

Dyre-assisteret terapi til behandling af mennesker

Dyr kan noget, mennesker ikke kan i forbindelse med fx et behandlingsforløb eller som led i terapi. Interessen for dyre-assisteret terapi med fx hunde eller heste er voksende internationalt, men det er danske forskere, der står bag nogle af de mest substantielle projekter på området. International Association and Human-Animal Interaction Organizations (IAHAIO) valgte derfor for nylig i samarbejde med deres danske medlemsorganisation, TrygFonden, at de førende forskere og praktikere fra hele verden skulle mødes i Danmark for at diskutere fremtidsperspektiverne.

• Charlotte Søllner Hernø
csh@raskmagasinet.dk

Med ambitionen om at sætte skub i forskningen og udbredelsen af dyre-assisteret terapi, samledes eksperter og praktikere fra hele verden til et internationalt symposium i København over to dage i slutningen af maj måned.

Der er således i dag bred enighed om, at dyr kan bidrage til behandlingen af en lang række psykiske sygdomme og til genoptræning efter fysiske skader, mens der skal mere forskning og dokumentation til, hvis dyre-assisteret terapi skal vinde indpas i sundhedssektoren over en bred kam.

I forbindelse med symposiet inviterede TrygFonden også til et arrangement i Festauditoriet på Det Biovidenskabelige Fakultet på Københavns Universitet, hvor 145 praktikere og andre interesserede kunne møde danske og udenlandske eksperter og høre om deres erfaringer med at bruge dyr i forbindelse med behandling af mennesker.

Der er et stort potentiale i dyre-assisteret terapi

Galina Plesner, der er projektleder og adfærdsbiolog i TrygFonden Besøgshunde, fortæller indledningsvist, at besøgshunde kan give 'stjerne-stunder' for fx demensramte, idet der i mødet med hundene sker en interaktion, så de demente begynder at tale med dyrene, fortælle dem historier og dermed oplever momenter af glæde. Hundene er således et dyrebart, værdifuldt og værdigt værktøj til at fremme disse menneskers trivsel. Samtidigt er det dog lige så vigtigt, at hundene trives og gerne selv vil være besøgshunde, siger Galina Plesner, der pointerer, at TrygFonden også skal være dyrenes ambassadører og sikre, at de ligeledes har godt.

TrygFonden har gennem ordningen TrygFonden Besøgshunde arbejdet med besøgshunde siden 2010 for at øge ældres og demensramtes livskvalitet på plejecentre, og sidste år åbnede TrygFonden Besøgshunde for besøg på andre typer institutioner. Samtidig er ønsket at udvikle området for dyre-assisteret terapi i det danske sundhedssystem for at få gavn af den motiverende og beroligende effekt, dyr kan have på mennesker i behandling.

"Vi oplever en stigende efterspørgsel efter vores besøgshunde, og derfor er vi på udkig efter både hunde og institutioner, der vil arbejde med samværet mellem dyr og mennesker. Vi håber også, at der er flere både danske og udenlandske forskere, der vil interessere sig for, hvordan man gennem samværet med dyr kan skabe en bedre hverdag for sårbare mennesker. Vi tror på, at der er et stort potentiale i dyre-assisteret terapi. Derfor er vi både glade og stolte over, at det er lykkedes at samle de førende forskere og eksperter, så vi sammen kan udvikle området og dele erfaringer på tværs af landene," fortæller Galina Plesner.

Danmark er blandt de lande, hvor man ved mest

IAHAIO's præsident Rebecca Johnson, som stod i spidsen for symposiet, mener, at TrygFondens arbejde på området samt de danske forskere og praktikere kan inspirere kolleger fra udlandet.

"Der er blevet arbejdet med dyre-assisteret terapi i cirka 30 år, og det er således et ungt forskningsfelt inden for sundhedsområdet. I de seneste år har vi i IAHAIO noteret os TrygFondens arbejde for både at skabe praktiske projekter, men også dokumentation af de praktiske interventioner mellem dyr og mennesker. Den slags arbejde er vigtigt for udbredelsen af dyre-assisteret terapi, ikke kun i Danmark, men i hele verden. Blandt andet derfor er vi samlet i Danmark for at dele de foreløbige resultater og tale om fremtiden," siger Rebecca Johnson, professor og præsident for IAHAIO og fortsætter:

"Dokumentationen på området og metoderne er i hastig vækst. Vi har en forventning om, at indsatsen for at udbrede dyre-assisteret terapi i Danmark vil styrkes yderligere efter vores symposium i København."

Hvad er det hundene kan?

Da TrygFonden Besøgshunde så dagens lys, vidste man meget lidt konkret om effekten af det gode, der sker mellem dyr og mennesker. Men et tilknyttet treårigt forskningsprojekt har dokumenteret, at hundene gør en markant forskel for de ældre på plejecentrene – både målt på respons, lyst til at tale og fastholdelse af opmærksomhed.

Fra 2010-2013 gennemførte TrygFonden og seniorforsker ph.d. og adfærdsbiolog ved Aarhus Universitet, Karen Thodberg et forskningsprojekt, der viste, at besøg med besøgshunde har en større umiddelbar effekt på ældre og demensramte end besøg med en de-

mensbamse eller en robotsæl. Den ældre kan tale til hunden og interagere med den, fordi hunden er i stand til at reagere på den ældres berøring og tale.

Forskningsprojektet var det første af sin art, der blev gennemført som et kontrolleret forsøg og konklusionerne vakte international interesse.

TrygFonden gennemfører i 2015-2018 endnu et forskningsprojekt, der skal undersøge, hvordan man kan optimere besøgene på plejecentre med en besøghund. Det nye projekt vil derfor undersøge, om mere aktiv og intens aktivitet med hunden har større effekt end 'almindelige' besøg, og hvilke elementer i et besøg, personer med demens reagerer mest optimalt på.

Heste kan spille en unik rolle når der er mentale udfordringer

En anden oplægsholder ved arrangementet i København var Gitte Nordahl, der er professionel ride terapeut og indehaver af Team Nordahl i Hedensted. Gitte Nordahl arbejder med unge mennesker, der har psykiske forstyrrelser, og anvender heste i behandlingen.

Det er således hendes erfaring, at heste kan spille en unik rolle i behandlingen af unge med fx Asperger, der skånsomt (gen)lærer at interagere med et levende individ. Heste spejler vores kropssprog, og det bliver på den måde tydeligt for eleven og ride terapeuten, hvilke udfordringer, der skal arbejdes med. Derudover kræver en hest fuld opmærksomhed og på den måde bliver det muligt at få et frirum fra den psykiske smerte, så samværet bliver følelsesforløsende, da der skabes kontakt mellem hestens og elevens limbiske system, som kan være dysfunktionelt.

Gitte Nordahl fortæller om en ung mand med store forstyrrelser og total isolation som resultat, at han ikke i begyndelsen kunne se idéen i samvær med en hest, men at han efter et terapeutisk forløb på godt et år kunne konstatere: "Hesten gav mulighed for at tage afstand til min depression."

Efter færdigbehandling er den unge mand kommet i arbejde, fortæller Gitte Nordahl.

Dyr kan også anvendes i neurorehabiliteringsforløb

Dyr kan imidlertid også anvendes i neurorehabiliteringsforløb. TrygFonden indledte i 2014 et pilotprojekt med Hammel Neurocenter i Østjylland for at undersøge værdien og effekten af terapidyr i dette højt specialiserede behandlingsmiljø. Projektet havde to formål, hvor det ene var at indsamle viden om, hvad der skal til, for at en ekvipage, dvs. hund og ejer, kan indgå i et terapeutisk forløb og det andet at give ledelse og terapeuter mulighed for at bruge en hundeequipage til deres terapi for at undersøge effekten af et patientforløb.

Ergoterapeut Stine Winther Sebelin ved Kognitiv Klinik, Regionshospitalet Hammel Neurocenter kunne således fremlægge ny viden om de muligheder, som deltagelse af en kompetent hundeequipage giver og vise et eksempel på effekten i forbindelse med et rehabiliteringsforløb af et stort barn med hjerneskade. Videoptagelser gav stor indsigt og dokumenterede effekten.

Krigsveteraner hjælpes via interaktion med hunde eller heste

Dyre-assisterede interventioner kan også gavne mennesker i flere andre situationer, hvilket professor Rebecca Johnson fra Research Center for Human Animal Interaction, College of Veterinary Medicine, University of Missouri, USA, kunne fremlægge overbevisende evidens for.

En gruppe, der kan have gavn af dyre-assisterede interventioner, er amerikanske militærveteraner, som for ca. 25 % vedkommende lider af post traumatisk stress syndrom, PTSD, også årtier efter hjemsendelsen.

Veteraner der træner internat-hunde kan opleve en ny kilde til kammeratskab og afslapning og veteraner, der deltager i ride-terapeutisk forløb, kan opleve sænket niveau af posttraumatisk stress, bedre humørregulering og socialt engagement, som betyder at de efter terapiforløbet igen kan interagere med andre mennesker rent følelsesmæssigt, dvs. de begynder at fungere normalt igen, fordi det er lykkedes dem at etablere et følelsesmæssigt bånd til hhv. en hest eller en hund. Rebecca Johnson siger, at veteranerne efter terapiforløbene simpelthen stråler af glæde, hvilket et interview på video tydeligt demonstrerede.

Menneskers naturlige affinitet over for natur og dyr

Også tyske forskere og behandlere har erfaring med dyre-assisteret terapi, hvilket dr. Andrea M. Beetz, Klin. Hypnose und Hypnoterapie (DGH), Psychotherapie (HPG), kunne fremlægge for deltagerne på symposiet. Dyr kan fungere som døråbnere i den terapeutiske eller pædagogiske situation, siger Andrea M. Beetz, idet dyrets tilstedeværelse kan fungere som tegn på sikre omgivelser, og dermed betyde, at patienten bliver afslappet og modtagelig under terapien. Derudover kan kontakt til dyret øge tilliden, støtte kommunikationen, og kan sænke angst og stress. En forklaring på effekten er bl.a., at mennesker har en naturlig affinitet over for natur og dyr, dvs. kan have sin rod i oxytocin-systemet og i biofilii.

Amerikanske Michael E. Kaufman, leder af Farm and Wildlife Center/Green Chimneys Institute, Brewster, New York, er helt på linje med Andrea M. Beetz.

Dyr kan med stor succes benyttes som en del af et større natur-baseret set-up, der muliggør unikke lærings- og behandlingsmetoder for børn med særlige behov, hvilket sker på Green Chimneys School, der fungerer som behandlingscenter og dagskole med et terapeutisk miljø, der inkorporerer dyr, planter og natur i deres aktiviteter og som er et effektivt alternativ til traditionel adfærdsbehandling. Behandlingsstedet har kapacitet til samtidigt at behandle omkring 200 børn og unge, som alle har særlige psykiske, sociale og adfærdsmæssige behov. Målet for alle børn er, hvilket næsten er indlysende, at de skal få det bedre, så de kan vende hjem til deres familier igen. I lighed med alle andre projekter med dyre-assisteret terapi, er en væsentlig forudsætning her også, at man har faste evaluerings- og dyrevelfærdsprocedurer på plads.

Få begrænsninger for dyre-assisteret terapi

Dyr fra hunde til heste og andre dyr indgår således i stadigt stigende omfang og til langt mere end for relativt få år siden, hvor hunde først og fremmest blev trænet som førerhunde og ikke ret meget mere.

I dag er der ved at danne sig et billede af, at relationen mellem dyr og mennesker kan anvendes og i stigende grad bliver anvendt i uendeligt mange sammenhænge, fra børn med psykiske diagnoser til krigsveteraner med PTSD og gamle mennesker med Alzheimers eller

demens på plejehjem.

Ifølge Rebecca Johnson er der kun enkelte, dvs. ganske få, begrænsninger i anvendelse af dyre-assisteret terapi, nemlig hvis folk som udgangspunkt simpelthen ikke kan lide dyr, mens en anden begrænsning, som snarere skal ses som en forhindring, er i forbindelse med mennesker, som har store sår, fx brandsårpatienter og cancerpatienter, da der i sådanne tilfælde er risiko for infektion. Derudover er der principielt ingen andre begrænsninger.