

Terapeutyczna rola zwierząt w życiu ludzi

tekst: Agnieszka Biernat
naturoterapeutka

tel. kom. 603 101 950; e-mail: abiernat1@o2.pl
www.abczdrowia.most.org.pl; www.wegan.prv.pl

Współcześni psychologowie, terapeuci, a także lekarze różnych specjalności są zgodni co do tego, iż obecność zwierząt w życiu człowieka, a także podczas terapii zarówno małych, jak i dużych pacjentów przyspiesza ich powrót do zdrowia. W wielu przypadkach zamiast leków na receptę zalecają kontakt ze zwierzętami. Dowiedziono bowiem, że miłośnicy psów, kotów a nawet kanarków są zdrowsi i odporniejsi na choroby niż osoby nie mające dłuższego kontaktu ze zwierzętami. Lekarze na całym świecie coraz częściej wprowadzają zwierzęta do poradni psychologicznych i szpitali. Amerykańskie przepisy sanitarne zezwalają nawet na przebywanie zwierząt w salach chorych, na szpitalnych łózkach, obok swoich właścicieli.

Obecność zwierząt ułatwia nie tylko leczenie dzieci z zaburzeniami emocjonalnymi, ale i również z porażeniem mózgowym czy chorobą Downa. Bardzo dobre rezultaty osiąga się w przypadku dzieci bitych i wykorzystywanych seksualnie. U dzieci cierpiących na autyzm nadzwyczaj pomocne okazują się zabawy z delfinami, które stosuje się m.in. na Florydzie. Doskonałe wyniki w porażeniu mózgowym dają hipoterapia – kontakt młodych pacjentów z kucykami i końmi. Osoby dorosłe także doświadczają dobroczynnego wpływu obecności zwierząt. Głaskanie lub przemawianie do zaprzyjaźnionego zwierzątka obniża ciśnienie tętnicze krwi i napięcie nerwowe. Posiadacz psa lub kota jest w o wiele mniejszym stopniu narażony na grypę, bóle kręgosłupa, dolegliwości przewodu pokarmowego oraz na zawał serca. Poza tym jeśli zachoruje, o wiele łatwiej powraca do pełni zdrowia. Pies przeciwdziała depresji, poprawia nastrój, zmusza do aktywności.

Ukochany czworonóg daje skuteczniejsze oparcie w chwilach stresu niż współmałżonek! Towarzystwo kota wywiera dobroczynne działanie zwłaszcza na astmatyków, alergików oraz osoby ze schorzeniami krążenia czy migrenami. Kot wytarza wokół siebie dobroczynne ujemne jony, które są bardzo cenne dla zdrowia i dobrego samopoczucia człowieka.

- Jeśli brakuje Ci czułości i bezgranicznego oddania – wybierz psa. Poczujesz się potrzebny i niezastąpiony, zaś spacer z pupilem znakomicie Cię dotlenią.
- Na nadmiernie pobudzone nerwy, skłonność do rozdrażnień kojąco wpływa kot. Jego mruczenie uspokaja. Miłośnicy kotów rzadziej cierpią na bóle kręgosłupa, stawów, korzonków.
- Jeśli masz pracę wyczerpującą psychicznie – kup sobie rybki. Obserwowanie podwodnego świata wpływa kojąco na przemęczone oczy i napięte nerwy – wprowadza w błogi stan podobny do medytacji.
- Szczury, myszki i chomiki pobudzają, zachęcają do działania. Pomogą wydobyć się z depresji, bierności i apatii.
- Świergot ptaków jest odpoczynkiem dla udręczonego miejskim hałasem. Zaufanie, jakim te płochliwe stworzenia obdarzą wyłącznie Ciebie, zwiększy poczucie własnej wartości, upewni, że jest w Tobie okrusz dobra. Ich obecność oddali uczucie osamotnienia, zwłaszcza gdy masz do czynienia np. z gadającą papużką lub gwarkiem.

Naukowcy nie mają wątpliwości co do tego, iż najlepszym terapeutą zarówno na dolegliwości naszej duszy, jak i ciała może być nasz ukochany zwierzątko. Ja również jestem tego absolutnie pewna.

Od dziecka w moim życiu zawsze były obecne zwierzęta (chomik, świnka morska, rybki, kot, pies czy obecnie szynszyle). Obcując z nimi miałam możliwość przekonać się na własnym przykładzie, że owe stwierdzenia są bez wątplenia prawdziwe.

