

Η θεραπευτική επαφή με τα ζώα σε ασθενείς που αντιμετωπίζουν ψυχιατρικά προβλήματα: συστηματική ανασκόπηση

Ευάγγελος Φραδέλος

Νοσηλεύτης, ΓΕ, Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Αττικής «Δαφνί»

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Στις θεραπευτικές τεχνικές για τις ψυχικές παθήσεις μια επικουρική θεραπευτική μέθοδος “animal assisted therapy” ή “pet therapy” ή κοινός θεραπεία μέσω των ζώων κερδίζει έδαφος τα τελευταία χρόνια. Τα σκυλιά, γάτες, άλογα ή ακόμα και ζώα φάρμας ή παραγωγής μπορεί να χρησιμοποιηθούν ως θεραπευτικό μέσο. Σκοπός της παρούσας συστηματικής ανασκόπησης είναι η καταγραφή και η ανάδειξη της επαφής με τα ζώα ως συμπληρωματικό θεραπευτικό μέσο σε ψυχιατρικούς ασθενείς και τα οφέλη που μπορεί να αποκομίσουν οι ασθενείς από αυτή την επαφή. Υλικό – Μέθοδος: Η μέθοδος της συστηματικής ανασκόπησης χρησιμοποιήθηκε στη παρούσα μελέτη. Συμπεράσματα: Τα οφέλη από αυτή τη συμπληρωματική θεραπευτική προσέγγιση είναι ποικίλα και καλύπτουν τον σωματικό, κοινωνικό και ψυχολογικό τομέα των ασθενών. Μειώνει τα επίπεδα φόβου λύπης και ψυχολογικής δυσφορίας και να προάγει την ψυχολογική ευεξία, βελτιώνει την αυτοεκτίμηση και βοήθα στην αντιμετώπιση διαφόρων στρεσογόνων καταστάσεων .

Λέξεις ευρετηρίου: “animal assisted therapy” , “Psychiatric disorders” , “psychiatric patients” .

Παραλομπή

Ε. Φραδέλος. Η θεραπευτική επαφή με τα ζώα σε ασθενείς που αντιμετωπίζουν ψυχιατρικά προβλήματα: συστηματική ανασκόπηση. Επιστημονικά Χρονικά 2014;19(2): 132-143.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Οι ψυχικές διαταραχές προσβάλλουν ανθρώπους σε όλες τις χώρες και κοινωνίες και παρουσιάζονται σε όλες τις πληθυσμιακές ομάδες ανεξαρτήτως κοινωνικο-οικονομικής τάξης. Ο επιπολασμός τους εκτιμάται ότι είναι 10% στους ενήλικες, και ένα ποσοστό 20-25% του πληθυσμού θα εμφανίσει κάποια στιγμή στη ζωή του ψυχικές διαταραχές [1]. Πέρα από της παραδοσιακές θεραπευτικές παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση των ψυχικών παθήσεων που είναι η φαρμακοθεραπεία και η ψυχοθεραπεία, η οποία εφαρμόζεται από την αρχαία Ελλάδα [2] με το πέρασμα των χρόνων έχουν εφαρμοστεί πολλές συμπληρωματικές

μέθοδοι. Στη προσπάθεια αντιμετώπισης των ψυχικών διαταραχών και της προαγωγής της ψυχικής υγείας και ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης [3], βλέπουμε δραστηριότητες όπως η σωματική άσκηση και άλλες να εντάσσονται στο θεραπευτικό πλάνο του ασθενή έπειτα από δικιά του επιθυμία ή σύσταση του θεράποντος ιατρού [4-6]. Σε αυτές λοιπόν τις συμπληρωματικές τεχνικές για τις ψυχικές παθήσεις μια επικουρική θεραπευτική μέθοδος “animal assisted therapy” ή “pet therapy” ή κοινός θεραπεία μέσω των ζώων κερδίζει έδαφος τα τελευταία χρόνια. Τα σκυλιά, γάτες, άλογα ή ακόμα και ζώα φάρμας ή παραγωγής μπορεί να χρησιμοποιηθούν ως

θεραπευτικό μέσο. Αυτού του είδους θεραπεία μπορεί να χρησιμοποιηθεί επικουρικά σε άτομα με νοητικά προβλήματα (αυτισμό, σύνδρομο DOWN), συναισθηματικά διαταραχές, άτομα που πάσχουν από Alzheimer ή άνοια, για ασθενείς που πάσχουν από AIDS ακόμα και ασθενείς με καρδιολογικά προβλήματα [7]. Τα οφέλη από αυτή την επαφή είναι σωματικά, ψυχικά και κοινωνικά [8].

Η επαφή του ανθρώπου μετά ζώα και ο δεσμός που αναπτύσσετε μεταξύ τους είναι κάτι το οποίο υπάρχει από τότε που ο άνθρωπος ξεκίνησε να τα εξημερώνει και να τα μετατρέπει σε οικόσιτα, ώστε να ωφεληθεί από αυτά, στο κνήγι να κουβαλούν βάρη για αυτόν και άλλες δραστηριότητες [9]. Έχουν υπάρξει αρκετά αρχαιολογικά ευρήματα που μαρτυρούν την επαφή και τη σχέση που υπήρχε μεταξύ ανθρώπου - ζώου, όπως απολιθώματα αναπαραστάσεις και αναφορές σε αρχαιολογικά κείμενα. Υπάρχουν αναφορές πως οι αρχαίοι Έλληνες χρησιμοποιούσαν τα άλογα ως επικουρικό μέσο για τη θεραπεία τραυματιών πολέμου [10]. Όλα αυτά μαρτυρούν την ιδιαιτερότητα του δεσμού αυτού και τη διαχρονικότητα που τον διέπει [7]. Αν και οι πρώτες γραπτές αναφορές για τη χρήση των ζώων ως θεραπευτική προσέγγιση πάνε πίσω στο 1792 [11], η συστηματική χρήση των ζώων σαν θεραπευτικό μέσο έχει ξεκινήσει από το 19^ο αιώνα. Η Florence Nightingale είχε επισημάνει: "*Ένα μικρό κατοικίδιο ζώο είναι συχνά μια εξαιρετική συντροφιά για τους αρρώστους, ειδικά για τους χρόνιους ασθενείς. Ένα πουλί σε ένα κλουβί είναι μερικές φορές η μόνη πραγματική ευχαρίστηση γι' αυτούς που παραμένουν για χρόνια σε κάποιο δωμάτιο νοσηλείας*" [12]. Από το 1960 και μετά τα ζώα συντροφιάς ενσωματώνονται στο θεραπευτικό περιβάλλον από τον Boris M. Levinson ο οποίος ήταν ψυχοθεραπευτής παιδιών και

συγγραφέας του βιβλίου *Pet-Oriented Child Psychotherapy*. Στο βιβλίο αυτό περιγράφει τις διαδικασίες και τα οφέλη από της συνεδρίες που είχε με παιδιά και στις οποίες είχε και το σκύλο του. Επίσης αναδεικνύει τις διάφορες ευεργετικές επιδράσεις και προτρέπει για περαιτέρω έρευνα πάνω στο θέμα αυτό [13].

Η οργάνωση *Pet partners*, η οποία στηρίζει και προωθεί το δεσμό του ανθρώπου με τα ζώα και τα οφέλη από αυτόν το δεσμό, χωρίζει αυτό το θεραπευτικό μέσο σε δύο κατηγορίες

1. *Animal Assisted Therapy (AAT)* πρόκειται για είναι ένα είδος θεραπείας με συγκεκριμένους στόχους, προγραμματισμό και πλάνο ανάλογα με το προφίλ του ασθενούς. Κατά την οποία καταγράφονται οι επισκέψεις, η διάρκεια και η πρόοδος του προγράμματος.

2. *Animal Assisted Activities (AAA)*, δραστηριότητες δηλαδή με ζώα, πρόκειται για πιο αυθόρμητες διαδικασίες που δεν υπόκεινται σε κάποιο προγραμματισμό ή στοχοθεσία, δεν συμπεριλαμβάνονται σε συνεδρία ούτε επίσης καταγράφεται η πρόοδος.

Παρόλα αυτά πρόκειται για δύο προγράμματα τα οποία ενδείκνυνται για διάφορες παθήσεις και διάφορους πληθυσμούς [14].

Τις τελευταίες δεκαετίες βλέπουμε πως διάφορες συμπληρωματικές θεραπείες όπως αυτή συχνά ενσωματώνονται στο παραδοσιακό πλάνο της θεραπευτικής προσέγγισης σε διάφορες παθήσεις όπως καρδιαγγειακές [15], καρκίνο [16], άνοια [17] και διάφορες επίπονες καταστάσεις [18].

Σκοπός της παρούσας συστηματικής ανασκόπησης είναι η καταγραφή και η ανάδειξη της επαφής με τα ζώα ως

συμπληρωματικό θεραπευτικό μέσο σε ψυχιατρικούς ασθενείς και τα οφέλη που μπορεί να αποκομίσουν οι ασθενείς από αυτή την επαφή.

ΥΛΙΚΟ - ΜΕΘΟΔΟΣ

Η μέθοδος της συστηματικής ανασκόπησης χρησιμοποιήθηκε στη παρούσα μελέτη. Για την οποία και πραγματοποιήθηκε αναζήτηση στις ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων (Pubmed, Science Direct , heal-link), άρθρων που είχαν δημοσιευθεί κατά τη χρονική περίοδο 2003 -2013 στην Αγγλική κυρίως γλώσσα. Η ανασκόπηση της βιβλιογραφίας έλαβε χώρα τον Νοέμβριο του 2013. Οι λέξεις κλειδιά που χρησιμοποιήθηκαν για την αναζήτηση των μελετών ήταν: “animal assisted therapy” “pet therapy” “Mental health” “Psychiatric disorders” “psychiatric patients”.

Το πεδίο αναζήτησης ήταν ο τίτλος και η περίληψη των μελετών. Αρχικά έγινε ανάγνωση των λεπτομερειών της μελέτης (τίτλος, περίληψη) και όσες αναγνωρίστηκαν ως μη σχετικές, απορρίφθηκαν. Αναζητήθηκαν σχετικές μελέτες που δημοσιεύτηκαν σε έγκριτα περιοδικά, όπως το Clinical Rehabilitation, Society and Animals, Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health, European Journal of Integrative, ή μελέτες οι οποίες είχαν διεξαχθεί από εκπαιδευτικά ιδρύματα διεθνούς κύρους. Από τα αρχικά αποτελέσματα έγινε επιλογή μελετών που χρησιμοποιήθηκαν για την ανάδειξη του ιστορικού υπόβαθρου της εν λόγω θεραπευτικής προσέγγισης καθώς επίσης των χρήσεων που μπορεί να έχει σε διάφορες παθήσεις, ακόμα και κατευθυντήριες οδηγίες για τη κλινική εφαρμογή της. Οι δημοσιεύσεις που χρησιμοποιήθηκαν γι' αυτό το σκοπό ήταν είκοσι. Έπειτα έγινε καταγραφή των

βασικών χαρακτηριστικών των μελετών σε μια προσχεδιασμένη φόρμα ώστε να είναι δυνατή η σύγκριση τους.

Συγκεκριμένα, καταγράφονταν: το όνομα του πρώτου συγγραφέα και το έτος δημοσίευσης, τη χώρα διεξαγωγής της μελέτης, τον πληθυσμό της μελέτης, το είδος ζώου που χρησιμοποιήθηκε και τα κύρια αποτελέσματα.

Στη συνέχεια τέθηκαν κριτήρια ένταξης και αποκλεισμού των υπό αξιολόγηση μελετών.

Ως *κριτήρια ένταξης* χρησιμοποιήθηκαν τα εξής:

- Οι μελέτες να αφορούν ψυχιατρικούς ασθενείς ή πληθυσμούς με ψυχιατρική διαταραχή .
- Οι μελέτες να χρησιμοποιούν κάποιο είδος θεραπείας που συμπεριλαμβάνει την επαφή του ανθρώπου με τα ζώα.

Ως *κριτήρια αποκλεισμού* εισήχθησαν τα παρακάτω:

- Μελέτες των οποίων το δείγμα αφορούσε ψυχο-γηριατρικούς ασθενείς.
- Μελέτες που αφορούσαν ασθένειες όπως καρκίνος, αυτισμό, άνοια ,καρδιαγγειακές ή κα νευρολογικές παθήσεις.
- Μελέτες που αφορούσαν παιδιά.
- Μελέτες που ήταν βιβλιογραφικές.

Από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας προέκυψαν 141 μελέτες που αφορούσαν ψυχιατρικούς ασθενείς και θεραπευτική χρήση των ζώων .Μετά από την αξιολόγηση των μελετών, μόνο 10 μελέτες πληρούσαν τα κριτήρια ένταξης στην ανασκόπηση, ενώ από το σύνολο των μελετών αποκλείστηκαν 131 μελέτες με βάση τα κριτήρια αποκλεισμού. Τελικά, εντάχθηκαν 10 μελέτες που

πληρούσαν τα κριτήρια για τη συμμετοχή τους στην συστηματική ανασκόπηση.

Η αναζήτηση της βιβλιογραφίας έγινε στην Αγγλόφωνη βιβλιογραφία όπως προαναφέρθηκε κι έγινε συστηματική ανασκόπηση των μελετών που εισήχθησαν σχετικά με την επίδραση που έχει η επαφή με τα ζώα σε ψυχιατρικούς ασθενείς. Από τις μελέτες που συμπεριλήφθηκαν στην ανασκόπηση μία (1) ήταν από Ουγγαρία , τρεις (3) από της Ηνωμένες πολιτείες της Αμερικής , δύο (2) από τη Νορβηγία , τρεις (3) από τη Γερμανία και τέλος μία (1) από την Ισπανία . Επίσης, δεν επιχειρήθηκε αποτίμηση της ποιότητας των μελετών βάσει συγκεκριμένων εργαλείων διότι ο σκοπός της παρούσας ανασκόπησης είναι περιγραφικός.

Οι μελέτες που χρησιμοποιήθηκαν παρατίθενται στο πίνακα 1.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Τα οφέλη τα οποία αναφέρονται στις έρευνες είναι ποικίλα και καλύπτουν τον σωματικό ,κοινωνικό και ψυχολογικό τομέα των ασθενών που έλαβαν μέρος στις μελέτες αυτές. Σε ασθενείς οι οποίοι κάνανε χρήση στεγαστικής μορφής ψυχιατρικής υπηρεσίας υγείας φαίνεται να βελτίωσε τη γενική τους υγεία και της οικιακές δραστηριότητες [19]. Η θεραπευτική επαφή μετά ζώα δείχνει να μειώνει τα επίπεδα φόβου λήψης και ψυχολογικής δυσφορίας και να προάγει την ψυχολογική ευεξία [20]. Επίσης βελτιώνει την αυτοεκτίμηση και βοηθά στην αντιμετώπιση διαφόρων στρεσογόνων καταστάσεων [21, 28]. Μπορεί να συμβάλει στη μείωση της σωματοποίησης των ψυχολογικών προβλημάτων [22], να μειώνει τα καταθλιπτικά συμπτώματα [22, 26, 28] και το

άγχος [23, 25] και τα επεισόδια και την εμφάνιση βίας σε ψυχιατρικούς ασθενείς [27]. Παρόλα αυτά τα θετικά αποτελέσματα έχουν υπάρξει και μελέτες που δεν είχαν να επιδείξουν τα ίδια θετικά σημεία(24) και σε κάποιες από αυτές φαίνεται πως η εν λόγω θεραπευτική προσέγγιση να μη διαφοροποιεί τη ποιότητα ζωής η οποία και είναι μια σημαντική ερευνητική παράμετρος σε χρόνιες παθήσεις όπως οι ψυχιατρικές.

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Η πλειονότητα αυτών που συμμετέχουν σε προγράμματα υποβοηθούμενης θεραπείας με ζώα δείχνει να έχει βελτίωση σε διάφορους τομείς της ζωής του [19]. Έχει αναφερθεί και φαίνεται από μελέτες πως βοηθά τους ασθενείς να είναι προσανατολισμένοι στο παρόν και μειώνει την αίσθηση φόβου για το μέλλον [20]. Επίσης τα στοιχεία δείχνουν πως οι ασθενείς που συμμετέχουν σε αυτά τα προγράμματα να έχουν βελτίωση στο να ανταπεξέρχονται σε διάφορες καταστάσεις στη ζωή του σε σχέση με τη στάση που είχαν στο παρελθόν, και δείχνει αυτού του είδους συμπληρωματική θεραπεία να προάγει τη ψυχική ευεξία [21]. Επιπροσθέτως η Schent και οι συνεργάτες της που είχαν χρησιμοποιήσει τα δελφίνια επικουρικά σε ασθενείς που αντιμετώπιζαν διατροφικές διαταραχές έδειξαν μείωση στο ψυχολογικό στρες , στη σωματοποίηση των ψυχολογικών συμπτωμάτων και το επίπεδων κατάθλιψης έναντι αυτών που είχαν παραδοσιακή θεραπεία μόνο [22]. Πολλές από τις μελέτες έχουν συσχέτιση τη μείωση επιπέδων άγχους σε διάφορες κατηγορίες ψυχικών παθήσεων με συνεδρίες θεραπείας που γίνεται χρήση κάποιου ζώου συνήθως σκύλου [20, 25].

Παρόλα αυτά υπήρξαν και έρευνες στις οποίες δεν καταγράφηκε κάποια σημαντική

στατιστικά συσχέτιση κι έτσι τίθενται ερωτήματα σχετικά με τη αποτελεσματικότητα και τη χρησιμότητα των θεραπευτικών αυτών προσεγγίσεων και για ποιες κατηγορίες ασθενών μπορεί να ενδείκνυται [24]. Όπως επίσης και η στάθμιση της ποιότητας ζωής δεν φαίνεται να έχει κάποια στατιστική διαβάθμιση σε κάποιες από της μελέτες αυτές.

Όπως έχουν δείξει οι μελέτες σε άτομα που αντιμετωπίζουν ψυχικές παθήσεις αλλά και σε υγιείς πληθυσμούς, συνεδρίες των 15 λεπτών με κάποιο σκύλο φαίνεται να συμβάλει στη μείωση της κορτιζόλης, ντοπαμίνης και διαφόρων βιολογικών παραγόντων που σχετίζονται με το στρες [25, 29]. Η Nerpps και οι συνεργάτες της στο Γενικό νοσοκομείο του Lancaster οι υποβοηθούμενες από σκύλο θεραπείες δείχνει να συνδράμουν στη μείωση συμπτωμάτων πόνου, άγχους και βελτιώνουν τη διάθεση έναντι σε κλασικές θεραπευτικές προσεγγίσεις [26]. Επίσης ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει η μελέτη των Nurenberg και συνεργατών που συγκρίνανε και τη χρήση θεραπευτικής υπασίας με της αλληλεπιδράσεις ανθρώπου σκύλου και φαίνεται η υπασία να έχει πιο κερδίζει έδαφος σε ασθενείς με ψυχιατρικά προβλήματα [27].

Ενώ σε μελέτες στις οποίες έγινε στάθμιση της ποιότητας ζωής με κάποιο ψυχομετρικό εργαλείο δεν φαίνεται να υπάρχει κάποια στατιστικά σημαντική διαβάθμιση μεταξύ των γκρουπ μελέτης και ελέγχου [21, 24]. Σε γενικές γραμμές η ενσωμάτωση τέτοιου είδους θεραπευτικών προσεγγίσεων έχει αρκετούς οπαδούς και από την άλλη όμως αρκετοί είναι αυτοί που εκφράζουν ανησυχίες σχετικά με τα προγράμματα αυτά και κινδύνους που μπορεί να προκύψουν όπως ζωογενείς μολύνσεις και τραυματισμούς [30].

Τέλος, όσο και ενθαρρυντικά να φαίνεται πως είναι τα αποτελέσματα των ερευνών αυτών δεν μπορεί σε καμία περίπτωση να γενικευτούν. Θα πρέπει πριν την απόφαση της ένταξης στο θεραπευτικό πλάνο του κάθε ασθενή τέτοιων προσεγγίσεων να γίνετε έπειτα από πολύ σκέψη και η επιλογή να είναι έπειτα από εκτενή εξέταση όλων των παραμέτρων όπως πάθηση , χρονιότητα , και καταλληλότητα ασθενή και ζώου.

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Για τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, η υγεία του ανθρώπου, δηλαδή η κατάσταση πλήρους σωματικής, πνευματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας του ατόμου, συνδέεται άμεσα με το περιβάλλον. Σε μια εποχή που για τον άνθρωπο η επαφή με τη φύση έχει γίνει μια θεμελιώδης αναζήτηση και επιδίωξη. Στην εποχή της αστικοποίησης και της αυτοματοποίησης η απομόνωση και η αποξένωση των ανθρώπων είναι δεδομένη. Η αληθινή επαφή με τα ζώα και μέσα από αυτά με τη φύση έχει για τον άνθρωπο αποδεδειγμένα έχει πολλά σε όλες της διαστάσεις της ανθρώπινης υγείας. Πόσο μάλιστα φαίνεται πως σε ασθενείς με ψυχικές παθήσεις όντως να συνδράμει στη βελτίωση της διάθεσης τους και τη μείωση συνοδών με της παθήσεις συμπτωμάτων.

α/α	Ερευνητές	Χρονολογία	Χώρα Μελέτης	Πάθηση	Αριθμός συμμετεχόντων	Είδος ζώου	Περιγραφή της έρευνας	Όργανα μέτρησης	Αποτελέσματα
1	Kovacs et al (19)	2004	Ουγγαρία	Σχιζοφρένια	N 7 (4 Γυναίκες +3 Άνδρες)	Σκύλος	Διάρκειας 9 μηνών	Test for independent living skills (Διατροφή, ξύρισμα, οικιακές δραστηριότητες ,υγεία, διαχείριση χρημάτων, ελεύθερο χρόνο , μετακίνηση ,αναζήτηση εργασίας και δεξιότητες εργασίας).	Βελτίωση γενική και ειδικά στους τομείς των οικιακών δραστηριοτήτων και υγείας.
2	Klontz et al (20)	2007	Ηνωμένες πολιτείες	Ψυχολογικό Στρες	N 61. Ολοκλήρωσαν τη διαδικασία πριν και μετά N. 31 (9 Άνδρες και 22 Γυναίκες).	Άλογο	28 ώρες συνεδριών. Τα ερωτηματολόγια συμπληρώθηκαν πριν τη πρώτη συνεδρία και έπειτα από 6 μήνες.	1. Brief Symptom Inventory, Τεστ αυτοαξιολόγησης ψυχολογικών συμπτωμάτων 2. Personal Orientation Inventory Τεστ αυτοαξιολόγησης μετρά την αυτοπραγμάτωση.	Όλοι ανέφεραν μείωση της ψυχολογικής δυσφορίας, έντασης λύπης, φόβου και ενοχής και σημαντική αύξηση της ψυχολογικής ευεξίας.
3	Berget et al (21)	2008	Νορβηγία	Διάφορες ψυχιατρικές διαταραχές όπως σχιζοφρένια , διαταραχή προσωπικότητας , άγχος κ.α.	N.90 (59 Γυναίκες και 31 Άνδρες). N.60 Γκρουπ μελέτης N.30 Γκρουπ ελέγχου	Ζώα παραγωγής – φάρμας.	1. 2 Συνεδρίες την εβδομάδα για 12 εβδομάδες Κλινική μελέτη με ομάδα ελέγχου. Τα ερωτηματολόγια συμπληρώθηκαν τρεις φορές πριν την έρευνα, μετά και 6 μήνες έπειτα.	1. Self-efficacy (Generalized Self-Efficacy Scale; GSE). (κλίμακα αυτοαξιολόγησης αποτελεσματικότητας και αποτελεσματικότητας). 2. Coping ability (Coping Strategies Scale).(κλίμακα αξιολόγησης διαχείρισης προβλημάτων) 3. Quality of life (Quality of Life Scale; QOLS-N) (κλίμακα αξιολόγησης ποιότητας ζωής).	Το γκρουπ των 60 ασθενών που ήταν στη μελέτη και όχι στον έλεγχο έδειξε βελτίωση της αυτό εκτίμησης και αποτελεσματικότητας και αντιμετώπισης προβλημάτων σε σχέση με το γκρουπ ελέγχου. Η μελέτη δεν έδειξε κάποια αλλαγή στη ποιότητα ζωής.

α/α	Ερευνητές	Χρονολογία	Χώρα Μελέτης	Πάθηση	Αριθμός συμμετεχόντων	Είδος ζώου	Περιγραφή της έρευνας	Όργανα μέτρησης	Αποτελέσματα
4	Schenk et al (22)	2009	Γερμανία	Διατροφικές διαταραχές	N.32 Γυναίκες N.25 Γκρουπ μελέτης N.7 Γκρουπ ελέγχου	Δελφίνια	<p>Η διάρκεια ήταν 2 εβδομάδες οι αλληλεπιδράσεις με τα δελφίνια ήταν αυθόρμητες.</p> <p>Κλινική μελέτη με ομάδα ελέγχου.</p> <p>Τα ερωτηματολόγια συμπληρώθηκαν πριν την έναρξη του προγράμματος ,κατά την έναρξη ,κατά τη λήξη , 3 εβδομάδες μετά και 3 μήνες μετά το πρόγραμμα.</p>	<p>1. SCL-90-R 18 , 90 ερωτήσεων που αφορούν 9 κατηγορίες συμπτωμάτων όπως σωματοποίηση, ιδεο-ψυχαναγκασμούς, διαπροσωπική ευαισθησία, κατάθλιψη, άγχος , φοβίες , επιθετικότητα , παρανοϊκούς ιδεασμούς και ψυχτικά συμπτώματα. Και επίσης μετρά τη συνολική ψυχολογική δυσφορία. Eating Disorder Inventory (EDI-2) 91 ερωτήσεων που σχετίζονται με τη λεπτότητα, βουλιμία, τη δυσανεξία για το σώμα, αναποτελεσματικότητα, τη τελειομανία, τη διαπροσωπική δυσπιστία ,κοινωνική ανασφάλεια και άλλα.</p>	<p>Βελτίωσε τα ψυχοπαθολογικά συμπτώματα, καταθλιπτικά και τη σωματοποίηση και τη γενική ψυχολογική δυσφορία σημαντικά περισσότερο από τη συμβατική προσέγγιση και τη καθιερωμένη θεραπεία.</p>

α/α	Ερευνητές	Χρονολογία	Χώρα Μελέτης	Πάθηση	Αριθμός συμμετεχόντων	Είδος ζώου	Περιγραφή της έρευνας	Όργανα μέτρησης	Αποτελέσματα
5	Hoffmann et al (23)	2009	Γερμανία	Μείζον καταθλιπτική διαταραχή	N. 12 (6 Γυναίκες και 6 Άνδρες)	Σκύλος	2 Συνεδρίες των 30 λεπτών όπου πριν και μετά γινόταν στάθμιση του άγχους.	1. Spielberger's state anxiety inventory (STAI) (κλίμακα αξιολόγησης άγχους)	Η συνεδρίες με το σκύλο βρέθηκαν να μειώνουν πολύ το άγχος στο (STAI).
6	Villa Iba-Gilet al (24)	2009	Ισπανία	Σχιζοφρένεια	N.21 N.12 Γκρουπ μελέτης N.9 Γκρουπ ελέγχου	Σκύλος	25 συνεδρίες των 45 λεπτών, 2 ανά εβδομάδα . Κλινική μελέτη με ομάδα ελέγχου .	1. Positive and Negative Symptoms Scale (PANSS)(κλίμακα αξιολόγησης θετικών και αρνητικών συμπτωμάτων). 2. Living Skills Profile (LSP)(αξιολόγηση δεξιοτήτων διαβίωσης) 3. World Health Organization Quality of Life Assessment (κλίμακα αξιολόγησης ποιότητας ζωής) 4. Satisfaction with Treatment Questionnaire (STQ) (κλίμακα ικανοποίησης από τη θεραπεία).	Δε βρέθηκαν ιδιαίτερες διαφορές στα 2 γκρουπ ασθενών. Παρόλ' αυτά κάποια θετικά αποτελέσματα υπήρξαν στο γκρουπ μελέτης, τα οποία όμως πρέπει να ερμηνευτούν με προσοχή.
7	Lang et al (25)	2010	Γερμανία	Οξεία σχιζοφρένεια	N. 14 (7 Γυναίκες και 7 Άνδρες)	Σκύλος	2 Συνεδρίες των 30 λεπτών. Μια με παρουσία σκύλου και αλληλεπίδραση με αυτόν και μια χωρίς. Το SSTAI συμπληρώθηκε και τις δυο φορές.	1. Spielberger State-Trait Anxiety Inventory (κλίμακα αξιολόγησης άγχους)	Το σκορ στο SSTAI ήταν σαφώς μικρότερο στη συνεδρία με το σκύλο.

α/α	Ερευνητές	Χρονολογία	Χώρα Μελέτης	Πάθηση	Αριθμός συμμετεχόντων	Είδος ζώου	Περιγραφή της έρευνας	Όργανα μέτρησης	Αποτελέσματα
8	Nepps et al (26)	2011	Ηνωμένες πολιτείες	Διάφορες ψυχιατρικές διαταραχές.	N. 218 (119W 99m). N.107 (66 Γυναίκες και 41 Άνδρες) Γκρουπ AAT. N.111 (53 Γυναίκες 58 Άνδρες) Γκρουπ διαχείρισης άγχους .	Σκύλος	1 συνεδρία ανά εβδομάδα διάρκειας 1 ώρας. Ερωτηματολόγια για πόνο , άγχος και διάθεση συμπληρωνόντουσαν πριν και μετά τη συνεδρία . Κλινική μελέτη συγκριτική μεταξύ δυο θεραπευτικών προσεγγίσεων.	1. David Burns depression and anxiety scale. (κλίμακα αξιολόγησης άγχους και κατάθλιψης) 2. Lancaster General Hospital Pain standard 10- point rating scale. (κλίμακα αξιολόγησης πόνου)	Και τα δύο προγράμματα φαίνεται να βοηθούν σχεδόν το ίδιο στο πόνο , κατάθλιψη αλλά και το άγχος των ασθενών εξίσου και χωρίς κάποια σημαντική διαβάθμιση.
9	Nurenberg et al (27)	2011	Ηνωμένες πολιτείες	Χρόνιες ψυχιατρικές διαταραχές	N.104 Άλλογο: 32 Σκύλο: 27 Ψυχοκοινωνικές :27 Παραδοσιακή :18	Άλλογο vs Σκύλος	10 εβδομαδιαίες συνεδρίες . Κλινική μελέτη συγκριτική μεταξύ τεσσάρων θεραπευτικών προσεγγίσεων.	Κλινική παρατήρηση και καταγραφή επεισοδίων βίας.	Η υποθεραπεία δείχνει να έχει μοναδικά οφέλη και μείωση της βίας σε σχέση με της λουπές θεραπείες.
10	Pedersen et al (28)	2012	Νορβηγία	Κλινική κατάθλιψη	N.29 (23 Γυναίκες 6 Άνδρες) N.16 Γκρουπ μελέτης N.13 Γκρουπ ελέγχου	Ζώα παραγω γής – φάρμακ N.16 Γκρουπ μελέτης N.13 Γκρουπ ελέγχου	2 Φορές την εβδομάδα επί 12 εβδομάδες. Ερωτηματολόγια συμπληρώθηκαν πριν την έναρξη ,κατά τη λήξη και 3 μήνες μετά από το πρόγραμμα. Μελέτη με ομάδα ελέγχου .	1. Self-efficacy (Generalized Self-Efficacy Scale; GSE). (κλίμακα αυτοαξιολόγησης αποτελεσματικότητας) 2. Spielberger's state anxiety inventory (STAI). (κλίμακα αξιολόγησης άγχους) 3. Beck Depression Inventory. (κλίμακα αξιολόγησης κατάθλιψης)	Παρατηρήθηκε μείωση της κλίμακας της κατάθλιψης. Αύξηση της αποτελεσματικότητας

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. World Health Organization (WHO). The World Health Report 2001: Mental Health: New Understanding, New Hope. Geneva: World Health Organization, 2001.
2. Λ. Κουρκούτα: Αντιφών ο Αθηναίος, ψυχοθεραπευτής του 5ου π. Χ. αι. Νοσοκομειακά Χρονικά, 1998: 60(3); 222-226.
3. Κουκουρικός Κ , Τσορμπατζούδη Ε , Τζογάνη Α . Κοινωνική επαναπροσαρμογή: Εκπαίδευση κοινωνικών δεξιοτήτων χρόνιων ψυχωσικών ασθενών. Νοσηλευτική 2007; 46 (3): 342-354.
4. Θ. Ζιώγου. Η συμβολή της άσκησης στη προαγωγή της ψυχικής υγείας. Επιστημονικά Χρονικά 2013;18(4): 191-197
5. Κουρκούτα Λ., Ελαφρή Μ., Τσιότσιου Β., Στρογγύλου Β. Άσκηση και Ψυχική Υγεία στην Αρχαία Ελλάδα. 40 Ψυχιατρικό Συνέδριο στην Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας. Κυλλήνη Ηλείας,1- 4/6/2012.
6. Θ.Ζιώγου , Λ.Κουρκούτα , Σ. Δικταπανίδου, Ε. Φραδέλος, Π.Ουζουνάκης. Η άσκηση στη φροντίδα των ψυχικά ασθενών.3ο Συνέδριο Βιοψυχοκοινωνικής Προσέγγισης στην Ιατρική Περίθαλψη. Με Διεθνή Συμμετοχή. Θεσσαλονίκη, 28 - 30 Μαρτίου 2013.
7. Fine A. Handbook on animal assisted therapy .3rd Edition. Elsevier Inc . London 2010 :3-32.
8. Kovács Z, Kis R, Rózsa S, Rózsa L. Animal-assisted therapy for middle-aged schizophrenic patients living in a social institution. A pilot study. Clin Rehabil.2004;18(5):483-6.
9. Urichuk L, Anderson. Improving mental health through Animal - Assisted Therapy. The chimo project . Alberta Canada 2003.
10. Riede D. The relationship between man and horse with reference to medicine throughout the ages. People, Animal, environment .1987;5(2):26-28.
11. Trivedi, L., & Perl, J. Animal facilitated counseling in the elementary school: A literature review and practical considerations. Elementary School Guidance & Counseling,.1995;29 (3), 223- 233.
12. Nightingale, F. Notes on nursing: What it is, and what it is not. New York: Dover, 1969. P.103
13. Levinson, B.M. Pet-Oriented Child Psychotherapy. Charles C. Thomas, Springfield, U.S.A, Illinois 1969 .
14. Pet partners . What are Animal-Assisted Activities/ Therapy? [Ανακτήθηκε 30/11/13]. <http://www.petpartners.org/document.doc?id=1102> .
15. Cole K, Gawlinski A, Steers N, Kotlerman J. Animal-assisted therapy in patients hospitalized with heart failure. Am J Crit Care. 2007; 16(6).P 575-585.

16. Matuszek S. Features Animal-Facilitated Therapy in Various Patient Populations. Systematic Literature Review. *Holistic nursing practice* • July/August 2010.p 187- 203.
17. Bernabei V, De Ronchi D, La Ferla T, Moretti F, Tonelli L, Ferrari B, Forlani M, Atti A. Animal-assisted interventions for elderly patients affected by dementia or psychiatric disorders: A review. *J Psychiatr Res.* 2013; 47(6) p 762-773.
18. Braun C, Stangler T, Narveson J, Pettingell S. Animal-assisted therapy as a pain relief intervention for children. *Complementary Therapies in Clinical Practice.*2009;15.p 105–109.
19. Kovacs Z, Kis R, Rozsa S, Rozsa L. Animal-assisted therapy for middle-aged schizophrenic patients living in a social institution. A pilot study *Clin Rehabil.*2004;18 p 483- 486.
20. Bradley T. Klontz B, Bivens A, Leinart D, Klontz T .The Effectiveness of Equine-Assisted Experiential Therapy: Results of an Open Clinical . *Society and Animals* 2007; 15 p 257-267.
21. Berget B, Ekeberg C, O Braastad B. 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* 2008; 4(9). P 1-7.
22. Schenk R, Pollatos O, Schenk S, Schandry R. Animal-assisted therapy with dolphins in eating disorders.2009. Available from the website: <http://epub.ub.uni-muenchen.de/9507/> (Accessed 28 October 2013) The pdf subfile is: manuskript_pollatis_schandry_schenk.18.02.Rainer.pdf.
23. Hoffmann M, Lee H, Wertenaue, F, Ricken R, Jansen J, Gallinat J, Lang E. . Dog-assisted intervention significantly reduces anxiety in hospitalized patients with major depression. *European Journal of Integrative Medicine.*2009;1(3) p.145-148.
24. Gil V, Roca M, Gonzalez N, Domenec E, Cuca, Escanilla A , Asensio R, Esteban E, Ochoa S, Haro M. Dog-assisted therapy in the treatment of chronic schizophrenia inpatients *Anthrozoos.* 2009; 22 (2) p149-160.
25. Lang U , Jansen J, Wertenaue F, Gallinat J, Rapp M. Reduced anxiety during dog assisted interviews in acute schizophrenic patients. *European Journal of Integrative Medicine* 2010; 2 p 123-127 .
26. Nepps P , Stewart C, Bruckno S. Animal-assisted therapy: Effects on stress, mood, and pain. *Journal of Lancaster General Hospital,*2011; 6(2), p 56-59.
27. Nurenberg, J.R., Schleifer, S., Madara, B., Yellin, M., Desai, P., Shaffer, T., & Allen, A. Equine assisted psychotherapy for patients with severe chronic psychiatric disorders. Presentation at the annual meeting of the American Psychiatric Association, Honolulu, Hawaii.2011.
28. Pedersen I. Farm animal-assisted intervention for people with clinical depression *Anthrozoos.*2012; 25(2) , p. 149-160.

29. Odendaal JS, Meintjes RA. Neurophysiological correlates of affiliative behaviour between humans and dogs. *Vet J*;2003;165:296-301.
30. Curran KA, Miller J. "Guidelines for Animal-Assisted Interventions in Health Care Facilities". *Am J Infect Control*.2009;37(3):257-8.

REVIEW

Animal assisted therapy for psychiatric patients: A systematic review.

Fradelos Evangelos

RN, Third Psychiatric Department, State Mental Hospital of Attica "Daphni", Athens, Greece.

ABSTRACT

Now days among other technics for the treatment of psychiatric disorders, a complementary therapy "animal assisted therapy" or "pet therapy" seem to gaining ground. Dogs, cats, horses or even farm animals can be used as a therapeutic mean. The purpose of this systematic review is the recording and promotion of contact with animals as a complementary therapeutic agent in psychiatric patients and the benefits they can bring to patients from this contact. Material - Method: A systematic review of the literature was contacted for this study. Conclusions: The benefits of this complementary therapeutic approach are diverse and cover physical, social and psychological benefits for the patients. Such kind of intervention can reduces levels of fear, sadness and psychological distress. Moreover can promote psychological well-being, improves self-esteem and helps treat various stressful situations.

Keywords: animal assisted therapy, Psychiatric disorders, psychiatric patients

Citation

V. Kechagias, T. B. Grivas. Selective serotonin reuptake inhibitors and Osteoporosis. *Scientific Chronicles* 2014;19(2): 112-117.