

01 listopada 2021

Czy wiesz, że ...pies wpływa na zdrowie człowieka, w tym także starszego

Mówi się, że pies leczy i czyni nas lepszymi. Aby jednak komunikacja człowiek-pies przebiegała jak najsprawniej, trzeba o czworonoga odpowiednio zadbać. Pies, obok kota, to jedno z naszych ulubionych zwierząt domowych. Szybko doceniliśmy jego zalety. Pies jest niekłopotliwy w utrzymaniu, łatwo się adaptuje do różnych warunków, błyskawicznie odczytuje nasze intencje. Jest łasy na pochwały i lojalny. Chce nam służyć i się zasłużyć. Wpatrzony w nas bałwochwalczo, zakochany bezwarunkowo. To bardzo przyjemne i korzystne dla psychiki – być tak wielbionym. Warto w tym wszystkim też pamiętać, że **wpływ psa na zdrowie człowieka** jest niemały, a my powinniśmy odwdziżyć się czworonogowi właściwą opieką.

Czy pies wyczuwa chorobę człowieka?

Dziś pies stał się dla człowieka wprost niezastąpiony - daje się tresować i szkolić, jest przewodnikiem niewidomych i niepełnosprawnych, broni przed złoczyńcami, pomaga w ratowaniu ofiar katastrof, szuka zaginionych. Może także leczyć. W 1989 r. czasopismo "Lancet" opisało przypadek golden retrievera, który interesował się zmianami na skórze swej pani. Wąchał je i lizał tak długo, aż zgłosiła się do lekarza. Okazało się, że ma czerniaka - groźny nowotwór skóry. Została uratowana, bo był w początkowym stadium. Od tej pory naukowcy pracują nad wykorzystaniem zdolności psów do wczesnego diagnozowania raka. W brytyjskiej klinice w Amersham po kilkumiesięcznych badaniach stwierdzono, że psy potrafią wywęszyć w ludzkim moczu nawet minimalne ilości komórek raka piersi raka płuc. W klinice w Liverpoolu obserwowano trzy psy, które szczekaniem sygnalizowały niedobór glukozy u swych właścicieli chorych na cukrzycę. Prawdopodobnie czuły węch rejestrował zmiany w składzie krwi. Być może zwierzęta reagowały również na drzenie mięśni pojawiające się u osób w krytycznym stanie. Niektóre czworonogi mają zdolność ostrzegania przed zawałem serca.

Pies jak witamina

Lekarze potwierdzają to, o czym bez badań wiedzą wszyscy psiarze: zwierzęta motywują do wyzdrowienia. Dla starszych i samotnych bywają błogosławieństwem. Pozwalają zapomnieć o problemach, rozładować napięcia. Swoim wdziękiem łagodzą smutek samotności. Konieczność wychodzenia z nimi, zabawy i opieki nadaje sens kolejnym dniom, przywraca chęć do życia. Pies jest zbawienny także dla najmłodszych. W jego obecności niemowlęta lepiej się rozwijają: szybciej podejmują pierwsze próby raczkowania i chodzenia. Nierzadko właśnie do psa kierują pierwsze słowa! Starsze dzieci czworonóg uczą odpowiedzialności i tolerancji, pomaga im przezwyciężyć



Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekłe Niepełnosprawnych oraz Niezależnych w Krakowie

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl



Rzeczpospolita
Polska

MAŁOPOLSKA

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Projekt pn. Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie, dofinansowany ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 w ramach 9. Osi priorytetowej Region spójny społecznie, Działania 9.2 usługi społeczne i zdrowotne, Poddziałania 9.2.2 usługi opiekuńcze oraz interwencja kryzysowa -zit

nieśmiałość w okazywaniu uczuć, daje większą pewność siebie i poczucie bezpieczeństwa. Nie tylko uspokaja, wycisza, ale też korzystnie wpływa na zdolności intelektualne. Specjaliści twierdzą, że młody człowiek dzięki psu łatwiej nawiązuje kontakty z rówieśnikami i dorosłymi. Statystyki wykazują, że właściciele psów rzadziej chodzą do lekarza. Zjawisko badali niezależnie naukowcy z USA, Australii i Niemiec. Dowiedziono, że obcowanie z psami zmniejsza ryzyko zawału, pobudza krążenie krwi i przemianę materii, pomaga w walce z nadwagą, obniża ciśnienie i poziom złego cholesterolu, łagodzi skutki reumatyzmu i kłopotów ze stawami. Wydaje się to dość oczywiste, bo te dolegliwości są związane z niedostatkami ruchu, który opiekunom psów nie grozi. Okazało się także, że osoby posiadające psy są bardziej odporne na stres i nerwice. Nie dręczy ich bezsenność, rzadziej się złością, rzadziej mają zaburzenia psychiczne. Pies po prostu dodaje pogody ducha. Sprzyja też nawiązywaniu kontaktów międzyludzkich. W jego towarzystwie największy mruczek chętniej odzywa się do innych. Zauważono, że przy swoich ulubieńcach ludzie zmieniają tonację głosu, mają bardziej przyjazny wyraz twarzy, rozluźniają mięśnie, częściej się uśmiechają i spokojniej zachowują. Te obserwacje stały się podstawą dogoterapii. Dzieci wychowujące się z psem lub kotem także lepiej radzą sobie ze stresem.

Dogoterapia - zbawienny wpływ psa na zdrowie

W ciągu ostatnich kilkunastu lat doceniono pomoc psów w leczeniu osób przewlekle chorych, rehabilitacji inwalidów i upośledzonych dzieci, a nawet resocjalizacji więźniów. Ochotnicy z łagodnymi psami, które można do woli głaskać, regularnie odwiedzali amerykańskie szpitale, domy opieki i miejsca odosobnienia. Okazało się, że nawet taka niewielka dawka psiego serca działa cuda. Również w Polsce psy są już wykorzystywane w terapii dzieci z porażeniem mózgowym, autyzmem, zespołem Downa, słabo mówiących, niewidzących, nieśmiałych, mających problemy z nawiązywaniem kontaktów, lub odwrotnie - nadpobudliwych.

Pomyśl, zanim zaadoptujesz lub kupisz psa

- Postaraj się przewidzieć, jak wiele i jak nieodwołalnie zmieni się w naszym życiu.
- Sprawdź, czy podoła twoja kondycja - każdy pies dla zdrowia powinien przebiec co najmniej 3 km dziennie, a charty i psy zaprzęgowe - dużo więcej. Niektórym trzeba zapewnić 2-3 godziny aktywności na dobę - i to nie spaceru na smyczy.
- Odpowiedz sobie na pytanie: co zrobię, gdy trafi mi się tania wycieczka zagraniczna, a nikt nie zechce w tym czasie zaopiekować się moim psem? Albo: jak mój wychuchany parkiet zniesie kałuże robione przez szczeniaka? Czy łatwo pogodzę się ze zniszczeniem mebli lub utratą najlepszej pary butów przeżutych przez śwędzące ząbki?
- Uruchom wyobraźnię. Zobacz oczyma duszy prawdziwy kataklizm, jakim jest dla domu co najmniej dwukrotna w roku intensywna wymiana sierści u psów niektórych ras. Nie zawsze trwa to tylko dwa tygodnie, może się ciągnąć dłużej.



Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niezależnych w Krakowie

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl



Rzeczpospolita
Polska

MAŁOPOLSKA

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Projekt pn. Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie, dofinansowany ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 w ramach 9. Osi priorytetowej Region spójny społecznie, Działania 9.2 usługi społeczne i zdrowotne, Poddziałania 9.2.2 usługi opiekuńcze oraz interwencja kryzysowa -zit

- Zastanów się zawczasu, co zrobisz z psem podczas wyjazdu. W okresie wakacji można spotkać błąkające się po szosach wychudzone psie nieszczęścia, a schroniska w całej Polsce są nieustannie przepełnione.

Czytaj więcej

Wpływ psa na zdrowie człowieka. Jak zajmować się psem? - PoradnikZdrowie.pl

Źródło zdjęcia: <https://www.canva.com/photos/>



Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niezależnych w Krakowie

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl



Rzeczpospolita
Polska

MAŁOPOLSKA

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Projekt pn. Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie, dofinansowany ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 w ramach 9. Osi priorytetowej Region spójny społecznie, Działania 9.2 usługi społeczne i zdrowotne, Poddziałania 9.2.2 usługi opiekuńcze oraz interwencja kryzysowa -zit