

Život sa psom – psihičko zdravlje, ali i potencijalne bolesti



IZDVOJEN ČLANAK

21 KOLOVOZA, 2024

Život sa psom – psihičko zdravlje, ali i potencijalne bolesti. Ako imate psa, sigurno ste imali priliku doživjeti da vam naslone glavu na noge, da vas ližu ili samo gurkaju tijelom. Katkada jednostavno legnu uz vaše noge.

Ima slučajeva kada pokazuju neobičnu ljubaznost poput čovjeka, da djeci na primjer zubima donesu omiljenu igračku i sl. Ako ste se susreli s takvim psećim ponašanjem, vjerojatno ste bili u nekom težem psihičkom stanju ili barem tužni.

Naime psiholozi će reći da **psi** često osjećaju tugu i bol svoga gospodara. Nastoje im na svoj način pokazati „suosjećanje“. Isto tako ako vide da im je vlasnik u nevolji. Psi znaju cviliti ili lajati zabrinutim tonom ili pak ostaju mirni i tihi. Je li tu riječ o zrcaljenju emocija vlasnika ili tek o instinktivnom reagiranju?



„Mirisna veza“

Kako je nedavno prenio list [Daily Mail](#), Istraživači sa [Sveučilišta Bristol](#) otkrili su da na ponašanje pasa utječu naši mirisi stresa. Oni izlaze iz znoja. Psi koji su osjetili miris osobe pod stresom također su imali pesimističniji pogled na život.

No ta „mirisna veza“ čini se da nije vezana samo uz ljubav psa i njegova gospodara. Kako je kazao Dr. Nicola Rooney, vlasnici pasa znaju koliko su njihovi ljubimci prilagođeni njihovim emocijama, ali ovdje se vidi da miris i nepoznate osobe pod stresom utječe na emocionalno stanje psa.

Inače smatra se da je miris neka vrsta komunikacije između čovjeka i psa, nešto kao pozdravljanje stiskom ruke. Stoga psi obično njuše nepoznatu ruku prije nego što pokažu prijateljstvo. A onda kroz te ruke dobiju informaciju o tomu je li osoba uplašena, nervozna, uzbuđena ili je pod stresom. Nije dakle potreban nikakav tjelesni kontakt, pas sve to može otkriti i na udaljenosti od par metara...

U posljednje vrijeme promiče se širenje zdravstvenih dobrobiti koje mogu značajno povećati kvalitetu života vlasnika pasa. Kada je riječ o tjelesnom zdravlju, redovite šetnje i trčkanje uokolo vlasniku pomaže da ostane aktivan i na svježem zraku, s manje rizika od pretilosti i sa zdravijim kardiovaskularnim sustavom.

Navodno neki misle da vlasnici pasa, posebno djeca, mogu imati jači imunološki sustav i manje je vjerojatno da će razviti alergije i astmu.



Psi pomažu u depresiji?

A kada je riječ o mentalnom zdravlju, tvrdi se da provođenje vremena sa psima smanjuje razinu **kortizola** (hormona stresa) i povećava oksitocin, koji potiče opuštanje i emocionalno povezivanje. Psi su društvo koje može pomoći u ublažavanju simptoma tjeskobe i depresije.

Isto tako druženje sa psom može povećati razinu serotonina i dopamina u mozgu, što dovodi do općeg poboljšanja raspoloženja.

Nije na odmet spomenuti i specijalizirane zdravstvene beneficije od pasa: psi službenici obučeni su za pomoć osobama s invalidnošću, npr. za vođenje slijepih i slabovidnih osoba itd. Terapijski psi se koriste u bolnicama i staračkim domovima kako bi pružili podršku pacijentima i starijim osobama.

Danas se pak sve više nastoji istaknuti važnost kontakta psa s djecom. Naime, s kućnim ljubimcima djeca se uče o odgovornosti, empatiji i rutini. A odrastanje uz psa može poboljšati djetetov emocionalni razvoj, učeći ga o suosjećanju, brizi i društvenim vezama. Ima i specijalnih projekata sa psima.

Hrvatska udruga za školovanje pasa vodiča skrbi o osposobljavanju terapijskih pasa, kao jedan od oblika potpore roditeljima djece s teškoćama u razvoju. Cilj je unaprijediti funkcionalni razvoj i smanjenje teškoća kako bi se osigurala bolju socijalna uključenost djece u zajednici.

Ciljana skupina su djeca koja imaju različite razvojne teškoće – cerebralnu paralizu, autizam, hiperaktivnost, intelektualne teškoće, epilepsiju, motoričke teškoće itd.



Psi uzrokuju i bolesti...

Ipak uza svu tu idiličnost ne smijemo nikad zaboraviti i drugu stranu medalje upotrebe psa.

Ljubitelji i zagovornici kućnih ljubimaca možda se osjećaju zdravo uza svoje ljubimce, ali često skrivaju i zanemaruju brojne zdravstvene rizike od četveronožaca. A rizici su vrlo opipljivi i u praksi dokazani.

U prvom redu tu su alergije. Neki ljudi su alergični na pseću dlaku, slinu ili urin, što može uzrokovati kihanje, curenje iz nosa, svrbež očiju i osip na koži. U težim slučajevima može dovesti do napadaja astme. I dakako tu su zarazne bolesti.

Na portalu [Veterina](#) navodi se da je najopasnija bjesnoća. Prenosi se ugrizom, a koja i za čovjeka i za životinju može biti smrtonosna. Veći i opasniji psi znaju djeci tijekom igre uzrokovati ogrebotine ili modrice koje se mogu zaraziti ako se ne čiste i ne liječe pravilno.

Buhe i krpelji

Psi također pridonose prijenosu psećih buha koje mogu izazvati svrbež ugriza kod ljudi i potencijalno širenje bolesti kao što je tifus. Prenose i krpelje, što ljudima izazivaju bolesti poput lajmske bolesti, pjegave groznice i erlihioze. Psi u kući ili u dvorištu često izazivaju padove i nesreće.

Neki kažu da je jedan od najčešćih uzroka loma noge ili kuka kod starijih osoba upravo spoticanje o kućnog ljubimca!

I napokon, dok u neku ruku psi smanjuju stres, isto tako oni mogu biti izvor stresa, osobito ako imaju poremećaje u ponašanju i zahtijevaju neprestanu pozornost svoga vlasnika.

Ima i dobra vijest: premda postoje ti rizici. Mnogi od njih mogu se ublažiti odgovarajućom njegom, higijenom i odgovornim držanjem psa. No važno je poručiti onim gorljivijim nekritičkim ljubiteljima pasa da samo redovitim veterinarskim pregledima, cijepljenjem i odgovarajućom obukom mogu koliko-toliko zaštititi sebe i druge ljude. Jer ako oni misle da su psi korisni za njihovo psihičko stanje.. Imaju i oni drugi pravo misliti da psi mogu biti i opasni za zdravlje. Tko je više u pravu – bojim se da će se razriješiti pri prvom susretu u nekom parku...

Ovaj članak objavljen je uz financijsku potporu Agencije za elektroničke medije iz Programa za poticanje novinarske izvrsnosti.

Izvor: frendica.online

Photo: pixabay