

УДК 615.859:616.379-008.64

Шекула О.Н.

старший викладач, Навчально-науковий інститут охорони здоров'я
НУВГП

**РОЛЬ АНІМАЛОТЕРАПІЇ
У ЛІКУВАННІ ТА ПРОФІЛАКТИЦІ ЗАХВОРЮВАНЬ**

Лікувальні властивості тварин відомі людям вже дуже давно.
Навіть існує спеціальний термін для визначення цього напрямку -

«анімотерапія» (від латинського «animal» - тварина). Анімотерапія включає в себе використання тварин, найчастіше собак, кішок, коней, дельфінів, птахів, кроликів, рибок, взаємодія з якими є безпечною, а також їх символів (малюнки, фотографії, іграшки тощо) для покращення фізичного та психічного здоров'я людини та її емоційного благополуччя. Можуть використовуватися також звуки тварин та їх образи. Цей вид терапії може мати різноманітні форми, включаючи інтеракції з домашніми тваринами, використання їх у програмах реабілітації та навіть участь у різних заняттях, таких як, до прикладу, верхова їзда.

Гіппократ ще у V столітті до н.е. помітив позитивний вплив навколишнього середовища на людину. Близько 3000 років тому стародавні греки виявили, що собаки допомагають людям боротися з різними недугами, а єгиптяни використовували кішок з тією ж метою. У 1792 році в Йорку (Англія) в лікарні для душевнохворих, тварин почали використовувати як частину терапевтичного процесу. Як самостійний метод анімотерапія почала ставати популярною з другої половини 20 століття. Започаткував це американський дитячий психіатр Борис Левінсон з 1962 року, відколи став використовувати свою собаку в терапевтичних сесіях [1, 6].

На сьогоднішній день, так як цей метод лікування отримав визнання у всіх розвинених країнах, існують спеціальні інститути, які вивчають вплив тварин на фізичний та психічний стан людей. У Сполучених Штатах Америки, Канаді, Великобританії, Франції були створені різні організації, котрі надають допомогу людям з фізичними чи психічними проблемами, використовуючи анімотерапію. У таких програмах беруть участь медики, психологи, соціальні працівники. Досить активно проводяться міжнародні конференції та семінари, присвячені методикам лікування за допомогою тварин, в яких приймає участь велика кількість фахівців з анімотерапії. Вперше така конференція відбулася в Америці 1982 року [1, 5].

Виділимо основні завдання анімотерапії у лікуванні та профілактиці захворювань:

1. Емоційний вплив: взаємодія з тваринами викликає позитивні емоції та сприяє виробленню гормонів щастя, таких як ендорфіни та окситоцин, що в свою чергу призводить до зниження стресу, тривожності та депресії.

2. Вплив на психічне здоров'я: присутність тварини може покращувати настрій, що має позитивний вплив на психічне здоров'я.

3. Фізичне вдосконалення: деякі форми анімалотерапії, наприклад, взаємодія з собаками або кіньми, можуть стимулювати фізичну активність, що корисно для здоров'я.

4. Лікування специфічних станів: анімалотерапія може бути використана для лікування специфічних станів, таких як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), аутизм та інші.

5. Покращення фізіологічних параметрів: взаємодія з тваринами може викликати фізіологічні зміни, такі як зниження кров'яного тиску, покращення серцево-судинної функції та інші позитивні ефекти на здоров'я.

6. Реабілітація: у реабілітаційних програмах тварини, наприклад коні, допомагають покращувати рухові навички, координацію та інші фізичні параметри.

7. Соціальна інтеграція: зоотерапія може служити механізмом для покращення соціальної взаємодії, особливо у випадках людей, які можуть відчувати соціальну ізоляцію.

Анімалотерапію розрізняють за двома основними напрямками:

Направлена або спрямована анімалотерапія являє собою цілеспрямоване використання спеціально навчених тварин і їх символів фахівцями за професійно розробленими терапевтичними програмами. Залежно від того, які тварини використовуються, спрямована анімалотерапія підрозділяється на окремі види: іпотерапія – це спілкування з кіньми та верхова їзда, дельфінотерапія – спілкування з дельфінами, каністерапія – використання собак, фелінотерапія являє собою терапевтичний вплив кішок.

Ненаправлена анімалотерапія - це взаємодія з тваринами в домашніх умовах. Сюди відносяться також спостереження та догляд за акваріумними рибками, рептиліями, птахами (папугами, канарками і т.д.), хом'ячками, щуриками, морськими свинками, кроликами тощо. Цей метод здійснюється без усвідомлення або цілеспрямованого розуміння терапевтичного значення взаємодії з тваринами, але в свою чергу допомагає вирішити певні психологічні проблеми [4].

Аналіз сучасних напрацювань показав, що вона не має вікових та статевих обмежень, а взаємодія людини і тварини є ефективною при різноманітних психофізичних порушень, в період відновлення після травм, серцево-судинних захворювань, у боротьбі з онкологічними хворобами, допомагає у роботі з розладами психоемоційного стану тощо [2, 3].

Останнім часом активно впроваджується реабілітація за допомогою анімалотерапії на Рівненщині. Так, як війна в країні внесла свої корективи, то, звичайно, найбільше уваги приділяється людям, котрі

постраждали внаслідок воєнних дій на території України. Сюди входять військовослужбовці та члени їх родин, внутрішньо переміщені особи, люди, постраждалі через війну, а також ті, хто отримав травми, особи з інвалідністю та інші. Найпоширенішими видами анімалотерапії в регіоні є каністерапія та іпотерапія.

Зокрема, до терапії військових, які проходять реабілітацію у Рівненському обласному госпіталі ветеранів війни, залучають собак. Для покращення результативності реабілітації військових розділили на дві групи. Перша – когнітивно-комунікативного спрямування. До неї увійшли пацієнти з важкими черепно-мозковими травмами, що супроводжуються когнітивними порушеннями. Друга – група взаємодії для воїнів, котрі проявляють відстороненість, відчуженість, навіть від рідних, гіперзбудження, проблеми зі сном, надмірну настороженість. Такі заняття проходять більше для розслаблення та нової взаємодії з оточуючими, коли про події, що викликають важкі спогади та негативні емоції (в даному випадку про війну) не говорять. До тренувань можуть долучатися батьки або партнери пацієнтів.

Каністерапевти працюють на добровільних засадах, приїздить, коли є можливість. До прикладу, каністерапевти ГО "Петс сентре «Брон»" (Pets centre "Bron") працюють із 8-ма тваринами, а п'ятеро собак Центру взаємодії з собаками Smart.Dog пройшли спеціальну перевірку та підготовку і тепер слугують терапевтами для бійців із різними видами травм. У планах каністерапевтів Рівненщини – готувати тварин-асистентів для військових з інвалідністю [7].

Також на Рівненщині продовжують розвивати кінний спорт та іпотерапію. Зокрема у Мирогощі громада на аукціоні викупила стайні і створила комунальний заклад «Вільні» - центр іпотерапії, який прийняв 39 релокованих коней, евакуйованих з ліній фронту. Його мета – сприяти відновленню фізичного та ментального здоров'я людей з інвалідністю, військових, внутрішньо переміщених осіб, розвиток кінного спорту та залучення молоді до активного способу життя завдяки спілкуванню та догляду за кіньми. Зараз ідея на стадії реалізації, будівництво центру лишень планується. Ініціатори розробляють відповідну документацію, шукають інвесторів, гранти для втілення усіх ідей.

Наразі на базі цього центру стартує проєкт «Мобільна студія соціалізації», у першій сесії якого прийняли участь 20 осіб із інвалідністю. Це сучасний безбар'єрний простір де облаштоване місце для занять із психологом, участі в психо-розвантажувальних іграх, анімалотерапії, перегляду розвиваючих відео [8].

На сьогоднішній день це доведений цивілізований науковий метод лікування і профілактики серйозних захворювань, який доцільно застосовувати у медичній та фізкультурно-спортивній реабілітації потребуючих цього осіб, а Всесвітня організація охорони здоров'я визнала сприятливий вплив тварин на організм людини [1, 5].

Список використаних джерел

1. Мінєнко Г.М., Крошка С.А. Основні лікувальні властивості анімалотерапії: *збірник матеріалів Всеукраїнської наук.-практ. конф. 14 грудня 2016 р. м. Лисичанськ: ВП «ЛПК ЛНУ»* : ФОП Пронькіна К.В., 2016. С.97-100.

2. Сучасні оздоровчо-реабілітаційні технології : *матеріали I Регіональної наук.-практ. конф. молодих учених ВНУ ім. Лесі Українки, каф. фіз. терапії та ерготерапії* / редкол.: О. Я. Андрійчук [та ін.]. Луцьк, 2020. Вип. 10. 111 с.

3. Смола О. В., С. В. Сапіга. Каністерапія як метод профілактики агресивної поведінки дітей з ментальними порушеннями: *збірник матеріалів II наук.-практ. конф.* Дніпро, 2020. С. 75–77.

4. Кішки та собаки в житті українців. Research & Branding Group: веб-сайт. URL: <http://rb.com.ua/blog/koshki-i-sobaki-v-zhizni-ukraincev>

5. Лікувальні властивості анімалотерапії: веб-сайт. URL: <http://uwm.com.ua/taxonomy>.

6. Велика епоха: веб-сайт. URL: <http://www.epochtimes.com.ua/health/health>.

7. Собаки-терапевти. На Рівненщині використовують каністерапію для реабілітації військових. Чарівне: веб-сайт. URL: <https://charivne.info/news/sobaki-terapevti-na-rivnenshchini-vikoristovuyut-kanisterapiyu-dlya-reabilitatsii-viyskovikh>

8. Як у Миргороді на Рівненщині розвивають кінну терапію. Район. Рівне: веб-сайт. URL: <https://rivne.rayon.in.ua/topics/625797-yak-u-mirogorodshchi-na-rivnenshchini-rozvivayut-kinnu-terapiyu>