

การบำบัดด้วยสัตว์ Animal Therapy

รวบรวมโดย : นางสาวชุตินา ไชยวงศ์วัฒน์

ผู้เขียน : นพ.ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

ที่มา : ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. ดนตรีบำบัด. [Online] 2549; Available from: URL:

<http://www.happyhomeclinic.com/a06-musictherapy.htm>

.....

มีการนำสัตว์มาร่วมในโปรแกรมการบำบัดรักษาผู้ป่วยอยู่หลายแบบ สัตว์ที่นิยมนำมาใช้กันมาก ได้แก่ โลมา ม้า สุนัข และแมว เป็นต้น โดยต้องมีการคัดเลือกและฝึกฝนสัตว์มาเป็นอย่างดี พบว่าได้ผลเป็นที่น่าพอใจ สัตว์เลี้ยงบำบัด (pet therapy) นับเป็นรูปแบบหนึ่งของการบำบัดด้วยสัตว์ (animal therapy) ซึ่งมีความวิจัยรองรับมากพอสมควรว่าได้ผลดี โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุ ช่วยเยียวยาจิตใจเป็นอย่างดี สำหรับในเด็กที่ถูกทอดทิ้งหรือทารุณกรรม ก็พบว่าสัตว์เลี้ยงสามารถช่วยเยียวยาจิตใจได้ดีมาก ให้ทั้งความรู้สึกที่ปลอดภัยขึ้น ได้รับความรักโดยไม่มีเงื่อนไข และเด็กยังสามารถสื่อสารกับสัตว์เลี้ยงได้อีกด้วย

แนวคิดของการบำบัดด้วยสัตว์

พบว่าสัตว์สามารถช่วยในเรื่อง การรับรู้สัมผัส เสริมสร้างสมาธิ เพิ่มความไว้วางใจผู้อื่น ให้สัมผัสที่อบอุ่น ปลอดภัย และเป็นมิตร เพิ่มแรงจูงใจในการทำกิจกรรมต่างๆ อย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ยังช่วยให้เด็กเรียนรู้ในเรื่องสัมพันธภาพ และการตอบสนองทางอารมณ์ได้ดีขึ้นด้วย

สัตว์ที่นำมาใช้ในการบำบัดส่วนใหญ่มักเป็นสัตว์เลี้ยง ซึ่งมนุษย์คุ้นเคยเป็นอย่างดี เช่น สุนัข แมว กระต่าย นก ปลา เป็นต้น หรือเป็นสัตว์ใหญ่ที่เป็นมิตรกับมนุษย์เสมอในความรู้สึก เช่น โลมา ม้า ช้าง เป็นต้น สัตว์ที่นำมาใช้ในการบำบัดมักเป็นสัตว์เลี้ยงตัวเล็กๆ มากกว่า เนื่องจากสามารถอุ้มได้ง่าย และเหมาะสมกับบ้านพักอาศัยที่มีพื้นที่ไม่มากนัก แต่สุนัขตัวใหญ่ๆ ก็เหมาะสมสำหรับผู้ที่นั่งอยู่บนรถเข็นเช่นกัน และสัตว์บางชนิดก็จำเป็นต้องใช้ในการบำบัดนอกสถานที่พักอาศัย เช่น โลมาบำบัด อาซาบำบัด เป็นต้น

เพื่อที่จะสร้างความผูกพันกับสัตว์ได้ เราจำเป็นต้องก้าวออกจากโลกของตัวเอง และพยายามที่จะสื่อสารกับผู้อื่น ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญในการบำบัดรักษา ในขณะที่สัตว์เองก็มีความสามารถในการกระตุ้นให้เกิดสิ่งเหล่านี้ง่ายขึ้น อย่างน้อยที่สุดก็เป็นช่วงเวลาสั้นๆ ช่วงหนึ่งที่ทำให้เราสนใจสิ่งอื่นนอกจากตัวเราเอง จึงเป็นส่วนผสมที่ลงตัวยิ่งในการบำบัดด้วยสัตว์

ประโยชน์ของการบำบัดด้วยสัตว์

สัตว์แต่ละชนิดมีคุณสมบัติและเงื่อนไขที่แตกต่างกันในการนำมาบำบัดรักษาผู้ป่วย ซึ่งจะต้องพิจารณาตามสภาพปัญหา และความเหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละคน พบว่าสามารถนำสัตว์มาใช้ประโยชน์ในการบำบัดรักษาทางการแพทย์ได้หลากหลาย ดังนี้

- 1) สัตว์สามารถนำผู้ป่วยโรคอัลไซเมอร์กลับมาสู่ปัจจุบันขณะได้เป็นอย่างดี เนื่องจากผู้ป่วยกลุ่มนี้มักหลงพะวงและระแวงเป็นส่วนใหญ่ ลูกสุนัขที่ได้รับการฝึกมาเป็นอย่างดี สามารถช่วยกระตุ้นให้ผู้ป่วยอัลไซเมอร์หลุดออกมาจากภาวะเหล่านั้น

- 2) สัตว์เลี้ยงสามารถช่วยกระตุ้นการสื่อสารพูดคุยได้เป็นอย่างดี เป็นเพื่อนคุย สำหรับผู้ที่มีความบกพร่องในการสื่อสาร หรือเพิ่งเริ่มหัดพูดใหม่อีกครั้งหลังจากเป็นโรคหลอดเลือดสมอง
 - 3) เด็กสมาธิสั้นสามารถจดจ่ออยู่กับสัตว์เลี้ยงได้นานขึ้น ซึ่งช่วยให้เรียนรู้สถานะที่มีสมาธิดี
 - 4) ผู้ป่วยที่มีปัญหาด้านอารมณ์และจิตใจ ก็สามารถนำสัตว์เลี้ยงมาช่วยเสริมสร้างสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตร และเสริมสร้างความผูกพันที่ดีได้ ช่วยให้ลดมุมมองในเชิงลบหรือเลวร้ายที่มีต่อโลกหรือคนรอบข้าง
 - 5) ผู้ป่วยซึมเศร้า สามารถอาการดีขึ้นได้ด้วยสัตว์เลี้ยงเช่นกัน เนื่องจากช่วยลดความซ้ำซากจำเจในชีวิตประจำวัน และเพิ่มความสนใจ ใส่ใจ ในโลกนอกตัวที่กว้างขึ้น
 - 6) สัตว์เลี้ยงช่วยเสริมสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมได้เป็นอย่างดี กระตุ้นให้ออกมาจากห้อง และมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับสัตว์และผู้อื่นมากขึ้น
 - 7) สัตว์เลี้ยงสามารถให้สัมผัสที่อบอุ่นได้เป็นอย่างดี จากการลูบ กอด ซึ่งเป็นเหมือนสัมผัสแห่งรักมาทดแทนสิ่งที่ขาดหายไป
 - 8) สัตว์เลี้ยงเป็นเหมือนจุดเริ่มต้นของความหวังอีกครั้ง จากการได้เรียกหาแล้วได้รับการสนองตอบจากการรอคอยเวลาแล้วได้กลับมาพบกันอีกครั้ง เป็นการสร้างความหวังที่จะมีชีวิตอยู่ต่อไป
 - 9) การนำสัตว์มาเข้าร่วมในการบำบัดเด็กพิเศษ หรือเด็กที่เจ็บป่วยเรื้อรัง อย่างน้อยที่สุดก็ช่วยให้ชีวิตดูง่ายขึ้น และมีสีสัน ความสนุกสนานมากขึ้น และเพิ่ม
- โดยสรุปแล้วการบำบัดด้วยสัตว์มีประโยชน์มากมาย ถ้าสามารถเลือกนำมาใช้ได้เหมาะสม อย่างน้อย

3 ประการ คือ

- 1) ผลทางด้านจิตวิทยา คือ ช่วยให้เกิดความผ่อนคลาย สร้างเสริมแรงจูงใจ
- 2) ผลทางด้านชีววิทยา คือ การเพิ่มสัญญาณชีพ
- 3) ผลทางด้านสังคม คือ กระตุ้นให้เกิดการสื่อสารระหว่างผู้ป่วยและผู้ดูแล

กระบวนการและรูปแบบการบำบัดด้วยสัตว์

ในการบำบัดด้วยสัตว์ ไม่มีกระบวนการและรูปแบบที่ตายตัวเช่นกัน แต่มีการออกแบบการบำบัดรักษาให้เหมาะสมกับแต่ละบุคคล สัตว์ที่นิยมนำมาใช้ในการบำบัดได้แก่

- 1) สุนัขบำบัด (Dog Therapy)
- 2) อาซาบำบัด (Hippotherapy)
- 3) โลมาบำบัด (Dolphin Therapy)
- 4) มัจฉาบำบัด (Fish Therapy)
- 5) แมวบำบัด (Cat Therapy)
- 6) ช้างบำบัด (Elephant Therapy)
- 7) กระบือบำบัด (Buffalo Therapy)

ข้อควรคำนึงในการบำบัดด้วยสัตว์

สัตว์ชนิดใดที่มีความเหมาะสมในการบำบัด นอกจากพิจารณาจากจุดมุ่งหมายที่ต้องการในการบำบัดแล้ว ยังต้องพิจารณาว่าผู้รับการบำบัดชอบหรือไม่ชอบด้วย และเมื่อเริ่มการบำบัดแล้วก็ต้องติดตามการตอบสนองของเด็กด้วยว่าดีหรือไม่

ข้อพึงระวังที่สำคัญที่มองข้ามไม่ได้ คือ ความกลัวและอาการภูมิแพ้จากขนสัตว์ ซึ่งต้องสอบถามประวัติเหล่านี้ก่อนว่ามีหรือไม่ ต้นทุนค่าใช้จ่ายในการบำบัดก็เป็นสิ่งที่ควรนำมาพิจารณาประกอบการตัดสินใจด้วยเช่นกัน เนื่องจากการบำบัดด้วยสัตว์หลายชนิดมีค่าใช้จ่ายสูงมาก