

Θεραπεία με τη βοήθεια των ζώων

Κωνσταντίνος Δ. Σταματίου, MSc-ΠΑ.Δ.Α. (Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής – πρώην Εθνική Σχολή Δημόσιας Υγείας)

Εισαγωγή.

Αντικείμενο του παρόντος άρθρου αποτελεί η Θεραπεία με τη βοήθεια των ζώων (Θ.Μ.Β.Ζ), που αποτελεί μια συμπληρωματική αλλά εξαιρετικά χρήσιμη θεραπευτική παρέμβαση στην οποία αξιοποιείται η σχέση ανθρώπου-ζώων με σκοπό την αντιμετώπιση μιας σειράς νοσημάτων, κυρίως ψυχικών διαταραχών αλλά και σωματικών ασθενειών. Με αυτό τον τρόπο αναδεικνύεται μία ακόμα πτυχή του πολυσυνθέτου φαινομένου της επαφής ανθρώπου και ζώων, που είναι η ευεργετική θεραπευτική του διάσταση και τίθεται στην υπηρεσία ενός σκοπού που υπερβαίνει κατά πολύ την ωφελμιστική αντίληψη της εκμετάλλευσης των ζώων και χρήσης τους για την κάλυψη πρακτικών αναγκών. Η ανάδειξη και αξιοποίηση άλλωστε, της «κρυμμένης» αυτής θεραπευτικής ισχύος, αποτελεί ζητούμενο και σε πολλές άλλες μορφές δραστηριοτήτων, όπως η φυσιολατρία, η εργασία και η τέχνη. Αυτή την πτυχή ίσως ασυναίσθητα, αλλά πολύ εύστοχα κι επιγραμματικά, επισήμανε με δήλωση του ο Vittorio Gasman, σπουδαίος ηθοποιός του πρόσφατου παρελθόντος, όταν στη δεκαετία του '50 επικεφαλής θιάσου περιόδευσε την Ιταλία δίνοντας παραστάσεις σε ψυχιατρεία, φυλακές και γηροκομεία δηλώνοντας σε εφημερίδα: «θέλω να κάνω θέατρο όπου υπάρχει πληγή». Με τη Θεραπεία με τη βοήθεια των ζώων, ο αγώνας κατά των ασθενειών απέκτησε ένα επιπλέον θεραπευτικό όπλο.

Οι Θ.Μ.Β.Ζ. ξεκίνησαν απ' την Αμερική (Η.Π.Α. και Καναδά) και στη συνέχεια επεκτάθηκαν στην Ευρώπη και Αυστραλία, φθάνοντας προσφάτως και στη χώρα μας. Σε παγκόσμιο επίπεδο και μάλιστα σε χώρες με υψηλό υγειονομικό επίπεδο, απολαμβάνουν μεγάλης δημοφιλίας και ευρύτητας εφαρμογών, κυρίως στο πεδίο των ψυχικών διαταραχών και των κινητικών προβλημάτων παιδιών, εφήβων κι ενηλίκων. Παρά τη μεγάλη προσοχή που έχουν προσελκύσει οι παρεμβάσεις με τα ζώα, πολλές πτυχές τους ακόμα και μέχρι σήμερα, χαρακτηρίζονται από κενά, αμφιβολίες και διχογνωμίες. Γι' αυτό οι απόψεις πρωτίστως της επιστημονικής κοινότητας, σχετικά με την αξία και αποτελεσματικότητα τους διαφέρουν, χαρακτηρίζοντας τις από «πρωτοποριακές» και «πολλά υποσχόμενες» έως «αναποτελεσματικές» ή και «άνευ αξίας». Στη χώρα μας, παρά τα πρώτα βήματα που έχουν γίνει, παραμένει σχεδόν άγνωστη.

Περιγραφή των θεραπειών με τη βοήθεια των ζώων.

Οι τέσσερις λέξεις της ονομασίας «Θεραπείες με τη βοήθεια των ζώων» περιγράφουν πλήρως τον χαρακτήρα τους.

Πρόκειται για εναλλακτικές-συμπληρωματικές παρεμβάσεις διά μέσου των ζώων με σκοπό τη θεραπεία ασθενών και επακολούθως τη βελτίωση της ποιότητας ζωής του ανθρώπου.

Σύμφωνα με τον Αμερικανικό Οργανισμό «Pets partners» αποτελούν παρεμβάσεις με σαφή κλινικό-θεραπευτικό στόχο, με τα «ζώα θεραπευτές» «να αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της θεραπευτικής διαδικασίας». Τα κριτήρια για την επιλογή των ζώων αυτών είναι στοιχειώδη αλλά αυστηρά ως προς την υγεία τους (απόλυτα υγιή, τουλάχιστον ετήσια κτηνιατρική εξέταση και για τους σκύλους και τις γάτες εφαρμογή όλων των προβλεπόμενων εμβολίων), τη συμπεριφορά τους απέναντι στους ασθενείς (ήρεμος χαρακτήρας και φιλική διάθεση) και την ολοκληρωμένη εκπαίδευση για το σκοπό χρήσης τους. Συνεπώς, κάθε εκπαιδευμένο και φιλικό προς τον άνθρωπο ζώο μπορεί ν' αποτελέσει «θεραπευτή», από ζώα συντροφιάς έως παραγωγικά ή υδρόβια και από μικρόσωμα έως μεγαλόσωμα, με τους σκύλους και τα άλογα να κατέχουν τα «πρωτεία» της συχνότερης χρήσης ανάμεσα σε μεγάλο αριθμό ειδών όπως, γάτες, πτηνά, τροπικά ψάρια, κουνέλια, ινδικά χοιρίδια, όνους, πρόβατα, λάμα, δελφίνια.

Οι Θεραπείες με τη βοήθεια των ζώων, ατομικές ή ομαδικές, γίνονται πάντα υπό τη συνεχή παρουσία κι επίβλεψη του εκπαιδευτή τους αλλά και επαγγελματιών υγείας διαφορετικών

ειδικοτήτων, όπως γιατρών, νοσηλευτών, φυσικοθεραπευτών, ψυχολόγων, παιδαγωγών, επιδιώκοντας την επαφή ασθενούς και ζώου μέσω δραστηριοτήτων, όπως η φυσική επαφή (χάδι), το παιχνίδι, το τσίσμα, η περιποίηση-grooming, ο περίπατος κ.α. ώστε να εκδηλωθεί η θεραπευτική δράση του τελευταίου

Οι εν λόγω θεραπείες, λειτουργούν αυτόνομα ή συμπληρωματικά προς τις παραδοσιακές και η αξιολόγηση του θεραπευτικού αποτελέσματος, γίνεται με καταγραφή των αντιδράσεων των ασθενών και της αλλαγής της συμπεριφοράς τους με μεθόδους όπως η ηχογράφηση, η βιντεοσκόπηση-monitoring και η συνέντευξη. Με αυτό τον τρόπο, οι θεραπείες εντάσσονται σε προγράμματα, τα οποία έχουν σαφείς και μετρήσιμους στόχους και αποτελέσματα.

Ο χώρος όπου πραγματοποιούνται, είναι η οικία των ασθενών, νοσηλευτικά ιδρύματα, δομές φιλοξενίας, σχολεία ειδικής αγωγής, σωφρονιστικά καταστήματα, αλλά και το ενδιαίτημα του «ζώου-θεραπευτή» στην περίπτωση ειδών όπως τα άλογα και τα δελφίνια, που πρακτικά είναι αδύνατη η μεταφορά τους στο χώρο των ασθενών.

Η απτική, ακουστική ακόμα και οπτική-βλεμματική επαφή με τα ζώα, που συνολικά αποτελούν τη μη λεκτική επικοινωνία, μετά από μια σύντομη περίοδο προσαρμογής, απαραίτητη για τη δημιουργία σχέσης οικειότητας κι εμπιστοσύνης, έχει θετική επίδραση στον ψυχισμό του ασθενούς, μειώνοντας τον πόνο, το άγχος και την ψυχική του ένταση. Η παρουσία ενός ήρεμου και φιλικού ζώου λειτουργεί όχι μόνο αγχολυτικά, αλλά αναδύει θετικά συναισθήματα και αντιδράσεις όπως ψυχική ευεξία, ασφάλεια, ενδιαφέρον για τα ζώα και τη φύση και ανάληψη των ευθυνών που συνεπάγεται η σχέση με αυτά. Τα ζώα με τη σειρά τους ανταποδίδουν τη φροντίδα και το ενδιαφέρον που δέχονται στο πολλαπλάσιο και με ανιδιοτέλεια, ενώ η αφοσίωση τους είναι σταθερή και διαρκής, χωρίς όρους και προαπαιτούμενα. Όπως χαρακτηριστικά επισημαίνει η Cynthia Chandler, καθηγήτρια ψυχοθεραπείας στο «North Texas University» και ιδρύτρια του επιτόπιου Κέντρου για τη Θεραπεία με τη Βοήθεια των ζώων «*Τα ζώα δε σε κρίνουν. Δεν ξέρουν αν έχεις πάρει διαζύγιο στο παρελθόν ή αν έχεις υποστεί σεξουαλική κακοποίηση. Πολλές φορές μας διδάσκουν εκείνα που δύσκολα μαθαίνουμε από μόνοι μας*» (<https://psychcentral.com/lib/the-truth-about-animal-assisted-therapy/>).

Στις Η.Π.Α. απ' όπου ξεκίνησε η έρευνα και εφαρμογή των παρεμβάσεων αυτών, έχει καθιερωθεί ως μια απ' τις σημαντικότερες «μη φαρμακευτικές θεραπείες» μαζί με τις ασκήσεις αναπνοής, την υπνοθεραπεία και τη θεραπεία μέσω μουσικής. Χιλιάδες υποβάλλονται σε αυτές, παιδιά και ενήλικοι με ψυχικές διαταραχές, νοητική στέρηση και κινητικές αναπηρίες, νοσηλευόμενοι σε νοσοκομεία, τρόφιμοι φυλακών, ασύλων και γηροκομείων, ενώ όλο και περισσότεροι έγκριτοι νοσοκομειακοί Οργανισμοί όπως το νοσοκομείο «John Hopkins», τις εφαρμόζουν. Σύμφωνα με τον Dale Needman, καθηγητή ιατρικής και διευθυντή προγράμματος αποκατάστασης ασθενών στο ίδιο νοσοκομείο, αποτελούν «*σπουδαίο παράδειγμα μη φαρμακευτικών θεραπειών που συμβάλλουν στην ταχύτερη ανάρρωση των ασθενών*».

Επιπλέον, η συνύπαρξη και συνεργασία των διαφορετικών αυτών επιστημονικών ειδικοτήτων που προαναφέρθηκαν για την επίτευξη του καλύτερου δυνατού αποτελέσματος, καθιερώνει στην πράξη την διεπιστημονική συνεργασία και την «υπέρβαση των διεπιστημονικών διαχωριστικών φραγμών» μεταξύ των επιστημών της Ιατρικής, της Κτηνιατρικής και του Περιβάλλοντος. Μ' αυτό τον τρόπο, οι Θ.Μ.Β.Ζ. ανταποκρίνονται απόλυτα στην έννοια της «Ενιαίας Υγείας» όπως αυτή προέκυψε από τις κοινές προσπάθειες της Αμερικανικής Κτηνιατρικής Ένωσης-A.V.M.A. (American Veterinary Medical Association) και της Αμερικανικής Ιατρικής Ένωσης-A.M.A. (American Medical Association), υιοθετήθηκε από τον Π.Ο.Υ. το 2007 και σήμερα αποτελεί τη σύγχρονη στρατηγική για την διασφάλιση της Δημόσιας Υγείας και της Υγείας των Ζώων σε παγκόσμιο επίπεδο (<https://www.cdc.gov/onehealth/basics/index.html>).

Ιστορική αναδρομή.

Οποιαδήποτε ιστορική αναδρομή στις θεραπείες με ζώα αυτές δε θα ήταν πλήρης χωρίς την ιδιαίτερη αναφορά στην Αρχαία Ελλάδα, αφού σύμφωνα με τα κείμενα του Ιπποκράτη, σε αυτήν έλαβαν χώρα οι πρώτες θεραπείες, υπό τη μορφή ιπποθεραπείας. Οι αρχαίοι Έλληνες,

είχαν διαπιστώσει την αγχολυτική επίδραση των ζώων κυρίως των αλόγων, πίστευαν ότι ο Ασκληπιός τα είχε στείλει στους ανθρώπους για να τους θεραπεύσει και πρώτοι τα χρησιμοποίησαν ως επικουρικό μέσο για τη θεραπεία τραυματιών πολέμου. Με χρονική αφετηρία την αρχαία Ελλάδα, τα γεγονότα «σταθμοί» στην πορεία των θεραπειών μέσω ζώων είναι τα ακόλουθα:

- **1796:** Η πρώτη επίσημη καταγραφή της αγχολυτικής επίδρασης των ζώων σε αστέγους και ψυχικά ασθενείς, στο άσυλο «York Retreat» στην Αγγλία.

- **Τέλη 19ου αι:** Η συστηματική χρήση των ζώων ως θεραπευτικών μέσων χάρη στη «μητέρα» της σύγχρονης Νοσηλευτικής Florence Nightingale. Πρόκειται για νοσηλεύτρια με σπουδαία προσφορά, αφού μεταξύ των άλλων επιτευγμάτων της καθιέρωσε για πρώτη φορά τη χρήση στατιστικών δεδομένων στη φροντίδα των ασθενών και ίδρυσε την πρώτη Σχολή Εκπαίδευσης Νοσηλευτών στο «St. Thomas Hospital» του Λονδίνου. Προς τιμή της απ' το 1965, κάθε έτος την 12η Μαΐου, ημερομηνία γέννησης της, εορτάζεται η «Παγκόσμια ημέρα των Νοσηλευτών».

Παρατηρώντας τη θετική επίδραση που είχε η επαφή με τα ζώα στον ψυχισμό τους, θα επισημάνει στις σημειώσεις της: *«Ένα μικρό κατοικίδιο ζώο είναι συχνά μια εξαιρετική συντροφιά για τους αρρώστους, ειδικά για τους χρόνιους ασθενείς. Ένα πουλί σ' ένα κλουβί είναι μερικές φορές η μόνη πραγματική ευχαρίστηση γι' αυτούς που παραμένουν για χρόνια σε κάποιο δωμάτιο νοσηλείας»* («A small pet animal is often an excellent companion for the sick.») (Florence Nightingale (1859). Newland, Jamesetta A. PhD, FNP-BC, FAANP, DPNAP, FAAN-The Nurse Practitioner: May 2019 - Volume 44 - Issue 5 - p 8).

- **1962:** Η τυχαία παρατήρηση του Αμερικανού Κλινικού Ψυχολόγου- Ψυχοθεραπευτή παιδιών και καθηγητή στο Yeshiva University των Η.Π.Α. Dr. Boris Levinson (1908-1984), ότι η παρουσία του σκύλου του στις συνεδρίες με παιδιά με ψυχικά προβλήματα τις καθιστούσε πιο αποδοτικές, αποτέλεσε το έναυσμα της έρευνας του πάνω στις Θ.Μ.Β.Ζ. Στο βιβλίο του «Pet-Oriented Child Psychotherapy», περιγράφει τα οφέλη που προκύπτουν απ' την παρουσία ενός σκύλου στις συνεδρίες με παιδιά και προτρέπει για περαιτέρω έρευνα στο πεδίο αυτό. Με τα εμβληματικά βιβλία του, «The dog as co-therapist» το 1962, «Pet-Oriented Child Psychotherapy» το 1969, «Pet and Human Development» το 1973 και πλήθος δημοσιεύσεων, υποστήριξε τις θεραπευτικές ιδιότητες των ζώων και καθιέρωσε τον όρο «Pet therapy».

Το ακόλουθο απόσπασμα από άρθρο του το 1969, συνοψίζει την πεποίθησή του, ότι η σχέση του ανθρώπου με τα ζώα αποτελεί επιτακτική ανάγκη για τη διασφάλιση της ψυχικής του υγείας: *«Δεν αποτελεί σε καμία περίπτωση πρόθεση του συγγραφέα να υποστηρίξει ότι τα κατοικίδια ζώα είναι πανάκεια για όλα τα δεινά της κοινωνίας ή για τον πόνο που σχετίζεται με την ανάπτυξη και τη γήρανση. Εντούτοις, τα κατοικίδια ζώα είναι ταυτόχρονα μια βοήθεια και ένα σημάδι επαναφοράς της ανθρωπιάς στην κοινωνία... και μπορούν να προσφέρουν κάποια ανακούφιση, να δώσουν μεγάλη χαρά και να μας θυμίσουν τις ρίζες μας».*

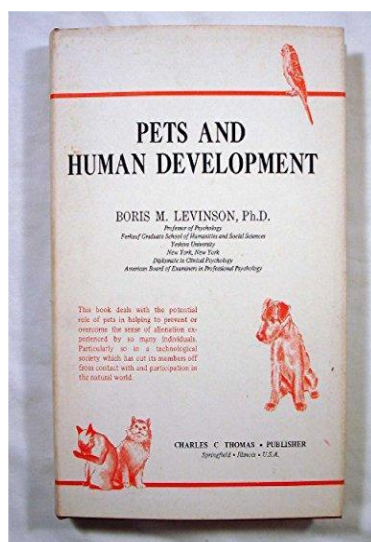
Ως αποτέλεσμα των εξελίξεων αυτών, δύο διαφορετικές ενώσεις άρχισαν ν' αναγνωρίζουν και να ενθαρρύνουν τη χρήση σκύλων θεραπείας, η «Therapy Dogs International-T.D.I.» και η «Delta Foundation».

- **1976:** Ίδρυση στις Η.Π.Α. της «Therapy Dogs International» από μια νοσοκόμα, την Elaine Smith και πραγματοποίηση των πρώτων θεραπειών με ζώα. Σύμφωνα με τον ιστότοπο της T.D.I., *«στόχος της οργάνωσης είναι να ενώσει και να αυξήσει τον αριθμό των διαθέσιμων θεραπευτικών σκύλων, να τους δώσει την αναγνώριση που τους αξίζει και να τους εκπαιδεύσει προς όφελος των θεραπευτικών επισκέψεων».*

Οι πρώτες επισκέψεις σκύλων θεραπείας πραγματοποιήθηκαν το ίδιο έτος, με 5 Γερμανικούς Ποιμενικούς και 1 Collie. Από τότε και μέχρι το 2012, 24.750 ομάδες σκύλων-χειριστών καταχωρήθηκαν στην T.D.I.

- **1977:** Ίδρύεται στο Portland του Oregon των Η.Π.Α. από γιατρούς και κτηνιάτρους η «Delta Foundation» με σκοπό την επιστημονική τεκμηρίωση και αναγνώριση των Θ.Μ.Β.Ζ.

- **2002:** Η «Delta Foundation» μετονομάστηκε σε «Pets partners», με σκοπό την έρευνα των σχέσεων ανθρώπου-ζώου και της αποτελεσματικότητας των Θ.Μ.Β.Ζ.



Pet Partners
Touching Lives, Improving Health

Επιστημονική τεκμηρίωση.

Η επιστημονική τεκμηρίωση των όποιων θετικών αποτελεσμάτων, βρίσκεται στην ενεργοποίηση νευρο-ορμονικών μηχανισμών. Κύριο και καίριο ρόλο στη διαδικασία αυτή, έχουν οι ορμόνες ωκυτοκίνη και κορτιζόλη, αφού έχει διαπιστωθεί ότι οι θεραπείες με ζώα σε βιοχημικό επίπεδο, καταλήγουν στην έκκριση ωκυτοκίνης και ενδορφινών, ταυτόχρονα με τη μείωση των ορμονών που σχετίζονται με το stress, όπως η κορτιζόλη.

Ωκυτοκίνη.

Η ωκυτοκίνη ανακαλύφθηκε το 1903 απ' τον νομπελίστα Ιατρό και Φαρμακολόγο Henry Dale. Πρόκειται ένα μικρού μεγέθους πεπτιδίο 9 αμινοξέων, που παράγεται απ' τον υποθάλαμο, φθάνει στον οπίσθιο λοβό της υπόφυσης (νευροϋπόφυση) όπου συνδέεται με πρωτεΐνη και αποδίδεται στην κυκλοφορία, όταν παραστεί ανάγκη. Παρουσιάζει παρασυμπαθομημητικές ιδιότητες και αρχικά διαπιστώθηκε ο σημαντικός της ρόλος στην αναπαραγωγή, στον τοκετό και στην κάθοδο του γάλακτος, αφού προκαλεί σύσπαση του μυομητρίου και των λείων μυϊκών ινών της μυελώδους μοίρας του μαστικού αδένου των θηλαστικών.

Πέραν της ήδη γνωστής δράσης της κατά τον τοκετό και γαλουχία, τα τελευταία χρόνια διαπιστώθηκε και η συμβολή της στην ψυχική ευεξία και ο ρόλος της στις κοινωνικές συναναστροφές. Η ωκυτοκίνη παράγεται σε όλες τις καταστάσεις χαράς κι ευεξίας, ενισχύει το συναισθηματικό δεσμό της μητέρας με το νεογνό, το αποκαλούμενο «μητρικό φίλτρο», και τα συναισθήματα που αναπτύσσονται σε μια ερωτική σχέση. Ως προς την θεραπεία με τη βοήθεια των ζώων, διαπιστώθηκε ο καταλυτικός της ρόλος, με δευτερεύοντα αυτόν της κορτιζόλης. Μελετώντας βαθύτερα το ρόλο της ωκυτοκίνης, πλήθος ερευνών, τεκμηριώνουν την άποψη της θετικής συσχέτισης ωκυτοκίνης-επαφής με ζώα, ενώ πρόσφατα έχει διαπιστωθεί ότι εμφραγματίες ασθενείς ιδιοκτήτες κατοικίδιων, έχουν μεγαλύτερο

προσδόκιμο ζωής σε σχέση με εμφραγματίες χωρίς κατοικίδια, λόγω μείωσης του άγχους και της αρτηριακής τους πίεσης. Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: the possible role of oxytocin. Beetz A, Uvnäs-Moberg K, Julius H, Kotrschal K. Front Psychol. 2012 Jul 9;3:234. doi: 10.3389/fpsyg.2012.00234. eCollection 2012.), (Giaquinto S., Valentini F. 2009-The Heart Speaks: A Cardiologist Reveals the Secret Language of Healing),

Κορτιζόλη.

Είναι το κύριο φυσικό γλυκοκορτικοειδές που συντίθεται από τον φλοιό των επινεφριδίων. Η δραστική της μορφή είναι η υδροκορτιζόνη και μαζί με την κορτικοστερόνη και την δεσοξυκορτικοστερόνη είναι οι 3 κύριες γλυκοκορτικοειδείς ορμόνες. Η αναφορά στην κορτιζόλη οφείλεται στην άμεση συσχέτιση της με το stress, αφού κάθε τύπος σωματικής ή ψυχικής υπερέντασης, μπορεί μέσα σε λίγα μόλις λεπτά να οδηγήσει στην διέγερση του συμπαθητικού νευρικού συστήματος με έκκριση αδρεναλίνης και νοραδρεναλίνης απ' τη μυελώδη μοίρα των επινεφριδίων και έκκριση μεγάλων ποσοτήτων A.C.T.H. και τελικά κορτιζόλης, της οποίας η συγκέντρωση μπορεί ακόμα και να εικοσαπλασιαστεί. Με αυτό τον τρόπο, ο οργανισμός αποκτά ικανότητα άμυνας και απέναντι στις δυσμενείς συνθήκες δηλ. στο stress. Η επινόηση του όρου καθώς και η ερμηνεία του, ανήκει στον Ουγγροκαναδό ενδοκρινολόγο Hans Selye (1907-1982), ο οποίος τον χρησιμοποίησε για να περιγράψει τη «μη ειδική απάντηση του σώματος σε οποιαδήποτε δυσμενείς συνθήκες». Οι συνθήκες αυτές διαμορφώνονται από παράγοντες που καλούνται «στρεσικοί παράγοντες»-stressors. Τέτοιοι είναι οι τραυματισμοί, οι λοιμώξεις, τα χρόνια εξαντλητικά νοσήματα, ο έντονος και παρατεταμένος πόνος, ο περιορισμός των κινήσεων, η έκθεση σε ακραίες θερμοκρασίες (έντονης ζέστης ή υπερβολικού κρύου), οι χειρουργικές επεμβάσεις, η ένεση αδρεναλίνης ή συμπαθομιμητικών φαρμάκων και τα έντονα συναισθήματα (φόβος, θυμός, θλίψη, ανασφάλεια). Ο Selye, αφιέρωσε το μεγαλύτερο μέρος της επιστημονικής του ζωής στη μελέτη του stress και η θεωρία του είναι αποδεκτή έως σήμερα απ' την Ιατρική κοινότητα κατά το μεγαλύτερο μέρος της.

Συνολική αποτίμηση.

Στο κείμενο ερώτημα που ανακύπτει απ' τη μελέτη των Θ.Μ.Β.Ζ. αν τελικά συνεισφέρουν θετικά στη θεραπεία παιδιών κι ενηλίκων με ψυχικά και νοητικά πρωτίστως προβλήματα, η απάντηση είναι θετική, με όλες τις επιφυλάξεις που το «νεαρό της ηλικίας» των συγκεκριμένων παρεμβάσεων και οι σχεδιαστικές ελλείψεις των σχετικών υποστηρικτικών μελετών, δημιουργούν. Οι πολλές και σοβαρές μεθοδολογικές αδυναμίες απ' τις οποίες δεν είναι απαλλαγμένες οι υπάρχουσες έρευνες, αποτελούν την αχίλλειο πτέρνα των Θ.Μ.Β.Ζ. μειώνουν την αξιοπιστία τους και αποτελούν το βασικότερο επιχείρημα όσων είναι επιφυλακτικοί ή απορριπτικοί απέναντι στις παρεμβάσεις μέσω ζώων. Όμως, τα μέχρι τώρα ευρήματα είναι ενθαρρυντικά και δείχνουν θετική επίδραση υπό συγκεκριμένες συνθήκες, για συγκεκριμένους πληθυσμούς και με συγκεκριμένες οδηγίες.

Ο καλύτερος μελλοντικός σχεδιασμός των ερευνών όχι μόνο θα εξαλείψει τις μέχρι σήμερα αδυναμίες, αλλά και θα καταστήσει τις μελέτες μη αμφισβητήσιμες επιστημονικά, προσθέτοντας κύρος κι εγκυρότητα στα συμπεράσματα.

Συνεπώς, η πληρέστερη μελλοντική έρευνα, θα οδηγήσει πέραν ενθουσιωδών αποδοχών και δογματικών απορρίψεων, με τρόπο επιστημονικά αδιάβλητο σε ασφαλή συμπεράσματα για την αξία των συγκεκριμένων θεραπειών, προσφέροντας σημαντική υπηρεσία στους ασθενείς και συνεπώς στη Δημόσια Υγεία.



Συνοτομογραφίες: Θ.Μ.Ζ.Β: Θεραπείες Με τη Βοήθεια Ζώων
Π.Ο.Υ: Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας

Βιβλιογραφία:

Ελληνική:

1. *Agamemnon Despotopoulos, Stefan Silbernagl. Εγχειρίδιο φυσιολογίας με έγχρωμο άτλαντα.* Ιατρικές Εκδόσεις Λίτσας-1989
2. *A.Guyton M.D. Φυσιολογία του Ανθρώπου, 3η έκδοση 1984.* Ιατρικές Εκδόσεις Λίτσας
3. *Κλινική Παθολογική Βιοχημεία,* Peter Karlson, Wolfgang Gerok, Werner Grob. Ιατρικές Εκδόσεις Λίτσας-1980

Ξενόγλωσση:

1. American Veterinary Medical Association (AVMA).
[https://www.avma.org/KB/Policies/Pages/Animal-Assisted Interventions: Definitions](https://www.avma.org/KB/Policies/Pages/Animal-Assisted%20Interventions%3A%20Definitions). 17 Feb 2017.
2. Andrea Beetz, Kerstin Uvnäs-Moberg, Henri Julius, and Kurt Kotrschal. *Front Psychol.* 2012; 3: 234. Published online 2012 Jul 9. doi: 10.3389/fpsyg.2012.00234 *Psychosocial and Psychophysiological Effects of Human-Animal Interactions: The Possible Role of Oxytocin.*
3. Barker S. B., Dawson K. S. (1998). *The effects of animal-assisted therapy on anxiety ratings of hospitalized psychiatric patients.* Psychiatr. Serv. 49, 797–801 (PubMed)
4. Chandler C. *What is animal assisted therapy?*

www.coe.unt.edu/consortium-animal-assisted-therapy/about-aat. Accessed June 18, 2014.

5. Cheshire. N.p., n.d. Web. 24 Jan. 2014. <<http://www.animal-assisted-therapy-cheshire.com/historical-present-development-of-aat.html>. "History of Animal Assisted Therapy."
6. Connor K, Miller J. *Animal assisted therapy: an in-depth look*. Dimens Crit Care Nurs. 2000;19(3):20-26.
7. Fine AH. *Handbook on animal-assisted therapy: foundations and guidelines for animal-assisted interventions*. 4. San Diego, CA, US: Elsevier Academic Press; 2015. [Google Scholar]
8. Grossberg J. M., Alf E. F. *Interaction with pet dogs: effects on human cardiovascular response*. J. Delta Soc.2, 20–27 (1985).
9. Guarneri M. New York, NY: Touchstone; 2006. *The Heart Speaks: A Cardiologist Reveals the Secret Language of Healing*.
10. Handlin L., Hydbring-Sandberg E., Nilsson A., Ejdebäck M., Uvnäs-Moberg K. (2012). *Associations between the psychological characteristics of the human-dog relationship and oxytocin and cortisol levels*. *Anthrozoos* 25 215–228.
11. Heinrichs M., Baumgartner T., Kirschbaum C., Ehlert U. (2003). *Biol. Psychiatry* 54 1389–1398. 10.1016/S0006-3223(03)00465-7 [PubMed] [CrossRef] [Google Scholar] *Social support and oxytocin interact to suppress cortisol and subjective responses to psychosocial stress*.
12. Holt-Lunstad J, Birmingham WA, Light KC. *Psychosom Med*. 2008 Nov;70(9):976-85. Epub 2008 Oct 8. *Influence of a "warm touch" support enhancement intervention among married couples on ambulatory blood pressure, oxytocin, alpha amylase, and cortisol*.
13. Jamesetta A. PhD, FNP-BC, FAANP, DPNAP, FAAN Newland -The Nurse Practitioner: May 2019 - Volume 44 - Issue 5 - p 8). *Remembering Florence Nightingale's impact on nursing*-Section Editor(s):
14. Kaplan B, Scott C (2011) *One Health Newsletter*, vol 4, Fall 2011 Google Scholar "Who coined the term one medicine?"
15. Pet Partners website www.petpartners.org/page.aspx?pid=319. Accessed June 17, 2014. *Animal-assisted activities (AAA)*.
16. Petty JD, Pan Z, Dechant B, Gabriels RL. *Therapeutic Horseback Riding Crossover Effects of Attachment. Behaviors with Family Pets in a Sample of Children with Autism Spectrum Disorder*. *Int J Environ Res Public Health*. 2017 Mar 3;14(3).

1

7

.

H

Y

P

E

R

L

I