

Založila Ilona Manolevská s přáteli

4/2014

Cena 27 Kč, SR 1,30 €
Pro předplatitele 24,50 Kč

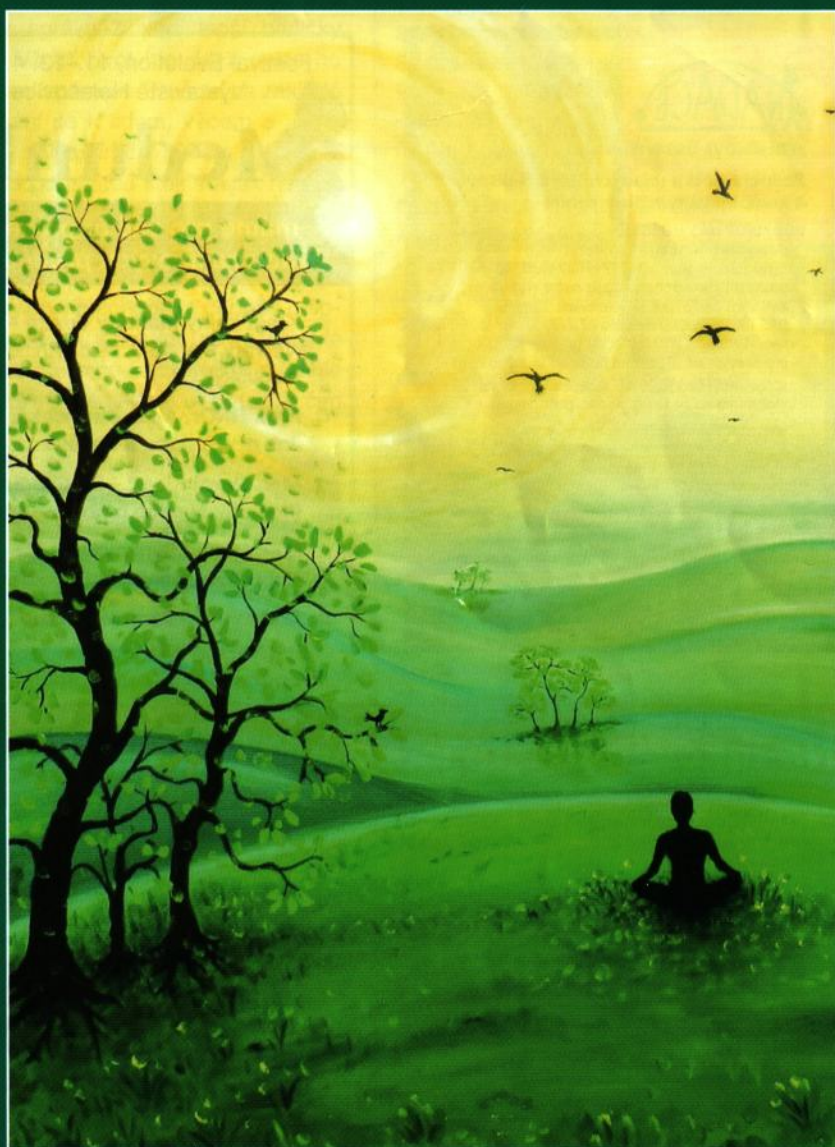
Meduňka

Alternativní cesty ke zdraví

Meduňka poradí
Meduňka pohladí
Meduňka potěší
na těle i na duši



„Akupunktura a homeopatie fungují u zvířat stejně jako u lidí a výsledky jsou opravdu výborné,“ tvrdí zvěrolékařka ze Státnic u Prahy MVDr. Eva Černochová.



Pomáháme si navzájem – zvířátka doma



Pro řadu lidí, a dětí obzvláště, je mnohem jednodušší prožívat pozitivní emoce a vztah s mnoha jeho komponentami vůči zvířeti než vůči jiným lidem. Je to bezpečnější, a tudíž snazší.

Co na to medicína?

Můžeme přidat ještě střípky výzkumů z medicíny: Vědecký výzkum představený v Glasgow na 10. mezinárodní konferenci o vztahu člověka a zvířete prokázal, že děti, které mají doma kočku nebo psa, chodí méně k lékaři a mají mnohem méně absencí ve škole z důvodu nemoci než ty, které doma zvířata nechovají. Podle jiných výzkumů se zase dozvídáme, že děti, které vyrůstají se čtyřnohým přítelem, jen zřídka trpí alergiemi, astmatem a ekzémy. Podle expertů z Institutu epidemiologie při Heimboltzově centru v Mnichově psi skutečně posilují imunitu dětí.

J. Heinrich sledoval ve svém výzkumu tři tisíce dětí, jejichž zdraví bylo monitorováno od narození až do věku šesti let. Jejich krevní testy pak prokázaly, že děti, které žijí v domácnosti se psem, jsou méně ohroženy vznikem přecitlivělosti vůči pylům a dalším vdechovaným alergenům vyvolávajícím astma, alergické záněty nosohltanu a ekzémy. Důvodem je to, že je imunitní systém již od útlého věku stimulovaný a posilovaný právě přítomností psa, a tak se stává odolnějším vůči vzniku alergií.

Existují rizika?

Jedno z rizik tkví určitě v přirozeném napodobování. Pokud mají rodiče ke zvířatům negativní vztah, může se přenášet i na vztah dítěte ke zvířatům (čím mladší dítě je, tím výrazněji tento model funguje). Dalším případným rizikem se může stát situace, kdy úmrtí nebo vážné poškození zdraví domácího zvířete může dítě prožívat jako svou chybu a žal ze ztráty jej může velmi dlouho provázet a vést v extrému i k depresivnímu prožívání životní reality. Určité riziko spočívá i v neschopnosti rodičů odhadnout možnosti a limity dětí ve vztahu k jejich věku a osobnostním charakteristikám.

Pokud bychom měli vše shrnout, zdá se opravdu škoda neumožnit svým dětem, aby mohly svůj vývoj obohatit o zkušenosti ze vztahu se zvířaty. Pamatujme si ale, zodpovědnost za zvíře leží v důsledku stále na nás dospělých a na našem vztahu s naším zvířecím členem rodiny. Více se o tomto tématu můžete dozvědět na www.aovz.cz, což jsou stránky Asociace zastánců odpovědného vztahu k malým zvířatům. Nabízejí poradnu i vzdělávací programy.



2. Canisterapie – léčba psí láskou



Ivana Vaňková,
canisterapeutka

Už před lety jsem četla zajímavý článek o canisterapii. Tenkrát mě velmi zaujal, ale ještě jsem netušila, že i já se do tohoto způsobu léčby v budoucnu zapojím. Canisterapie je skutečně léčba psí láskou a tým ve složení psovod a pes mohou pacientům hodně pomoci.

O co jde?

Často se mluví o polohování u ležících pacientů, ovšem příliš často se neprovádí, protože přitom musí být přítomen odborný personál. Jak už bylo zmíněno, při canisterapii navštěvuje tým ve složení psovod a pes pacienty v zařízení (domov důchodců, dětský domov, nemocnice) nebo u nich doma.

Předem je samozřejmě vhodné domluvit se na tom, co se od týmu očekává. Léčba psí láskou může mít různé podoby, jako je třeba „obyčejné“ pomazlení se psem, které navodí příjemnou atmosféru a klienta potěší, může jít o ukázkou výcviku psa a předvedení speciálních cviků, které pes umí (jako je např. podávání předmětů), pes může být nápomocen při odbourávání strachu ze psů, např. u dětí, ale canisterapie znamená třeba i přednášky ve školách a školkách, při nichž se děti dozvědí, jak se psem komunikovat a jak se chovat v přítomnosti cizích psů. U určité skupiny klientů může působení psa přispět k jejich uvolnění a umožnit následnou další terapii.

Osvěta bohužel spíše chybí, proto si většinou tým svůj program připravuje sám a většina úsilí leží na něm. Ke canisterapii zcela neoddelitelně patří účast jak psa,

tak psovoda. Nestačí vypustit psa mezi stařečky v domově důchodců či děti v dětském domově a očekávat, že se zabaví sami. S každým je třeba promluvit, zapamatovat si jeho jméno, vědět, o čem jste si s ním už povídali, co ho těší, co ho trápí, jestli se vašeho psa bojí, a podle toho vymýšlet a vytvářet situace, které budou klientovi příjemné. Canisterapie má prostřednictvím psí lásky především otevřít srdce všech zúčastněných, pomoci odstranit zábrany v komunikaci, vzbudit zájem, zahnat apatii, zpříjemnit pobyt klientů v zařízení, mnohdy jim stanovit záchytný bod, na který se pak celý zbytek týdne těší. A to opravdu není málo.

Vlastní zkušenost

Já provádím canisterapii s chodskými psy, což je české národní plemeno ovčáckého typu. Jde o středního psa s delší či dlouhou srstí černé barvy se žlutým pálením. Vyznačuje se temperamentní povahou bez známek nervozity. K členům rodiny, zejména k dětem, je velmi přítulný. Je výborným hlídacím, ochranným a doprovodným psem a je schopen náročného výcviku. Díky vynikajícímu čichu může být s úspěchem nasazen při záchranářských akcích a při vyhledávání osob v lavinách, dobrou ovladatelnost lze využít i např. při slepeckém výcviku. Projevuje rovněž vlohly pro střežení stád a práci v záprahu.

Teď mám doma „chodáčky“ tři a canisterapeutické zkoušky mají dva – Aisha od Minurky a Arny z Malého údolí, který se podle mého názoru již canisterapeutem narodil. Odmalička byl velmi kontaktní, jemný a ohleduplný. Arny složil canisterapeutické zkoušky u sdružení Pomocné tlapy a také u sdružení Pes A Člověk (PAC), pod jejichž hlavičkou nyní aktivně

vykonáváme dobrovolnickou canisterapeutickou činnost v dětském domově. Na terapie docházíme 1x týdně na hodinu. Děti Arnyho milují a on miluje je, a všichni si z terapie mnoho odnášíme. Radost v dětských očích z toho, že si mohou pomazlit takového medvěda, že ho můžou vodit na vodítku a on je poslouchá a trpělivě s nimi chodí slalom mezi židlemi, skáče přes taburet, podlézá stoly i je samotné – ta stojí za to!

A zaznamenali jsme i větší úspěchy. Už několikrát Arny pomohl překonat panický strach dítěte ze psů jako takových. Vzpomínám třeba na dívku, která se při první hodině nedokázala k Arnymu ani přiblížit, kdykoli procházel kolem ní, bylo vidět, že se bojí, snažila se vtěsnat mezi židle tak, aby se o ni nemohl ani otřít. Dívka zažila v útlém dětství útok psa, a to v ní zanechalo hlubokou jizvu, která jí znesnadňovala i obyčejnou procházku, protože venčících pejskařů je dnes všude plno. Zažívala strach, i když viděla jít psa na protějším chodníku, bála se, že se k ní pes bezdůvodně rozběhne a pokouše ji. Na procházkách, cestou do školy nebo do obchodu místo potěšení z přírody vyhlížela, za kterým rohem může být pes. Arny si postupně získal její důvěru, i když to nějakou dobu trvalo. Začala mu nejprve házet pamlsky, pak si troufla vodit ho na vodítku, pokud jsem šla mezi ní a Arnym, a jednou, zčistajasna, když Arny kolem ní procházel, rychle natáhla

ruku a pohladila ho... ledy se prolomily, Arny okamžitě poznal, co je třeba udělat, lehl si jí k nohám a hlavou jí jemně strčil do ruky.

Dalšímu silně introvertnímu chlapci pomohl pochopit, jak důležité a příjemné jsou vzájemné dotyky, pohazení nebo třeba jen podání ruky. Chlapec měl problémy s kontaktem s ostatními lidmi, ačkoli po kontaktu prahl, dlouhodobě se mu nedařilo ho navazovat. Právě Arny byl „pomocným schůdkem“ nebo jakýmsi mezičlánkem, který pomohl. I proto, že sám Arny chlapce vyhledal a kontakt s ním si jaksi vyžádal – bez ptaní mu olízl ruku, strčil hlavu na klín, prostě se s ním pomazlil.

I když je Arny na konci terapie unavený, vždy se těší, když znovu přijde „naš čtvrtek“. Už když dojíždíme k ústavu, zvědavě vykukuje okýnkem a vrtí se, k brance mne skoro táhne, a když ho v areálu odepnu z vodítka, neomylně namíří k těm správným dveřím.

Výcvik psa pro canisterapii

Možná vás zajímá, jak se takový pes dá vycvičit. Výcvik je samozřejmě třeba, nutná je základní poslušnost (např. přivolání, spořádaná chůze na vodítku). Ale psem-canisterapeutem se musí pes narodit. Nejdůležitější je povaha, jak snáší kontakt s cizími lidmi, musí mít klidné reakce, pokud ho klient např. obejmě, nechtěně

mu způsobí nějaký nepříjemný vjem (zatahání při vyčesávání, zakopnutí o psa, šlápnutí – to vše se může nechtěně stát, a pes to musí ustát v klidu), neměl by mu vadit křik (výkřiky), cizí pachy (ani nemocniční), měl by v pohodě snášet pohyb mezi vozíčkáři, částečně imobilními lidmi (o berlích), mezi lidmi s mentálním handicapem... To vše může psovod upevnit během výchovy ve šteněcím období, ale je třeba, aby pes měl vhodnou povahu a předpoklady, které psovod rozvine. Jak už jsem zmínila, sama mám tři psy, vychovávala jsem je víceméně stejně, o canisterapii jsem tehdy ještě neuvažovala. Přesto jen dva jsou schopni canisterapii aktivně vykonávat a pouze jeden z nich by měl vlohy pro asistenční výcvik. Třetí fenka je výborná na výcvik poslušnosti i dogdancingu, lehce se učí, je nekonfliktní, umí se maximálně soustředit, ráda se mazlí, ale kontakt s cizími lidmi jí nedělá radost, nevyhledává je (snad jen s výjimkou, kdyby jí chtěli házet předměty na aportování). To samozřejmě k úspěšné canisterapii nestačí.

Mám radost, že můj Arny má pro tento typ terapie předpoklady a že ho tato činnost tolik baví, a těší mne, že děláme radost dětem, které zatím neměly v životě tak docela štěstí. Arny má radost z toho, že si s dětmi může hrát, raduje se i z pamlsků, které si od dětí jemně bere. Canisterapie tedy nám všem přináší radost, a dokud nás všechny bude těšit, chtěli bychom v ní pokračovat.

3. Kočka jako lék aneb co víme o felinoterapii



Mgr. Stanislava Marešová,
publicistka

V dalších řádcích se budeme zabývat léčebným kontaktem mezi člověkem a kočkou.

Je všeobecně známou skutečností, že společnost zvířete působí na člověka většinou pozitivně. Toho lze tedy velmi dobře využít jako určité formy terapie, neboť oblast psychická je s fyzickou spjata velmi úzce. Kromě exaktně měřitelných výsledků, jako je pokles krevního tlaku, zpomalení srdečního rytmu, zklidnění a prohloubení dýchání či uvolnění spasmu, je třeba zdůraznit jen těžko přesně vyjádřitelnou pomoc psychologickou a duševní.

Pro zooterapii se využívají zvířata pečlivě vybíraná podle živočišného druhu i povahy jedince, ale vždy jde o taková, jimž je kontakt s člověkem příjemný. Nejčastěji to jsou psi nebo koně, ale velice prospěšná je přítomnost jakéhokoliv

zvířete, třeba i fretky, králíka, křečka, papouška či rybiček v akváriu. Vhodná zvířata jsou schopna ovlivňovat všechny psychomotorické vývojové oblasti člověka: emočně sociální (vztahy, chování), oblast kognitivní (poznávání, učení), tělesnou (pohyby, koordinace) i oblast řečovou (stimulace svalů, rozvoj slovní zásoby).

Felinoterapie – uzdravující vliv kontaktu člověka s kočkou

Felinoterapie je definována jako psychosociální a rehabilitační metoda podpory zdraví využívající pozitivního působení kontaktu člověka s kočkou. Má buď podobu cílenou, jejíž výsledky jsou objektivně posouditelné, nebo relaxační, jejímž výstupem je zklidnění a navození vyrovnanosti a pohody. Může probíhat formou pasivní terapie, kdy již pouhá přítomnost kočky odbourává pocit samoty, anebo interaktivní, při níž je o zvíře konkrétně pečováno a člověk za ně cítí zodpověd-



▲ Zrzavá kočka Sára pomáhá při terapiích často a dobrovolně.

nost. Vztah je zde posunut do roviny vzájemného obohacení a sounáležitosti.

Principem felinoterapie je soustavné pozitivní působení kočky, čímž postupně dochází ke zlepšení zdravotního stavu. Pomáhá také korigovat problémové chování, mírní důsledky postižení, a to především formou přijímání sebe jako