

WSPARCIE PSA W SYTUACJI STRESOWEJ – TRUDNY CZAS SYLWESTRA

Koniec roku – grudzień to czas dla ludzi bardzo szczególny: przygotowania okołoswiąteczne są bardzo cenione w naszym społeczeństwie i sporo uwagi się temu tematowi poświęca. Tymczasem dla zwierząt jest to czas obarczony sporym stresem, lękiem, a nierzadko napadami paniki. Głównym tego powodem są hałasy – huczne obchodzenie zakończenia roku, głównie wystrzały fajerwerków, są dla wielu psów [i nie tylko] ogromnym wyzwaniem, zwłaszcza kiedy do wystrzałów dodamy całe zamieszanie związane z czasem świątecznym.

TECH. WET. EWELINA STANLIK

W zasadzie cały grudzień dla wielu czworonogów to czas złego nastroju, zwłaszcza dla osobników wrażliwych na zmiany, nieznoszących zmiany rytuałów, nowych bodźców (stroiki, choinki, zmiana ustawienia mebli), zmian w otoczeniu, nowych ludzi, gości, gwaru, zamieszania... A przecież w wielu domach przygotowanie do świąt oraz same święta tak wyglądają, co więcej – często towarzyszy temu ogólna nerwowa atmosfera wśród domowników. Z punktu widzenia zwierząt wszystko, co znane i bezpieczne, się załamuje, a na dodatek w towarzystwie sporego natężenia hałasu w otoczeniu oraz napięcia domowników. Ten moment może być wierzchołkiem góry lodowej, jeżeli zwierzę w domu nie ma prawidłowej, świadomej opieki. Jednakże przy odrobinie szczęścia, jeżeli przewodnik zwierzęcia jest rozsądnym człowiekiem, nastawionym na troskę o swojego podopiecznego, to jest duża szansa, że uda się przetrwać ten czas możliwie jak najlepiej dla czworonoga. Przy czym należy do tego odpowiednio wcześniej się przygotować i w ferworze świąt pamiętać o potrzebach zwierząt.

ŁĘKI, FOBIE, ZŁY NASTRÓJ, CHOROBA, OSOBOWOŚĆ ZWIERZĘCIA

W istocie przygotowanie danego zwierzęcia do czasu świąteczno-sylwestrowego zależy w dużej mierze od indywidualnych potrzeb. Są zwierzęta, które bez większego problemu odnajdują się w trudnej sytuacji, jednak na przestrzeni ostatnich lat wzrasta liczba tych zwierząt, dla których grudzień jest trudnym czasem, nierzadko pozostawiającym piętno odczuwanego stresu na dłużej. Jest to głównie problem dotyczący zwierząt o wrażliwym, delikatnym usposobieniu, lękliwych, pochodzących z ubogiego w bodźce środowiska, słabo zsocjalizowanych, cierpiących na zespół deprivacji sensorycznej, fobii uogólnionej, choroby somatyczne przebiegające ze zmianami nastroju lub przewlekłe leczone, a także zwierząt z zespołem zaburzeń poznawczych.

CO WPŁYWA NA NASTRÓJ?

Nastój zwierzęcia wynika z wielu czynników wewnętrznych i zewnętrznych. Niestety, nie sposób opisać jednego,

— REKLAMA —



W zdrowym ciele... spokojny duch

Nadchodzący czas świąteczny oraz huczne obchody Sylwestra to dla naszych braci mniejszych wyjątkowo trudny okres roku. Nadmiar bodźców z otoczenia może powodować hiperaktywność, nerwowość i niepokój pupila, który bez pomocy opiekuna, przeżywać będzie ogromny stres.

Linia **Francodex Anti-Stress** to preparaty zawierające skuteczne składniki redukujące odczuwany poziom lęku, a wśród nich m.in. **L-tryptofan**, czyli aminokwas regulujący pracę układu nerwowego czy melisa i rumianek – zioła znane od pokoleń z właściwości uspokajających. Wśród produktów linii antystresowej znajduje się również dyfuzor dla kocich pacjentów – zawiera syntetyczne odpowiedniki kocich **feromonów**, dzięki którym można stworzyć pupilowi bezpieczne środowisko i pomóc mu w wyciszeniu i odprężeniu.



Czy wiesz, że...

W zasadzie cały grudzień dla wielu czworonogów to czas złego nastroju, zwłaszcza dla osobników wrażliwych na zmiany, nieznoszących zmiany rytuałów, nowych bodźców, zmian w otoczeniu, nowych ludzi, gwaru i zamieszania.

prostego schematu ułatwiającego poprawę nastroju u zwierzęcia. Bowiem u każdego zwierzęcia będzie zupełnie różne podłoże obniżenia nastroju, w związku z tym zawsze należy w pierwszej kolejności znaleźć źródło takiej sytuacji. Ponadto należy pamiętać, iż ogólny stan zdrowia, wolność od bólu i dyskomfortu to jeden z najważniejszych czynników odpowiadających za samopoczucie psychiczne zwierzęcia. W dalszej kolejności konieczne jest zwrócenie uwagi na stosowaną dietę, sposób pobierania pokarmu oraz sposób karmienia zwierzęcia. Nie wolno także zapomnieć o ocenie dobrostanu środowiskowego, w jakim funkcjonuje dany pacjent (realizacja podstawowych potrzeb gatunku, możliwość eksploracji terenu, rozwijanie procesów myślowych, stosowanie technik szkoleniowych opartych na wzmacnianiu pożądanych zachowań oraz nagradzaniu, niestosowanie metod awersyjnych), relacji z opiekunem i ilości snu na dobę.

CENNY NEUROPRZEKAŹNIK

Ważnym elementem składowym dobrego nastroju zwierząt jest neuroprzebieżność w mózgu. Jednym z istotniejszych neuroprzebieżników w układzie nerwowym jest serotonina, produkowana przez komórki jelitowe,

nadnercza, jajniki, mózg. Jej prekursorem jest egzogenny aminokwas tryptofan, który jest pobierany wraz z pokarmem. Rola serotoniny jest bardzo cenna dla każdego organizmu, bowiem ma wpływ na zachowania emocjonalne zwierząt – niski jej poziom może wzmacniać reakcje lękowe, tendencje do agresji, aktywność poznawczą i motoryczną, a także pogarszać jakość snu, ponadto może wiązać się ze spadkiem apetytu i obniżeniem percepcji bólu.

JAK MOŻEMY POMÓC CIERPIĄCEMU PSU W TRUDNYM OKRESIE?

W pierwszej kolejności liczą się świadomość opiekuna i rozsądne wsparcie w tym trudnym czasie. Ponadto u zwierząt wrażliwych na hałas należy rozpocząć przygotowania już na wczesnym etapie okołoświątecznego zamieszania, między innymi kilka tygodni wcześniej można podjąć próbę z odzwyczajaniem psa na hałas, prezentowany np. z komputera, z równoczesnym przekierowaniem uwagi na silny motywator zajmujący psa (zabawa, szarpnięcie się, gryzienie, żucie, węszenie) – choć istnieje ryzyko, iż zwierzę dźwięk z komputera będzie tolerowało, a wystrzał i tak spowoduje reakcję lękową

lub paniczną. Dodatkowo można spróbować oswoić psa z głośnym dźwiękiem w swoim otoczeniu podczas wykonywania normalnych lub przyjemnych czynności (zabawa, szarpnięcie się, gryzienie, żucie, węszenie). Często psy uwrażliwiają się nie tylko na huk, ale także na ciemność i rozbłyski, ponieważ przynoszą skojarzenie z hałasem.

TERAPIA SUPLEMENTAMI

Oprócz modyfikacji środowiskowych można rozpatrzyć także zastosowanie terapii suplementami łagodzącymi napięcie, niepokój i stres, a w razie reakcji przebiegających z paniką należy wdrożyć leczenie psychofarmakologiczne. Jednakże niezależnie od tego, którą drogę obierzemy, należy pamiętać o tym, że zastosowanie wsparcia – czy to suplementami, czy lekami – należy włączyć, w zależności od stosowanej substancji, od dwóch do sześciu tygodni wcześniej. Wszelkie działania na ostatnią chwilę są ostatnią deską ratunku, łagodzącą nieprzyjemne

Bezstresowy krok w Nowy Rok



U psów z niepokojem i lekką nietolerancją wystrzałów zaleca się m.in.:

1

wcześniejszy trening klatkowy – zakrycie klatki kocem, przygotowanie pewnego rodzaju „nory” oraz umożliwienie podczas przebywania w klatce zabaw z wykorzystaniem gryzienia lub lizania

2

przygotowanie pomieszczenia lub łazienki bez okien (uniknięcie efektu rozbłysku), pozostawienie psa z włączonym światłem i muzyką oraz zabawkami napełnionymi jedzeniem. Można też zasłonić okna za pomocą rolet, żaluzji czy zasłon

3

przygotowanie zabawek do żucia, gryzienia, węszenia i szarpania się

4

inicjowanie zabaw i utrzymanie spokojnego lub bardzo dobrego nastroju wśród członków rodziny

5

powstrzymanie się od zwracania uwagi na fajerwerki (wspólne oglądanie, stanie w oknie czy na tarasie)

6

stosowanie olejków eterycznych lub obrozy adaptacyjnej u psa już na początku grudnia

7

włączanie głośniejszej niż zazwyczaj muzyki, słuchanie muzyki relaksacyjnej lub o częstotliwości 432 Hz,

8

spokojny masaż całego ciała psa

9

udzielanie wsparcia przez spokojnego, opanowanego przewodnika, wdrożenie elementów spokojnego masażu, TTouch, owijanie psa bandażem,

10

w okresie okołoswiątecznym zwrócenie uwagi na potrzeby psa – możliwość ukrycia się (nora) przed gośćmi, niezmuszanie do kontaktów z ludźmi, jeżeli jest to dla niego problem, utrzymanie stałych rytuałów psa, umożliwienie gryzienia, żucia, węszenia, eksplorowania terenu,

11

w okresie huków minimalizujemy liczbę i długość spacerów, ograniczamy się jedynie do załatwienia potrzeb fizjologicznych psa

12

psy z silną fobią dźwiękową koniecznie należy wesprzeć farmakologicznie, taka fobia jest bowiem równoznaczna z cierpieniem fizycznym i bólem

doznania lęku i paniki, ale niestety nie przyniosą efektu stałego. Zalecany jest wcześniejszy kontakt z lekarzem weterynarii oraz behawiorystą w celu ustalenia najlepszej formy pomocy dla konkretnego zwierzęcia.

Suplementy zalecane w lekkich stanach niepokoju:

- tryptofan,
- alfa-kazozepina,
- waleriana,
- dziurawiec,
- passiflora,
- melisa,
- rumianek,
- kozłek lekarski,

Zastosować można także:

- obrozę adaptacyjną,
- olejki eteryczne,
- feromony psie/kocie.

W wypadku zwierząt, które cierpią z powodu fobii dźwiękowej i w okresach okołosylwestrowych miewają ataki paniki, wycofują się, nie potrafią normalnie funkcjonować (nie wykazują zainteresowania jedzeniem, odmawiają wychodzenia z domu, są niespokojne w domu, dyszą, wykazują zachowania kompulsywne, rozglądają się w stronę okien, szukając zagrożenia, trzęsą się itp.), jak już

wspomniano, należy rozważyć włączenie leczenia odpowiednio wcześniej. W celu uzyskania trwałego efektu należy rozpocząć leczenie TLPD lub SSRI przynajmniej 6 tygodni wcześniej. Im mniej czasu do wystrzałów, tym trudniej takiego pacjenta przygotować i wtedy pozostają do dyspozycji tylko leki krótko działające przeciwlękowo. Schemat leczenia powinien być ustalony przez lekarza weterynarii. ■



tech. wet. Ewelina Stanlik

Absolwentka COAPE. Weterynaria, dietetyka weterynaryjna oraz szeroko pojęta praca z psami to jej największa pasja. Oprócz codziennej pracy w roli pielęgniarki weterynaryjnej z przyjemnością razem ze swoim psem odwiedza przedszkola, aby zaznajamiać dzieci z tematami dotyczącymi zwierząt.
<http://weterynarz8.pl/>