

RUH SAĞLIĞININ İYİLEŞTİRİLMESİNDE DESTEK BİR TEDAVİ YAKLAŞIMI: HAYVAN DESTEKLİ TEDAVİ

Sibel CEVİZCİ, Doç. Dr. Ethem ERGİNÖZ, Prof. Dr. Zuhal BALTAŞ

Istanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, İSTANBUL

ÖZET

Hayvan Destekli Tedavi (HDT), kronik hastalığı olan bireylerde yaşam kalitesini desteklemek, ruh sağlığını olumsuz yönde etkileyen bozuklukların tedavi edilmesinde yardımcı olmak amacıyla insan ve hayvan etkileşiminden yararlanılarak uygulanan destek bir tedavi biçimidir. Son yıllarda yapılan çalışmalar, HDT'nin halk sağlığı alanında bireylerin fiziksel, ruhsal ve sosyal tam iyilik hallerinin korunması ve geliştirilmesine yönelik önemli faydaları olduğunu göstermiştir.

Bu derlemenin amacı, ruhsal bozuklukların tedavisinde tamamlayıcı bir yöntem olan HDT'nin yararlarını, uygulama alanlarını gözden geçirmek ve bu konudaki bazı çalışma sonuçları hakkında bilgi vermektir.

Günümüzde sıklıkla HDT'den yararlanan psikiyatrik bozukluklar; yaygın gelişimsel bozukluklar, demans ve Alzheimer hastalığı, yalnızlık duygusu, stres, dep-

resyon, anksiyete, psikolojik rahatsızlıklara bağlı ilaç kullanımı, afazi ve şizofrenidir. HDT, önerilen kılavuzlara uygun olarak uzman bir ekip eşliğinde uygulandığı takdirde, psikiyatrik hastalıkların tedavilerinde ve terapi seanslarında pratikte çoğu kez karşılaşılan güçlükleri azaltabilmekte; böylece bireylerin ruh sağlığı üzerinde önemli iyileşmeler sağlamaktadır. Türkiye'de bu konuda yapılmış bir araştırma mevcut değildir. Halk sağlığına yönelik olarak bu tedavinin kullanılması için faydalarının doğru değerlendirilmesi, psikiyatrik hastalıklara uygun yöntemlerin seçilmesi önemlidir.

Sonuç olarak, HDT'nin Türkiye'de de ruhsal bozuklukların tedavisinde özellikle yaşam kalitesinin iyileştirilmesinde bir destek yöntemi olarak değerlendirilebileceği düşünülmektedir.

• **Anahtar Kelimeler:** Hayvan destekli tedavi, ruh sağlığı, yaşam kalitesi, halk sağlığı. *Nobel Med* 2009; 5(1): 4-9

ABSTRACT

AN ASSISTED THERAPY CONCEPT FOR IMPROVING OF MENTAL HEALTH: ANIMAL ASSISTED THERAPY

Animal Assisted Therapy (AAT) is a complementary intervention method using the advantages of human and animal interaction in order to support quality of life in patients with chronic disease and to help in the treatment of the diseases which have negatively impact on mental health. In recent years, studies have shown that AAT has important benefits for protection and development of physical, mental and social health state of individual in public health area. The aim of this review is to survey benefits and application ranges of AAT in treatment of mental disorders and also to present some information about the results of these investigations. Nowadays, AAT most widely used in the treatment of some psychiatric

disturbances including pervasive developmental disorders, dementia and Alzheimer disease, loneliness, stress, depression, anxiety, drug usage caused by psychiatric diseases, aphasia and schizophrenia. If an AAT has been performed by expert team according to suggested guidelines, it has been shown to ease some difficulties encountered during treatment of psychiatric diseases and so therapy session times could be diminished. Thus, AAT has provided considering improvements on mental health of individuals. To date, there has not been any study performed in this field in Turkey. It is quite important to evaluate the benefits of this therapy accurately and to select various methods consistent with public health. As a summary, we believe that AAT should be considered as a adjunctive therapy method for improving quality of life during treatment of some mental diseases.

• **Key Words:** Animal assisted therapy, mental health, quality of life, public health. *Nobel Med* 2009; 5(1): 4-9

GİRİŞ

Hayvan Destekli Tedavi (HDT), Animal-Assisted Therapy (AAT), Pet Therapy, son birkaç yılda tüm dünyada artarak desteklenmekte ve uygulamalarında çeşitli zorluklarla karşılaşılan bazı terapilerde tamamlayıcı, destekleyici bir yöntem olarak yaşam kalitesinin ve sağlığın iyileştirilmesinde giderek tercih edilmektedir.¹⁻⁴ HDT, kronik bir hastalığı olup, uzun süre hospitalizasyona ihtiyaç duyan hastaların rehabilitasyonunu ve tedavilerini kolaylaştırmak için kullanılan, önemli yararlarla sahip yeni bir müdahale programıdır.⁵

Refakatçi hayvanların tedavideki önemini Florence Nightingale şöyle tanımlamıştır: "Özellikle kronik hastalıkların tedavi ve rehabilitasyonunda küçük bir ev hayvanı (pet), hastalar için çoğunlukla mükemmel bir arkadaştır".^{6, 7} İnsanoğlu, eski çağlardan günümüze kadar hayvanlarla etkileşim içinde olmuş, onların eşliğinden yaşamın her alanında olduğu gibi tedavi amaçlı da yararlanmış. Günümüzde ise bu etkileşim giderek artan bir bilimsel zemine kavuşmakta ve etkinliği kanıtlanmaktadır.⁸

Ruh sağlığı rehabilitasyon merkezleri sıklıkla farklı tıbbi ve psikiyatrik rahatsızlıkları bir arada yaşayan hastalarla karşı karşıya kalmaktadır. İlaç ve psikoterapi yöntemlerinin yanı sıra, hayvan destekli tedavi gibi destekleyici, tamamlayıcı uygulamalar da günümüzde tıbbi tedavilerle birlikte kullanılmaya başlanmıştır. Hayvan destekli tedavinin hastanın hareket özgürlüğünün yeniden kazandırılmasında ve korunmasında tedavi edici etkileri olduğu bildirilmiştir.⁹ HDT'lerin

hastaya, hastalığa ve tedavi yöntemine göre geliştirilecek kılavuzlar eşliğinde uygulanmasının olumlu sonuçları artıracağı vurgulanmıştır.¹⁰ Gelişmekte olan ve kanıt dayalı müdahaleleri içeren hasta bakım yöntemleri, pratikte devam eden güçlüklerle karşı karşıyadır. Bu yöntemlere rutin tedavilerle birlikte uygulanabilecek tamamlayıcı ve destekleyici tedavilerin dahil edilmesi, bireylerin fiziksel, sosyal ve ruhsal tam iyilik durumlarının kazandırılmasında ve bu iyilik hallerinin korunmasında son derece faydalı olmaktadır. HDT, yaşam kalitesini geliştiren ve sağlığa olumlu yararları olan destekleyici bir tedavi yöntemi olarak kabul edilmektedir.⁴

İNSAN - HAYVAN ETKİLEŞİMİ VE HDT

Hayvan beslemenin, hayvan ile insan arasındaki etkileşimin incelendiği çalışmalar, farklı hasta popülasyonlarında değerlendirilmiştir.^{11, 12} 2000'li yıllara ait çalışmalarda en dikkat çekici noktanın, hayvan destekli tedavilerin belirli hastalıklara yönelik uygulandığı ve insan hayvan etkileşiminin sonuçlarının değerlendirilmesi olduğu görülmektedir. Tablo'da da görüldüğü gibi dünyada geniş bir alanda HDT uygulanmaktadır. Bu konudaki araştırmalara bakıldığında ruh sağlığının iyileştirilmesi konusundaki çalışmaların oldukça geniş yer tuttuğu görülmektedir. Hayvan destekli tedavinin afazi gibi konuşma bozukluğu olan bireylerde, şizofreni ve Alzheimer hastalarında da etkili olduğu gösterilmiştir.¹⁷⁻²¹ Hayvanlar ile insanlar arasındaki bu etkileşim, yeni bir tedavi ortamı oluşturarak anksiyete, stres, depresyon, ağrı ve kan basıncı düzeylerinde azalma, buna karşılık mobilite ve kas aktivitesinde

→ **RUH SAĞLIĞININ İYİLEŞTİRİLMESİNDE DESTEK BİR TEDAVİ YAKLAŞIMI: HAYVAN DESTEKLİ TEDAVİ**

artma sağlar. Bu tedavi, evde beslenen özellikle de eğitilmiş evcil hayvanlarla yapılabilmektedir. Köpekler eğitilebilmeleri ve sosyal becerileri nedeniyle en sık kullanılan terapi hayvanlarıdır.⁵ Köpekler, bireylerin yaşları veya fiziksel işlevsellikleri ile ilgilenmezler; insanları oldukları gibi kabul ederler. HDT sadece hastaları değil, aynı zamanda terapide bulunacak hasta yakınlarını, görevli sağlık personelini ve terapi hayvanını da kapsadığı için tüm katılımcıların özellikleri, genel sağlık durumları göz önüne alınarak dikkatle uygulanması gereken bir yöntemdir.²² HDT'nin psikiyatrik hastalıklarda olduğu gibi psikiyatride çalışan sağlık personelinde de olumlu sonuçlar oluşturduğunu gösteren çalışmalar vardır.²³

RUHSAL BOZUKLUKLARIN TEDAVİSİNDE HAYVAN DESTEKLİ TEDAVİ

Yaygın Gelişimsel Bozukluklar

Erken çocukluk döneminde ortaya çıkan sosyal becerilerin, dilin ve davranışların uygun gelişmediği veya kaybın olduğu bir grup psikiyatrik bozukluk olarak tanımlanmıştır. Bu bozukluklar genellikle gelişimin birçok alanını etkileyerek, kalıcı işlev bozukluklarına yol açarlar.²⁴ HDT, çocukların şiddetli mental bozukluklarının ve davranışlarının iyileştirilmesi için de kullanılan bir yöntemdir.²³

Martin ve Farnum, yaptıkları deneysel çalışmada yaygın gelişimsel bozukluğu olan çocuklarda köpek ile etkileşimin kantitatif sonuçlarını değerlendirmişlerdir.²⁵ Yapılan çalışmada terapi süresince çocuklara oynayabilecekleri üç farklı seçenek sunulmuştur. Bunlar, oyuncak bir top, oyuncak bir köpek veya canlı bir köpektir. Çocuğun yalnızca bir tanesini seçerek onunla ilişki kurması sağlanmıştır. Çalışmada sosyal ve sosyal olmayan etkileşimler, hem davranışsal hem de sözel boyutlarına göre değerlendirilmiştir. Üç ayrı iletişim modeli ile sürdürülen seanslarda terapi köpeği ile etkileşimde bulunan çocukların, oyun oynama isteklerinin ve sosyal çevrelerine olan farkındalıklarının arttığı gözlenmiştir.²⁵ Bu hasta popülasyonunda terapi köpeği ile etkileşimin spesifik faydaları olduğu ve HDT'nin uygun bir tedavi yöntemi olabileceği önerilmektedir.

Rett sendromu ve otistik bozukluk yaygın gelişimsel bozukluklar olup, günlük yaşamın her aşamasında hastaları zorlayan güçlüklerle karakterizedirler.^{24, 26} Bu hastalıkların henüz bir tedavisi olmadığı için, hasta yakınları çocuklarının yaşam kalitesini ve sağlık durumlarını iyileştirecek farklı yöntemler aramaktadırlar. Bu amaçla kullanılan "yunus terapisi" ve "köpek destekli tedavi" en fazla tercih edilen hayvan destekli tedavi modelleridir.²⁷

Tablo: Psikiyatride ve tıbbi müdahalelerde hayvan destekli tedavinin uygulandığı hastalıklar^{8, 11, 13-16, 30-35}

Stres, anksiyete, depresyon
Özgüven eksikliği
İletişim bozukluğu
İyileşme için gerekli motivasyon eksikliği
Operasyonu takiben gelişen şiddetli ağrı
Şizofreni
Otizm, Rett sendromu, Down sendromu gibi yaygın gelişimsel bozukluklar
Demans, Alzheimer hastalığı
Yalnızlık duygusu
Afazi gibi konuşma bozuklukları
Kanserde psikolojik destek
Zayıf ya da gelişmemiş sosyalleşme
Davranış bozuklukları
Kemoterapi gibi tedavilerde psikolojik destek
Çocuklarda serebral paralizi
Çocuk nevrozları
Çevreye uyum sağlama zorlukları
Şiddetli psikolojik ve kompleks travmalar
Sefalji (baş ağrıları)
Kronik yorgunluk sendromu
Gecikmiş psikik gelişim
Hastalıkların iyileşme dönemi
Arteriyel hipertansiyon, kardiyopatiler
Kronik kas-sinir sistemi hastalıkları
Farklı motor bozuklukların tedavisi ve rehabilitasyonu
Yaşam kalitesini olumsuz etkileyen kronik hastalıklar

Yalnızlık Duygusu

Evcil hayvanlar, boşanma vb. pek çok durumlarda bireylerin huzurlu olmalarını ve yalnızlık duygusunun azalmasını sağlarlar.²⁸ HDT'nin uzun süre tedaviye ihtiyaç duyan ve hospitalize edilen hastalarda yalnızlık duygusunu objektif olarak nasıl etkilediği araştırılmıştır. Kırk beş hastaya demografik özelliklerini belirleyen ve evde beslenebilen bir hayvan ile ilişkisini inceleyen anketler uygulanmıştır. Çalışmada yalnızlık düzeyinin belirlenmesi için UCLA-Yalnızlık Ölçeği (University of California, Los Angeles-Loneliness Scale: UCLA-LS)'nin 3. versiyonu kullanılmıştır. Hastalar, her bir grupta 15 hasta yer alacak şekilde ayrılmış; HDT uygulanmayan, haftada bir HDT uygulanan ve haftada üç kez HDT uygulanan olmak üzere üç farklı gruba randomize edilmiştir. Üç farklı tedavi yöntemiyle sürdürülen bu çalışma altı hafta sürmüştür. Altı hafta sonunda UCLA-Yalnızlık Ölçeği ile yeniden değerlendirilmiştir. Ortak değişken analizi yöntemiyle HDT alan grubun, HDT uygulanmayan gruba kıyasla yalnızlık puanlarında önemli düzeyde azalma olduğu tespit edilmiştir. HDT alma isteğinin evvelki yaşam- →

larında hayvan besleme ile ilişkili olduğu gözlenmiştir.

Anket sonuçları, çalışmada gönüllü olan hastaların yaşamlarının önceki dönemlerinde bir ev hayvanı ile güçlü etkileşimlere sahip olduğunu ve tekrar bir hayvan beslemeyi istediklerini göstermiştir. Sonuç olarak, HDT uzun süre hospitalizasyona ihtiyacı olan hastalarda yalnızlık hissini azaltmıştır.²⁹

Cangelosi ve Embrey, hayvanların hem hastanede hem de sağlık bakım evlerinde yaşayan insanlara 'kendilerini evlerinde hissetme' duygusunu yaşattığını belirtmiştir.²² Aileden ayrılma, korku, yalnızlık, depresyon ve benzeri hastalık durumlarının hastaları ziyarete gelen bir terapi köpeği ile azalabildiği, bu yöntemin rutin uygulamalara olumlu yansdığı bildirilmiştir. Öyle ki, bazı hastalar bu ziyaretlerin tekrarını sabırsızlıkla beklemeye başlamıştır. Ziyaretler sırasında ve sonrasında hastaların devam eden tedavilerine daha aktif, daha katılımcı oldukları gözlenmiştir.

Stres ve Depresyon

Kemoterapi alan hastalarda HDT uygulanan ve uygulanmayan tedavi grupları kıyaslandığında depresyon düzeylerinde azalma olduğu bildirilmiştir.¹ Kanser tedavisi için uzun süre hastanede kalan çocuklar yoğun bir strese maruz kalmaktadır. Ailelerinden ve yaşam ortamlarından ayrılmalarının yanı sıra, şiddetli ağrıya da neden olabilen çeşitli müdahalelerle karşı karşıya kalırlar.³⁰ Özellikle pediatri kliniğinde tedavi gören bu çocuklarda HDT'nin olumlu sonuçlar verdiği birkaç çalışmada gösterilmiştir.³⁰⁻³²

Gözlemsel-tanımlayıcı bir epidemiyolojik araştırmada, kanserli çocuklarda "hastane temelli hayvan terapisi programının" uygulanmasının çocuklar, aileler ve görevli sağlık personeli üzerindeki etkileri değerlendirilmiştir.³² Köpek destekli tedavi yöntemlerinin çocuklar ve hasta yakınları üzerindeki psikolojik stresi azalttığı, tedavi uygulamalarına adaptasyonu kolaylaştırdığı ve hastanedeyken iyi olmalarını sağladığı bilinmektedir.

Çocukların adaptasyonunu kolaylaştırmasının yanında, özellikle her bir çocuğun ihtiyacı doğrultusunda sunulacak tedavi (dinlenmenin sağlanması, daha iyi beslenme, fiziksel aktivite, sosyalleşme, yeni aktivitelere katılma, korkuların ve endişelerin sözlü ifade edilebilmesi, sinirlilik halinde azalma, daha fazla mutluluk hali, vb.) kalitesinde de iyileşme sağladığı gösterilmiştir. HDT'nin etkili şekilde kullanımı, hospitalize edilen çocuklar, aileler ve görevli sağlık personeli üzerindeki stresin azalmasına da yardımcı olmaktadır.³¹⁻³² Bir başka çalışmada saldırı ve bunu izleyen kafa yaralanmasını takiben gelişen atipik depresyonun iyileştirilmesi için psikiyatrik bir rehabilitasyon aracı olarak HDT'nin

kullanılabileceği gösterilmiştir.⁹

Stres, iş doyumunu olumsuz yönde etkileyerek mesleki tükenmişliğe de neden olabilmektedir. İşe ilişkin stres, tükenme özellikle insanlara doğrudan hizmet veren hekimlik, polislik, hemşirelik, psikolojik danışmanlık, öğretmenlik ve tıbbi mümessillik gibi mesleklerde sıklıkla görülebilmektedir.³³ İş ortamlarında imkanlar dahilinde hayvan destekli uygulamalardan yararlanılarak iş stresi azaltulabilir. Kapalı çalışma ortamlarında uygun mekanlara yerleştirilecek akvaryumlar, kısa süreli molalarda bireylerin iş ortamından uzaklaşmasını sağlayarak bireyin sağlığını ve iş verimini olumsuz yönde etkileyen iş stresini azaltabilir.

Psikolojik Rahatsızlıklara Bağlı İlaç Kullanımı

Uzun süre psikolojik tedavi gören bireylerde uygulanan hayvan destekli tedavinin sosyal etkileşimlerin gelişmesine yardımcı olduğu bildirilmiştir.³⁴ Lust ve arkadaşları, psikolojik rahatsızlıkları nedeniyle üç farklı ilaç tedavisi uygulanan 58 hastada terapi köpeği desteğinin hastanın ilaç kullanımı ve yaşam kalitesi üzerine etkilerini incelemiştir.³⁵ Kan basıncı, nabız, solunum hızı ve vücut ağırlığı gibi fizyolojik parametrelere bakarak, analjezik, psikoaktif ilaçlar ve laksatif kullanımında meydana gelen değişimleri değerlendirilmiştir. Çalışma sonunda, bu üç farklı ilaç sınıfından birisi olan analjezik kullanımında ve fizyolojik parametrelere nabızda azalma gözlenmiştir. Çalışmaya dahil edilen bireylerin yaşam kalitesinde de olumlu gelişmelerin olduğu bildirilmiştir. Sonuç olarak, uzun süre tedavi uygulanması gereken hastalara sağlanan HDT'nin belirli durumlarda ilaç kullanımını ve maliyeti azalttığı tespit edilmiştir. İlaç tedavisi ile birlikte uygulanan HDT, hastada ölçülebilir iyileşmeler sağlamıştır.³⁵

Ayrıca, psikiyatri hastalarında HDT'nin elektrokonvulsif tedavi öncesinde korku, anksiyete ve depresyon gibi duygudurumlarında azalma sağlayıp sağlamadığı araştırılmıştır. 35 hastaya farklı günlerde 15'er dakika HDT ve karşılaştırma grubuna da 15'er dakika standart terapi uygulanmıştır. Her iki tedavi öncesinde ve sonrasında Görsel Ağrı Ölçeği (Visual Analog Scale, VAS) ile korku, anksiyete ve depresyon düzeyleri ölçülmüştür. HDT'nin korkuyu %37, anksiyeteyi ise %18 düzeyinde azalttığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak, hayvan destekli tedavinin, korkuyu veya sosyal yönden bir olumsuzluğu tetikleyebilecek psikiyatrik veya tıbbi müdahaleler sırasında kullanılmasının yararlı olabildiği bildirilmiştir.³⁶

Afazi

Afazide HDT'den bahsedilse de konuşma bozukluğu ve iletişim problemi yaşayan bireylerin tedavisinde →

RUH SAĞLIĞININ İYİLEŞTİRİLMESİNDE DESTEK BİR TEDAVİ YAKLAŞIMI: HAYVAN DESTEKLİ TEDAVİ

köpeklerin etkinliğini gösteren az sayıda çalışma mevcuttur. LaFrance ve arkadaşlarının bir çalışmasında, rehabilitasyon uygulamalarında yoğun konuşma tedavisi gören afazili bir hastanın iletişim yetileri üzerinde “köpek destekli tedavinin” etkileri değerlendirilmiştir.¹⁸ Bu çalışmada, köpeğin varlığında hastanın hem sözel sosyal davranışlarında hem de sözel olmayan sosyal davranışlarında iyileşme gözlenmiştir.

Chapey'e göre, afazili bireyler, anksiyete, depresyon, frustrasyon, panik ve diğer duygudurum bozukluklarını yaşayabilirler.³⁷ Bu ani ve şiddetli iletişim yetersizliği, bireylerin terapiye katılmada isteksiz olmalarına ve ailelerinden ya da arkadaşlarından kopmalarına neden olabilir. Ancak, bu bireylere yönelik hayvan destekli tedavinin uygulanması, bireylerin odaklanmasını, iletişimde istekli olmalarını, duygudurumlarının iyileşmesini, yalnızlık hissinde azalmayı ve tedaviye katılmaktan hoşnut olmalarını sağlar.³⁷ Hayvanların hastalıklara göre farklı iletişim yöntemleri kullanmamaları HDT'nin en önemli özelliğidir. Sosyal çevrelerinde insanlar, afazili hastalarla iletişim kurmakta çekingen davranırken, hayvanların iletişim araçlarını (kuyruk sallama, farklı yüz ifadeleri kullanma, mırıldanma, havlama, vb.) eksiksiz olarak kullanmayı sürdürdükleri belirtilmiştir.³⁸

İnme geçiren afazili hastalarla yapılan çalışmalarda terapi seansının bir parçası olarak kullanılan HDT'nin etkili ve motive edici olduğu gösterilmiştir. Macauley, sol hemisferlerinde meydana gelen inme nedeniyle afazi gelişen üç erkek bireyin tedavisinde HDT'nin en az geleneksel tedavi uygulamaları kadar etkili olduğunu bildirmiştir.¹⁷ Çalışmaya dahil edilen bireylerin HDT'nin uygulandığı seanslardan daha fazla memnun olduklarını ve bir sonraki terapiyi sabırsızlıkla beklediklerini saptamıştır. Ayrıca bireyler, HDT'nin yapıldığı seans ortamında geleneksel terapilere kıyasla daha az düzeyde stres yaşamışlardır.

Şizofreni

Birçok mental bozukluğun tedavisinde hastaların açık ve doğru biçimde bilgilendirilmesi, tedavinin sonuçlarını olumlu yönde etkilemektedir. Özellikle şizofreni gibi psikiyatrik rahatsızlıklarda, sağlık personeli ile hasta arasındaki ilişkinin, hastalığın tanımlanmasında ve psikolojik eğitimde kilit bir rol oynadığı bildirilmiştir.³⁹ Kronik şizofreni hastaları ile yapılan bir çalışmada, hayvan destekli tedavinin anhedoniyi iyileştirdiği tespit edilmiştir.¹⁹ Anhedoni, zayıf sosyal işlevsellik ve tedaviye direnç ile ilişkili şizofrenideki ana fenomenlerden biridir. Köpeklerle aktif olarak yapılan bu çalışmada, Hayvan Destekli Tedavi grubunda kontrol grubuna kıyasla anhedoni tonunda anlamlı iyileşme gözlenmiştir. Çalışma sonucunda hayvan destekli te-

davinin kronik şizofreni hastalarının yaşam kalitesine ve psikososyal rehabilitasyonlarına katkıda bulunabileceği bildirilmiştir.¹⁹

Demans ve Alzheimer Hastalığı

Laun, hayvan destekli tedavinin demansı olan bireylerin tedavisi planlanırken düşünülmesi gerektiğini bildirmiştir.⁸ Bir başka çalışmada, demansın negatif semptomlarından biri olan anhedonide de HDT'nin anlamlı iyileşme sağladığı saptanmıştır.¹⁹ Filan ve Llewellyn, 1960 ila 2005 yılları arasında yapılan kontrollü çalışmaları inceleyerek bazı sonuçlara ulaşmıştır.⁴⁰ Bu sistematik meta-analiz sonuçları, HDT'nin, yaşlı bireylerin ikamet ettiği bakım merkezlerindeki tedavi programlarının bir parçası olarak giderek tercih edildiğini göstermektedir. İnsanlar ve köpeklerin oldukça yakın etkileşimleri, kan basıncında düşüşü ve gevşemeyi sağlayan nörokimyasallarda bir artış ile sonuçlanır. Bu etkiler, demansın davranışsal ve psikolojik semptomlarının iyileşmesinde faydalı olabilmektedir. Filan ve Llewellyn, inceledikleri çalışmalarda köpeğin varlığında demanslı bireylerde agresyonun ve ajitasyonun azaldığını, sosyal davranışların arttığını gözlemlemişlerdir. Bu konuda yapılan bir diğer çalışmada, demans hastalarının bulunduğu bakım merkezinde yemekhane ünitesine yerleştirilen akvaryumun, bireylerin yemek yeme isteklerini artırdığı ve kilo almalarını sağladığı tespit edilmiştir.⁴¹ Libin ve Cohen, oyuncak-robot hayvanların demanslı bireyleri mutlu ettiğini ve ilgilerini çektiğini göstermişlerdir.⁴²

Günümüzde yapılan çalışmalarda ise, HDT'nin demansın davranışsal ve psikolojik belirtilerini iyileştirdiği gösterilmiş, ancak bu faydalı etkilerin ne kadar sürdüğü açıklanmamıştır. Richeson, çalışmasında HDT'nin demansı olan yaşlı hastaların ajite davranışları ve sosyal etkileşimleri üzerine olan etkilerini incelemiştir.²¹ Bakım evinde kalan 50 demans hastası 3 hafta boyunca günde bir defa hayvan destekli tedaviye alınmıştır. Çalışma bulguları, hastaların ajite davranışlarının anlamlı düzeyde azaldığını ve test öncesi ölçülen sosyal etkileşimlerinin test sonuna doğru arttığını göstermiştir. Edwards ve Beck'in, Alzheimer hastaları ile yaptıkları bir çalışmada evlerinde yaşayan 62 Alzheimer hastası çalışmaya dahil edilmiştir. Yemek yeme durumlarına ilişkin bilgiler, akvaryum balıklarının da bulunduğu bir ortamda 2 haftalık tedavi süresince ve 6 hafta boyunca haftada bir yapılan izlem sonucu elde edilmiştir. Bulgular, Alzheimer'li hastaların gıda alımlarının akvaryumun varlığında anlamlı düzeyde arttığını ve 6 haftalık izlem boyunca da artarak devam ettiğini göstermiştir. Çalışma boyunca kilo alımı da anlamlı olarak artmıştır. Araştırmacılar, akvaryum balıklarının mevcudiyetinin çevresel koşulları iyileştirdiği ve böylece hastaların duygudurumlarını iyileştirdiği, yemek →

yeme isteğini artırdığı sonucuna ulaşmışlardır.⁴¹ Aynı zamanda, akvaryum balıkları ile birlikte yaşayan hastaların daha az oranda gıdasal bakıma ihtiyaç duyduğunu ve azalan bu ihtiyacın da sağlık hizmetlerindeki maliyeti azalttığını bildirmişlerdir.

SONUÇ

Hayvan ve insan etkileşiminin çağlar boyu süregelen birlikteliğinin sağlığını iyileştirilmesine ve korunmasına olan katkısı gözardı edilemez. Bu gözden geçirmede, birçok psikolojik rahatsızlıkta hayvan destekli tedavinin uygulanmasını anlatan çalışmalardan bazıları incelenmiştir. Bu yeni tedavi alanının halk sağlığı açısından her zaman vurgulanan "bireylerin fiziksel, sosyal ve

ruhsal tam iyilik halleri ve bu iyilik hallerinin giderek geliştirilmesi" hedefine yönelik olduğu gözlenmiştir. Dünya literatüründe HDT'nin sağladığı yararlar pek çok boyutuyla ele alınmasına rağmen Türkiye'de bu çalışmalara paralel araştırmalara rastlanılmamaktadır. HDT, bilimsel temelli bir uzmanlık alanı olarak uygulanmamakta, yalnızca insan ve hayvan etkileşiminin meydana getirdiği olumlu sonuçlara göre çeşitli hizmetler sunulmaktadır. At binme sosyal ve fiziksel işlev bozukluğu olan bireylerin iyileştirilmesinde, yunus terapisi ise otistik çocukların tedavisinde az da olsa kullanılmaktadır. Bu derlemede ele alındığı gibi Türkiye'de de birçok sağlık hizmetinde, hayvan destekli tedavinin yararlarını değerlendirmek için akademik çalışmalara ihtiyaç bulunduğu düşünülmektedir.



İ	İLETİŞİM İÇİN: Sibel Cevizci, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Cerrahpaşa/İSTANBUL cevizci.sibel@gmail.com
✓	GÖNDERİLDİĞİ TARİH: 21 / 12 / 2007 • KABUL TARİHİ: 02 / 03 / 2008

KAYNAKLAR

- Orlandi M, Trangeled K, Mambrini A, et al. Pet therapy effects on oncological day hospital patients undergoing chemotherapy treatment. *Anticancer Res* 2007; 27: 4301-4303.
- Connor K, Miller J. Help from our animal friends. *Nurs Manage* 2000; 31: 42-46.
- Connor K, Miller J. Animal-assisted therapy: an in-depth look. *Dimens Crit* 2000; 19: 20-26.
- Cole KM, Gawlinski A. Animal-assisted therapy: the human-animal bond. *AACN Clin Issues* 2000; 11: 139-149.
- Jofré ML. Animal-assisted therapy in health care facilities. *Rev Chilena Infectol* 2005; 22: 257-263.
- Nightingale F. *Notes on Nursing: What it is, and what it is not*. Dover Publications, 1969, ISBN 048622340X, First Edition, p.103.
- Ormerod EJ, Edney ATB, Foster SJ, et al. Therapeutic applications of the human-companion animal bond. *Veterinary Record* 2005; 157: 689-691.
- Laun L. Benefits of pet therapy in dementia. *Home Nurse* 2003; 21: 49-52.
- Sockalingam S, Li M, Krishnadev U, et al. Use of animal-assisted therapy in the rehabilitation of an assault victim with a concurrent mood disorder. *Issues Ment Health Nurs* 2008; 29: 73-84.
- Hemsworth S, Pizer B. Pet ownership in immunocompromised children-a review of the literature and survey of existing guidelines. *Eur J Oncol Nurs* 2006; 10: 117-127.
- Johnson RA, Meadows RL. Older Latinos, pets, and health. *West J Nurs Res* 2002; 24: 609-620.
- Anderson WP, Reid CM, Jennings GL. Pet ownership and risk factors for cardiovascular disease. *Med J Aust* 1992; 157: 298-301.
- Shore ER, Douglas DK, Riley ML. What's in it for the companion animal? Pet attachment and college students' behaviors toward pets. *J Appl Anim Welf Sci* 2005; 8: 1-11.
- Neidhart L, Boyd R. Companion animal adoption study. *J Appl Anim Welf Sci* 2002; 5: 175-192.
- Wright JD, Kritiz-Silverstein D, Morton DJ, et al. Pet ownership and blood pressure in old age. *Epidemiology* 2007; 18: 613-618.
- Clements PT, Benasutti KM, Carmone A. Support for bereaved owners of pets. *Perspect Psychiatr Care* 2003; 39: 49-54.
- Macaulay BL. Animal-assisted therapy for persons with aphasia: A pilot study. *J Rehabil Res Dev* 2006; 43: 357-366.
- LaFrance C, Garcia LJ, Labreche J. The effect of a therapy dog on the communication skills of an adult with aphasia. *J Commun Disord* 2007; 40: 215-224.
- Nathans-Barel I, Feldman P, Berger B, et al. Animal-assisted therapy ameliorates anhedonia in schizophrenia patients. A controlled pilot study. *Psychother Psychosom* 2005; 74: 31-35.
- Kovács Z, Kis R, Rózsa S, et al. Animal-assisted therapy for middle-aged schizophrenic patients living in a social institution. A pilot study. *Clin Rehabil* 2004; 18: 483-486.
- Richeson NE. Effects of animal-assisted therapy on agitated behaviors and social interactions of older adults with dementia. *Am J Alzheimers Dis Other* 2003; 18: 353-358.
- Cangelosi PR, Embrey CN. The healing power of dogs: Cocoa's story. *J Psychosoc Nurs Ment Health Serv* 2006; 44: 17-20.
- Niksa E. The use of animal-assisted therapy in psychiatric nursing: the story of Timmy and Buddy. *J Psychosoc Nurs Ment Health Serv* 2007; 45: 56-58.
- Türkbay T, Söhmen T. Yaygın Gelişimsel Bozukluklar; Otizm. Erişim 26.02.2008 <http://www.genetikbilimi.com/gen/yaygingelisimlerbozukluk.htm>
- Martin F, Farnum J. Animal-assisted therapy for children with pervasive developmental disorders. *West J Nurs Res* 2002; 24: 657-670.
- Schmid RS, Tsujimoto N, Qu Q, et al. A methyl-CpG-binding protein 2-enhanced green fluorescent protein reporter mouse model provides a new tool for studying the neuronal basis of Rett syndrome. *Neuroreport* 2008; 19: 393-398.
- Lotan M. Alternative therapeutic intervention for individuals with Rett syndrome. *Scientific World* 2007; 7: 698-714.
- Sable P. Pets, attachment, and well-being across the life cycle. *Soc Work* 1995; 40: 334-341.
- Banks MR, Banks WA. The effects of animal-assisted therapy on loneliness in an elderly population in long-term care facilities. *J Gerontol A Biol Sci Med Sci* 2002; 57: M428-32.
- Bouchard F, Landry M, Belles-Isles M, et al. A magical dream: a pilot project in animal-assisted therapy in pediatric oncology. *Can Oncol Nurs J* 2004; 14: 14-7.
- Sobo EJ, Eng B, Kassity-Krich N. Canine visitation (pet) therapy: pilot data on decreases in child pain perception. *J Holist Nurs* 2006; 24: 51-57.
- Gagnon J, Bouchard F, Landry M, et al. Implementing a hospital-based animal therapy program for children with cancer: a descriptive study. *Can Oncol Nurs J* 2004; 14: 217-222.
- Yalçın B, Taşgın Ö, Yücesan ÖB, Avşaroğlu S, Karaoğlu N. Meslek Seçiminde Yönlendirmenin Önemi:İlaç Mümessilleri Örnekleme, 2. Üniversiteler Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Sempozyumu, 1, 1, 42-50, 2007.
- Hall PL, Malpus Z. Pets as therapy: effects on social interaction in long-stay psychiatry. *Br J Nurs* 2000; 9: 2220-2225.
- Lust E, Ryan-Haddad A, Coover K, et al. Measuring clinical outcomes of animal-assisted therapy: impact on resident medication usage. *Consult Pharm* 2007; 22: 580-585.
- Barker SB, Pandurangi AK, Best AM. Effects of animal-assisted therapy on patients' anxiety, fear, and depression before ECT. *J ECT* 2003; 19: 38-44.
- Chapey R. *Language intervention strategies in aphasia and related neurogenic communication disorders*. 2001 4th ed. Baltimore (MD): Lippincott, Williams & Wilkins.
- Barba BE. The positive influence of animals: Animal-assisted therapy in acute care. *Clin Nurse Spec* 1995; 9: 199-202.
- Rocamora JF, Benadhira R, Saba G, et al. Schizophrenia diagnostic announcement in a French psychiatric unit. *Encephale* 2005; 31: 449-455.
- Filan SL, Llewellyn-Jones RH. Animal-assisted therapy for dementia: a review of the literature. *Int Psychogeriatr* 2006; 18: 597-611.
- Edwards NE, Beck AM. Animal-assisted therapy and nutrition in Alzheimer's disease. *West J Nurs Res* 2000; 24: 697-712.
- Libin A, Cohen-Mansfield J. Therapeutic robot for nursing home residents with dementia: preliminary inquiry. *Am J Alzheimers Dis Other* 2004; 19: 111-116.