðisráðuneytið og Lions-hreyfinguna á Íslandi (Blindrafélagið, 2009 b). Blindir eða sjónskertir geta sótt um að fá úthlutað blindrahundi, eða svokölluðum leiðsöguhundi, eftir að hafa sótt námskeið þar sem fundið er út hvernig hundur henti hverjum og einum eftir væntingum, gönguhraða, persónuleika og umhverfi hvers og eins. Allt að ár getur liðið þangað til að réttur hundur hefur verið fundinn og eftir það tekur við þjálfunarferli þar sem hundurinn er þjálfaður í umhverfi tilvonandi eiganda og í samskiptum við hann (Blindrafélagið, 2009 a).

Í reglum um hundahald í reglugerð um hollustuhætti nr. 941/2002, er að finna undanþágu fyrir hjálparhunda fatlaðra einstaklinga sem veitir þeim aðgang að ýmsum stöðum s.s. heilbrigðisstofnunum, skólum, íþrótt- og baðstöðum, veitingahúsum, snyrtistofum og

samkomuhúsum enda er hinum fatlaða ótvíræð nauðsyn á hjálparhundi. Skal hinn fatlaði hafa leyfi fyrir hundinum og hundurinn merktur sem hjálparhundur. Einnig þarf að sækja um leyfi til þess að fá að fara með dýr inn á stofnanir en samkvæmt reglugerð um hollustuhætti nr. 941/2002 er heilbrigðisnefnd heimilt að veita undanþágu til að halda ketti, hunda og önnur gæludýr á heilbrigðis- og meðferðarstofnunum að fenginni beiðni stofnunarinnar.

Umræður

Hjúkrunarmeðferðir með aðstoð dýra fela aðallega í sér tvenns konar meðferðarform, þ.e. meðferð með aðstoð dýra og virkni með aðstoð dýra. Ekki er alltaf skýr munur á þessum meðferðarformum en helsti munurinn er sá að í meðferð með aðstoð dýra er meðferðin í höndum fagfólks innan heilbrigðiskerfisins sem notar sérþjálfuð dýr í meðferðarlegum tilgangi og áhersla er lögð á skráningu og mat meðferðarinnar. Meðferðarformið virkni með aðstoð dýra felur hins vegar ekki í sér fyrir fram ákveðin markmið og er hvorki einstaklingsmiðuð né sniðin að ákveðnu sjúkdómsástandi (Delta Society, e.d. (a); Delta Society, e.d. (c)).

Hjúkrunarmeðferðir með aðstoð dýra geta falið í sér að hafa heimilisföst dýr á stofnunum í meðferðarlegum tilgangi en oftast fela þær í sér að farið er með dýr í heimsókn á stofnanir eða sjúkrahús, þar sem skjólstæðingar eða sjúklingar fá tækifæri til þess að eiga í samskiptum við dýrið og njóta nærveru þess. Sá sem fer með dýrið í þessar heimsóknir er oftast sjálfboðaliði sem hefur farið á sérstakt námskeið og oft er sá hinn sami eigandi dýrsins. Misjafnt er hversu lengi heimsóknirnar vara og hve oft er farið með dýr í heimsókn til sjúklinga eða skjólstæðinga.

Niðurstöðum rannsókna virðist bera saman um að samskipti manna og dýra í meðferðarlegum tilgangi hafi almenn jákvæð áhrif á líðan og heilsu manna. Ekki hefur þó verið sýnt fram á með vísindalegum hætti hvað í fari dýranna eða eðli samskiptanna hafi þessi áhrif. Almennt benda niðurstöður rannsókna til þess að hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra geti haft líkamlegt, andlegt, tilfinningalegt og sálfélagslegt gildi fyrir skjólstæðinga og sjúklinga.

Rannsóknarniðurstöður benda þannig til þess að hjúkrunarmeðferðir með aðstoð dýra geti bætt líkamlega heilsu manna með því að hvetja til heilbrigðra lífshátta sem fela í sér

aukna líkamlega virkni (Hinman og Heyl, 2002), bættu hreyfigetu, líkamsstöðu eða geta stuðlað að líkamshreyfingu (James, 1998). Nærvera dýra virðist geta lækkað blóðþrýsting (Stasi o.fl., 2004) og virkað sem athyglisdreifing frá sársauka og þannig minnkað verki. Einnig geta dýr verið ánægjuleg skemmtun og góður félagsskapur (Sobo o.fl., 2006). Þannig geta dýr örvað tilfinningaviðbrögð með því að vekja gleði eða áhuga sjúklinga (Ingibjörg o.fl., 2002).

Hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra virðist geta bætt sálfélagslega heilsu fólks, m.a. með því að hafa jákvæð áhrif á lífsgæði og þunglyndiseinkenni (Colombo o.fl., 2006), auk þess sem meðferðin getur minnkað einmanaleika (Banks og Banks, 2002). Dýr geta hvatt til aukinna félagslegra samskipta (Churchill o.fl., 1999), en þau geta virkað sem ísbrjótur að upphafi samræðna (McNicholas og Collis, 2000). Einnig geta dýr auðveldað samskipti milli sjúklinga og heilbrigðisstarfsfólks (Bardill og Hutchinson, 1997), auk þess sem þau geta hjálpað til við aðlögun að spítalaumhverfinu með því að gera hinar ókunnugu aðstæður minna ógnandi og vingjarnlegri (Friedmann o.fl., 1983).

Þó svo að flestar rannsóknir bendi til þess að hjúkrunarmeðferðir með aðstoð dýra hafi jákvæð áhrif á líðan og heilsu manna, ber að hafa í huga að ekki ber öllum rannsóknarniðurstöðum saman um að dýr geti haft jákvæð áhrif á heilsu manna (Parslow og Jorm, 2003) og ekki sýna heldur allar rannsóknir fram á gagnsemi hjúkrunarmeðferða með aðstoð dýra (Miller o.fl., 2003). Ekki einungis dýrin geta haft jákvæð áhrif, heldur geta sjálfboðaliðar sem koma með dýr í heimsókn einnig haft jákvæð félagsleg áhrif á skjólstæðingana og sjúklingana (Kaiser o.fl., 2002). Ein af gagnrýnisröddum á hjúkrunarmeðferðir með aðstoð dýra hefur verið sú að þau áhrif, sem dýr hafa þegar þau koma inn í umhverfi þar sem þau eru vanalega ekki sjáanleg, t.d. á spítala og stofnanir, geta verið til skamms tíma vegna hins spennandi áreitis að sjá dýrin í slíku umhverfi og áhrifin gætu því dvínað með tímanum (LaFrance o.fl., 2007).

Við val á dýrategund sem hentar hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra ber að hafa í huga að hver dýrategund býr yfir sérstökum eiginleikum og henta því ólíkum meðferðarlegum tilgangi (Macauley, 2006). Virðast hundar langoftast verða fyrir valinu sem meðferðardýr en hundar eru vinsælasta og algengasta dýrategundin sem notuð er í hjúkrunarmeðferðum með aðstoð dýra. Önnur dýr sem hafa verið notuð eru kettir, hestar, fiskar, höfrungar, fuglar, kanínur, naggrísir og ýmis húsdýr s.s. svín, kýr og kindur. Vanda þarf val á dýrum sem nota á í hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra og mikilvægt er að dýrið henti meðferðarforminu, það láti vel að stjórn og sé heilbrigt til þess að minnka líkur á smiti (Barba, 1995).

Ljóst er að hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra getur gagnast ýmsum sjúklingahópum og skjólstæðingum. Helstu skjólstæðingar sem rannsóknir hafa sýnt fram á að geti nýtt sér slíka meðferð eru m.a. aldraðir á hjúkrunarheimilum, aldraðir með heilabilun, einstaklingar með tjáningarörðugleika og börn á spítölum eða stofnunum. Einnig hafa rannsóknir sýnt fram á að sjúklingar með geðsjúkdóma, gjörgæslusjúklingar, hjartasjúklingar og krabbameinssjúklingar geti nýtt sér hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra.

Eflaust mætti nefna mun fleiri sjúklingahópa og skjólstæðinga sem gætu nýtt sér slíka meðferð, en mikilvægt er að vanda val á þeim sem geta nýtt sér hjúkrunarmeðferðir með aðstoð dýra þar sem meðferðin hentar ef til vill ekki öllum. Þeir sjúklingar og skjólstæðingar sem síður ættu að taka þátt í hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra eru m.a. ónæmisbældir einstaklingar og þeir sem hafa ofnæmi fyrir dýrum (Barba, 1995). Hafa ber að í huga að ekki líkar öllu fólki við dýr eða það getur haft slæma reynslu af samskiptum við dýr. Því á það við um hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra, eins og aðrar viðbótarmeðferðir, að virða ber val og skoðanir skjólstæðingsins (James, 1998).

Af gagnrýnum lestri rannsóknagreina sem fjalla um hjúkrunarmeðferðir með aðstoð dýra kom í ljós að rannsóknir innihéldu oft svo lítil úrtök að ekki er hægt að alhæfa niðurstöður yfir á þýði. Einnig var mikið af svokölluðum forrannsóknum (pilot study) og fáar

langtímarannsóknir. Fáar íslenskar rannsóknir eru til um hjúkrunarmeðferðir með aðstoð dýra og ljóst er að skortur er á frekari rannsóknum á Íslandi.

Tillögur að áframhaldandi rannsóknum á þessu sviði beinast að því að hafa stærri úrtök og fleiri langtímarannsóknir. Gera mætti fleiri eigindlegar rannsóknir en slíkar rannsóknir gætu gefið innsýn inn í persónulega upplifun einstaklinga á hjúkrunarmeðferðum með aðstoð dýra, sem erfitt getur verið að lýsa með megindegum rannsóknum. Einnig mætti rannsaka hvort að hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra hafi áhrif á lengd legutíma á sjúkrahúsum og notkun verkjalyfja. Rannsaka mætti hvort að dýr geti virkað sem athyglisdreifing frá ýmsum hjúkrunarmeðferðum og dregið úr kvíða. Einnig væri vert að rannsaka áhrif leiðsöguhunda á líðan og heilsu blindra auk rannsókna á áhrif heimsóknahunda á fleiri skjólstæðinga s.s. börn, fatlaða eða þroskahamlaða.

Mikilvægt er að hjúkrunarfræðingar, hvar sem þeir eru starfandi innan heilbrigðiskerfisins, séu meðvitaðir um og hafi þekkingu á þeim meðferðum sem í boði eru fyrir skjólstæðinga sína, þar með talda hjúkrunarmeðferðir með aðstoð dýra. Hjúkrunarfræðingar ættu að temja sér að spyrja út í gæludýraeign sjúklinga en áhyggjur innliggjandi sjúklinga af gæludýri sínu geta valdið auknu álagi á sjúklinginn (Friedmann o.fl., 1980). Hjúkrunarfræðingar eru í einstakri stöðu til þess að meta hlutverk dýra við aðlögun að því álagi sem veikindi valda og hvaða sjúklingahópar eða skjólstæðingar geti haft gagn af hjúkrunarmeðferð með aðstoð dýra. Því gegna hjúkrunarfræðingar lykilhlutverki í innleiðingu hjúkrunarmeðferða með aðstoð dýra á ýmsum stofnunum og sjúkrahúsum.

Lokaorð

Af ofangreindu er ljóst að samskipti manna og dýra eiga sér langa sögu og meðferðarlegt gildi slíkra samskipta er viðamikil og alls ekki fullrannsakað. Niðurstöður þessarar fræðilegu úttektar benda til þess að meðferð með hjálp dýra sé valkostur sem vert sé að hafa í huga þegar meðferð er skipulögð og geti bætt líðan ákveðinna sjúklinga.

Heimildaskrá

- Allen, K., Blascovich, J. og Mendes, W. B. (2002). Cardiovascular reactivity and the presence of pets, friends, and spouses: The truth about cats and dogs. *Psychosomatic Medicine*, 64(5), 727-739.
- Banks, M. R., Willoughby, L. M. og Banks, W. A. (2008). Animal-assisted therapy and loneliness in nursing homes: Use of robotic versus living dogs. *Journal of the American Medical Directors Association*, 9(3), 173-177.
- Banks, M. R. og Banks, W. A. (2002). The effects of animal-assisted therapy on loneliness in an elderly population in long-term care facilities. *The Journals of Gerontology*, 57A(7), 428-432.
- Barak, Y., Savor, O., Mavashev, S. og Beni, A. (2001). Animal assisted therapy for elderly schizophrenic patients: A one year controlled trial. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 9, 439-442.
- Barba, B. E. (1995). The positive influence of animals: Animal-assisted therapy in acute care. *Clinical Nurse Specialist CNS*, 9(4), 199-202.
- Bardill, N. og Hutchinson, S. (1997). Animal-assisted therapy with hospitalized adolescents. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 10(1), 17-24.
- Barker, S. B., Pandurangi, A. K. og Best, A. M. (2003). Effects of animal-assisted therapy on patients' anxiety, fear, and depression before ECT. *Journal of ECT*, 19(1), 38-44.

- Berget, B., Ekeberg, Ø. og Braastad, B. O. (2008). Animal-assisted therapy with farm animals for persons with psychiatric disorders: Effects on self-efficacy, coping ability and quality of life, a randomized controlled trial. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health*, 4, 1-7.
- Berget, B., Ekeberg, Ø. og Braastad, B. O. (2008). Attitudes to animal-assisted therapy with farm animals among health staff and farmers. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 15(7), 576-581.
- Blindrafélagið (2009 a). *Leiðsöguhundar*. Sótt þann 27. apríl 2009 af <http://www.blind.is/upplýsingar-fyrir/spurt-og-svarad/leidsoguhundar/nr/840>.
- Blindrafélagið (2009 b). *Leiðsöguhundar fyrir blinda og sjónskerta*. Sótt þann 27. apríl 2009 af <http://www.blind.is/verkefni/leidsoguhundar/nr/815>.
- Braun, C., Stangler, T., Narveson, J. og Pettingell, S. (2009). Animal-assisted therapy as a pain relief intervention for children. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 15, 105-109.
- Brodie, S. J. og Biley, F. C. (1999). An exploration of the potential benefits of pet-facilitated therapy. *Journal of Clinical Nursing*, 8(4), 329-337.
- Brodie, S. J., Biley, F. C. og Shewring, M. (2002). An exploration of the potential risks associated with using pet therapy in healthcare settings. *Journal of Clinical Nursing*, 11(4), 444-456.
- Brynja Tomer (munnleg heimild, 1. apríl 2009).

- Caprilli, S. og Messeri, A. (2006). Animal-assisted activity at A. meyer children's hospital: A pilot study. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 3(3), 379-383.
- Churchill, M., Safaoui, J., McCabe, B. W. og Baun, M. M. (1999). Using a therapy dog to alleviate the agitation and desocialization of people with alzheimer's disease. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 37(4), 16-22.
- Cole, K. M., Gawlinski, A., Steers, N. og Kotlerman, J. (2007). Animal-assisted therapy in patients hospitalized with heart failure. *American Journal of Critical Care*, 16(6), 575-85.
- Colombo, G., Buono, M. D., Smania, K., Raviola, R. og De Leo, D. (2006). Pet therapy and institutionalized elderly: A study on 144 cognitively unimpaired subjects. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 42(2), 207-216.
- Connor, K. og Miller, J. (2000). Help from our animal friends. *Nursing Management*, 31(7), 42-46.
- Delta Society (e.d. (a)). *Animal-assisted activities (AAT)*. Sótt þann 29. apríl 2009 af <http://www.deltasociety.org/Page.aspx?pid=319>
- Delta Society (e.d. (b)). *Animal-assisted activities/therapy 101*. Sótt þann 29. apríl af <http://www.deltasociety.org/Page.aspx?pid=317>.
- Delta Society (e.d. (c)). *Animal-assisted therapy (AAT)*. Sótt þann 29. apríl 2009 af <http://www.deltasociety.org/Page.aspx?pid=320>.
- Edwards, N. E. og Beck, A. M. (2002). Animal-assisted therapy and nutrition in alzheimer's disease. *Western Journal of Nursing Research*, 24(6), 697-712.

- Friedmann, E., Katcher, A. H., Lynch, J. J. og Thomas, S. A. (1980). Animal companions and one-year survival of patients after discharge from a coronary care unit. *Public Health Reports, 95*(4), 307-312.
- Friedmann, E., Katcher, A. H., Thomas, S. A., Lynch, J. J. og Messent, P. R. (1983). Social interaction and blood pressure: influence of animal companions. *The Journal of Nervous and Mental Disease, 171*(8), 461-465.
- Guay, D. R. (2001). Pet-assisted therapy in the nursing home setting: Potential for zoonosis. *American Journal of Infection Control, 29*(3), 178-186.
- Håkanson, M., Möller, M., Lindström, I. og Mattsson, B. (2009). The horse as the healer-A study of riding in patients with back pain. *Journal of Bodywork and Movement Therapies, 13*(1), 43-52.
- Hall, P. L. og Malpus, Z. (2000). Pets as therapy: Effects on social interaction in long-stay psychiatry. *British Journal of Nursing, 9*(21), 2220-2225.
- Hinman, M. R. og Heyl, D. M. (2002). Influence of the eden alternative on the functional status of nursing home residents. *Physical and Occupational Therapy in Geriatrics, 20*(2), 1-20.
- Ingibjörg Hjaltadóttir, Ásta B. Pétursdóttir, Gerður Sæmundsdóttir, Guðrún Lovísa Víkingsdóttir og Ída Atladóttir (2002). *Meðferð heilabilaðra sjúklinga með hjálp hunda; sjáanleg áhrif á líðan sjúklinga á öldrunarlækningadeildum fyrir heilabilaða*. Reykjavík: Landspítali Háskólasjúkrahús.

- Iwahashi, K., Waga, C. og Ohta, M. (2007). Questionnaire on animal-assisted therapy (AAT): The expectation for AAT as a day-care program for Japanese schizophrenic patients. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 11(4), 291-293.
- James, K. (1998). Animals in health care. Í M. Snyder og R. Lindquist (ritstjórar), *Complementary/ alternative therapies in nursing* (bls. 285-293).
- Johnson, R. A., Meadows, R. L., Haubner, J. S. og Sevedge, K. (2003). Human-animal interaction: A complementary/alternative medical (CAM) intervention for cancer patients. *American Behavioral Scientist*, 47(1), 55-69.
- Johnson, R. A., Meadows, R. L., Haubner, J. S. og Sevedge, K. (2008). Animal-assisted activity among patients with cancer: Effects on mood, fatigue, self-perceived health, and sense of coherence. *Oncology Nursing Forum*, 35(2), 225-232.
- Jorgenson, J. (1997). Therapeutic use of companion animals in health care. *Journal of Nursing Scholarship*, 29(3), 249-254.
- Kaiser, L., Spence, L. J., McGavin, L., Struble, L. og Keilman, L. (2002). A dog and a "happy person" visit nursing home residents. *Western Journal of Nursing Research*, 24(6), 671-683.
- Kaminski, M., Pellino, T. og Wish, J. (2002). Play and pets: The physical and emotional impact of child-life and pet therapy on hospitalized children. *Children's Health Care*, 31(4), 321-335.

- Kawamura, N., Niiyama, M. og Niiyama, H. (2007). Long-term evaluation of animal-assisted therapy for institutionalized elderly people: A preliminary result. *Psychogeriatrics*, 7(1), 8-13.
- Kovacs, Z., Kis, R., Rozsa, S. og Rozsa, L. (2004). Animal-assisted therapy for middle-aged schizophrenic patients living in a social institution. A pilot study. *Clinical Rehabilitation*, 18(5), 483-486.
- LaFrance, C., Garcia, L. J. og Labreche, J. (2007). The effect of a therapy dog on the communication skills of an adult with aphasia. *Journal of Communication Disorders*, 40(3), 215-224.
- Macauley, B. L. (2006). Animal-assisted therapy for persons with aphasia: A pilot study. *Journal of Rehabilitation Research and Development*, 43(3), 357-366.
- Martin, F., og Farnum, J. (2002). Animal-assisted therapy for children with pervasive developmental disorders. *Western Journal of Nursing Research*, 24(6), 657-670.
- McCabe, B. W., Baun, M. M., Speich, D. og Agrawal, S. (2002). Resident dog in the alzheimer's special care unit. *Western Journal of Nursing Research*, 24(6), 684-696.
- McNicholas, J. og Collis, G. M. (2000). Dogs as catalysts for social interactions: Robustness of the effect. *British Journal of Psychology*, 91, 61-70.
- Miller, J., Connor, K., Deal, B. og Duke, G. W. (2003). How animal-assisted therapy affects discharge teaching: A pilot study. *Nursing*, 36-40.
- Moody, W. J., King, R. og O'Rourke, S. (2002). Attitudes of paediatric medical ward staff to a dog visitation programme. *Journal of Clinical Nursing*, 11(4), 537-544.

- Morrison, M. L. (2007). Health benefits of animal-assisted interventions. *Complementary Health Practice Review*, 12(1), 51-62.
- Nathans-Barel, I., Feldman, P., Berger, B., Modai, I. og Silver, H. (2005). Animal-assisted therapy ameliorates anhedonia in schizophrenia patients. A controlled pilot study. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 74(1), 31-35.
- Nightingale, F. (1970). *Notes on nursing: what it is, and what it is not*. London: Duckworth, (frumútgáfa frá 1859).
- Parslow, R. A. og Jorm, A. F. (2003). Pet ownership and risk factors for cardiovascular disease: Another look. *The Medical Journal of Australia*, 179(9), 466-468.
- Prosser, L., Townsend, M. og Staiger, P. (2008). Older people's relationships with companion animals: A pilot study. *Nursing Older People*, 20(3), 29-32.
- Proulx, D. (1998). Animal-assisted therapy. *Critical Care Nurse*, 18(2), 80-84.
- Reglugerð um hollustuhætti nr. 941/2002.
- Rew, L. (2000). Friends and pets as companions: Strategies for coping with loneliness among homeless youth. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 13(3), 125-132.
- Richeson, N. E. (2003). Effects of animal-assisted therapy on agitated behaviors and social interactions of older adults with dementia. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias*, 18(6), 353-358.
- Serpell, J. (1991). Beneficial effects of pet ownership on some aspects of human health and behaviour. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 84(12), 717-720.

Sobo, E. J., Eng, B. og Kassity-Krich, N. (2006). Canine visitation (pet) therapy: Pilot data on decreases in child pain perception. *Journal of Holistic Nursing*, 24(1), 51-57.

Sólborg Alda Pétursdóttir (munnleg heimild, 31.mars 2009).

Spence, L. J. og Kaiser, L. (2002). Companion animals and adaptation in chronically ill children. *Western Journal of Nursing Research*, 24(6), 639-656.

Stasi, M. F., Amati, D., Costa, C., Resta, D., Senepa, G., Scarafioiti, C. o.fl. (2004). Pet-therapy: A trial for institutionalized frail elderly patients. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 38, 407-412.

Wolff, A. I. og Frishman, W. H. (2004). Animal-assisted therapy in cardiovascular disease. *Seminars in Integrative Medicine*, 2(4), 131-134.

