



Stress hos hunden **Orsaker, symtom och förebyggande åtgärder**

Stress in dogs
Causes, symptoms and preventive measures

Hanna-Mari Petersson

Sveriges Lantbruksuniversitet
Institutionen för husdjurens miljö och hälsa
Djursjukvårdarprogrammet

Skara 2008

Studentarbete 158

Swedish University of Agricultural Sciences
Department of Animal Environment and Health
Veterinary Nursing Education

Student report 158

ISSN 1652-280X

Stress hos hunden
Orsaker, symtom och förebyggande åtgärder

Stress in dogs
Causes, symptoms and preventive measures

Hanna-Mari Petersson

Examensarbete, 7,5 hp, Djursjukvårdarprogrammet

Handledare: Anne Nilsson

Innehållsförteckning

<i>Abstract</i>	4
<i>Summary</i>	4
<i>Inledning</i>	5
<i>Metod</i>	5
<i>Resultat</i>	6
Fysiologiska och psykologiska förändringar samt följder av stress	6
Stressorer	9
Sjukdomar	9
Kommunikation, kroppskontakt, frustration och separation	9
Träning, lekar och andra aktiviteter.....	11
Orsaker i hemmet	13
Djursjukhus, hundfrisörsalong och hundpensionat	14
Övriga stressorer	15
Symtom på stress	16
Mentala symtom	16
Avföring och urin	17
Könsorgan	18
Födointag.....	18
Symtom från hud och hårrem	18
Andra utseendemässiga symtom	19
Problembeteenden	19
Övriga symtom	20
Förebyggande åtgärder	21
<i>Diskussion</i>	24
<i>Referenslista</i>	26
Litteratur	26
Tidningsartiklar/tidskrifter	27

Abstract

I mitt arbete ville jag få svar på följande frågeställningar; kan hundar uppleva stress? Vad händer i kroppen och vad innebär stress? Hur visar hunden att den är stressad? Vad är det som orsakar stressen? Kan stress utlösa sjukdom hos hunden? Finns det något som kan göras för att förebygga stress hos hundar? Arbetet baseras på litteraturstudier. Vid stress förändras normaltillståndet i kroppen genom frisättning av adrenalin, noradrenalin och kortisol. Stress kan delas in i tre faser; alarmreaktionsfasen, motståndsfasen och utmattningsfasen. Det är under utmattningsfasen som anpassningssjukdomar kan utvecklas. Stress visar sig på alla nivåer i organismen, det vill säga fysiologiskt, beteendemässigt och upplevelsemässigt. Stress kan utlösas av olika stressorer som till exempel bristande kommunikation mellan ägare och hund, för mycket eller för lite kroppskontakt, rädsla, alltför hårda träningsmetoder, oro i hemmet, djursjukhus och olika sorters hot. Dessa och andra stressorer kan ge upphov till olika symtom som bland annat mentala symtom, defekation och urinering, inappetens, klåda, håravfall, olika problembeteenden, allergier och stereotypier. Vissa hundar reagerar starkt på en stressor, medan andra hundar inte gör det. Stressens skadeverkningar är bland annat beroende av hur hunden upplever stressorn, förutsägbarheten samt möjligheten till kontroll. På djursjukhus kan det göras flera åtgärder för att minska stressen hos hundarna. En regel är att använda så lite motstånd som möjligt för att undvika onödigt obehag för hunden. Personalen kan även prata lugnt och tyst, använda hundens namn, undvika att klappa hunden på huvudet eller ha direkt ögonkontakt. Miljön ska vara lugn och plötsligt höga ljud bör undvikas. Akutpatienter och hundar med nedsatt hörsel, syn, lukt eller känsel är extra sårbara och därför bör hanteringen av dessa ske mycket varsamt.

Summary

In this study I wanted to find answers to if dogs can be stressed, and if so, how they show it, what causes the stress, if the stress can lead to diseases and if you can do anything to prevent it. I also wanted to find out what stress means and what happens in the body during stress. This rapport is based on literature studies and I've searched for information in libraries and in a database, PubMed. In a stressed situation, adrenalin, noradrenalin and cortisol are released, and the normal state of the body is changed. Stress can be divided in three stages; the alarm reaction stage, the resistance stage and the exhaustion stage. During the exhaustion stage adaptation diseases can develop. Stress shows itself in every level of the organism, videlicet physiologically, in behavior, and in perception. Some dogs respond strongly to stress stimuli, while others don't. What causes stress is different stressors, for instance, diseases, insufficient communication between the owner and the dog, too much or too little physical contact, fear, too harsh training methods, anxiety in the home, veterinary hospitals, and different kinds of threats. These, and other stressors, can lead to symptoms as for example mental symptoms, defecation and urination, appetite loss, itchiness, molting, behavior problems, allergy, and stereotypies. The damage of the stress depends on how the dog experiences the stressor, how predictable it is and the possibility to control it. Many things can be done at the veterinary hospital to reduce the stress. One rule is to use as little resistance as possible to avoid unnecessary discomfort for the dog. The personnel can talk with a composed voice, use the dogs name, avoid patting the dog's head or have eye contact. The surroundings should be calm and sudden loud noises should be avoided. Emergency patients and dogs with reduced hearing, sight, olfactory sense or feeling is extra vulnerable and this is why the care of these patients should be performed very carefully.

Inledning

I ”*Medicinska ord, det medicinska språket: begrepp, definitioner, termer*” (2005) definieras stress som;

”eg. belastning, påfrestning; ofta använd term för effekten av sådana faktorer, psykiska såväl som fysiska, som utgör en belastning för en organism, t.ex. en människa. Svår kroppsskada, infektionssjukdom, långvarigt hårt arbete, svält, kyla, oro, inspärning m.m. är exempel på stressfaktorer (stressorer). Ett gemensamt drag är att de utlöser en försvarsreaktion från kroppens sida med ökad produktion av hormoner från både binjuremärg och binjurebark. Betydelsen av s. för uppkomsten av sjukdom av olika slag är mycket omdiskuterad.” (Lundh B., Malmquist J., 2005, s.331)

Anledningen till att jag valde att skriva om stress var att jag tycker det är ett intressant ämne. Dagens stress hos människan och följderna av det, gjorde mig nyfiken på om, och hur, stress kan påverka hundar och hur det i sådana fall visar sig. Jag ville också veta varför hundar blir stressade och vad som kan göras för att förebygga det. Därför valde jag att ta med dessa frågeställningar;

Kan hundar uppleva stress? Vad händer i kroppen och vad innebär stress? Hur visar hunden att den är stressad? Vad är det som orsakar stressen? Kan stress utlösa sjukdom hos hunden? Finns det något som kan göras för att förebygga stress hos hundar?

Syftet med arbetet är att få svar på mina frågeställningar samt att upplysa djursjukvårdare och andra intresserade om svaren. Jag vill även läsa om detta för att utifrån svaren kunna upptäcka, och försöka undvika, att hundar som ligger inne på djursjukhus mår dåligt på grund av en eventuell stress.

Metod

Detta arbete baseras på litteraturstudier. Jag har letat information på olika bibliotek och i en databas, PubMed. Från databasen fick jag fram sex artiklar men valde att inte använda dessa, eftersom de inte gav några svar på mina frågor. Tre av dem handlade om undersökningar i beteende och fysiska svar vid kronisk stress i olika miljöer, en grupp hundar hölls utomhus och en grupp hölls inomhus. De tre sista handlade om undersökningar på människor, vilket inte direkt kan relateras till hundar. Jag har i arbetet använt mig av böcker, ett medicinskt uppslagsverk, tidskrifter och studentlitteratur. Mycket av den information jag har använt mig av baseras på populärvetenskaplig litteratur.

I arbetet har jag först presenterat fakta om vad stress är, vad som händer i kroppen vid stress och vad följderna kan bli av långvarig stresspåverkan. Efter det har jag skrivit om vilka olika orsaker, alltså stressorer, som kan leda till eller kan utlösa stress. Dessa har jag delat in i olika underrubriker. Sedan har jag tagit upp olika beteenden och andra symtom som kan tyda på stress. Även dessa har jag delat upp i olika kategorier. Jag har valt att ta med en del exempel på stressorer under rubriken ”symtom på stress”, och en del symtom under rubriken ”stressorer”, för att det ska vara lättare att förstå sambandet och svaren. Till sist har jag tagit upp förebyggande åtgärder, där jag har valt att enbart skriva om åtgärder som kan göras på djursjukhus, eftersom arbetet främst vänder sig till djursjukvårdare.

Resultat

Fysiologiska och psykologiska förändringar samt följder av stress

Genom stress förändras normaltillståndet i kroppen (12). Den första reaktionen, oavsett orsak, är att det frisätts adrenalin och i mindre utsträckning, noradrenalin, från binjuremärgen, vilket sker genom stimulering av det sympatiska nervsystemet (12, 15). Detta sker snabbt, inom loppet av bråkdelar av en sekund (12). Transmittorsubstanserna adrenalin och noradrenalin tillhör gruppen katekolaminer (9). De bryts snabbt ner och överlevnadstiden i blodbanan är bara ett par minuter (7). Noradrenalin orsakar framför allt sammandragning av blodkärlen och blodtrycksstegring. Adrenalin orsakar hjärtklappning, muskelskakningar, dilatering av bronker och av musklernas blodkärl och kontraktion av blodkärlen i huden (9). De orsakar därför förhöjd hjärtfrekvens, och ökar hjärtats slagkraft (15). Adrenalin ger också mydriasis, det vill säga en vidgning av pupillen (12). Dilatering av blodkärlen i musklerna gör att blodgenomströmningen ökar i arbetande skelettmuskulatur, som hjärta och hjärna, medan en mindre mängd går till mag- och tarmkanalen. Dilatering av bronkerna och en ökad andningsfrekvens gör att syrgastillförseln förbättras (7). På grund av det ökade blodflödet och den förhöjda andningsfrekvensen, förses musklerna med mera syre- och näringsrikare blod, och ökar på så sätt styrkan och prestationsförmågan (6). Samtidigt ökar därför syreförbrukningen (12). Katekolaminerna gör även att det blir en ökad nedbrytning av glykogen i lever och muskulatur, vilket ökar koncentrationen av glukos i blodet. Därför har cellerna tillgång till mer glukos som energi. Vidare orsakar de en ökad nedbrytning av fett i fettvävnaden, vilket leder till en högre koncentration av fettsyror i blodet. Individens blir också mer uppmärksam och beredd eftersom formatio reticularis i hjärnstammen stimuleras (7).

I hypotalamus bildas hormonet Corticotropin Releasing Hormone (CRH) som transporteras direkt till hypofysen (6). Där stimulerar CRH hypofysen att frisätta Adreno Corticotropin Hormone eller adrenokortikotropiskt hormon (ACTH) (8, 9). Med blodet förs ACTH till binjurebarken och medverkar där till att kortisol frisätts (6, 8). Kortisol tillhör gruppen glukokortikoider och är viktigt för kroppsfunktionen vid stresstillstånd (9). Det stimulerar nedbrytningen av proteiner och fett vilket leder till en ökad koncentration av aminosyror och fett i blodet, glukoskoncentrationen i blodet höjs och glykogenlagren i vävnaderna ökar. Det är kortisolets förmåga att höja glukoskoncentrationen i blodet som är viktigt i stressituationer (7). På så sätt frigörs mer energi till kroppens celler (12). Kortisol förstärker noradrenalinets blodtryckshöjande effekt, vilket är viktigt för att undvika blodtrycksfall och chocktillstånd. Vid förhöjd produktion av kortisol ökar proteinnedbrytningen och DNA-syntesen hämmas, vilket gör att tillväxten hämmas. Detta sker på grund av att kroppens resurser ska användas till att försöka cellen med energi i stressituationer och inte för tillväxt. I höga doser har kortisol en antiinflammatorisk effekt, eftersom det minskar tillströmningen av vita blodkroppar till inflammerade områden. Detta ger nytta i stressituationer då det ger skydd mot att inflammatoriska processer får ett våldsamt förlopp och ger stora vävnadsskador. Ytterligare en effekt av kortisolet är att det minskar antalet blodcirkulerande lymfocyter och att mängden lymfoid vävnad minskar, vilket leder till att det blir en minskad produktion av antikroppar. Detta gör att immunsystemet hämmas (7). Om det insöndras för mycket kortisol, aktiveras under normala förhållanden, feedback-mekanismen, genom att det frisatta kortisolet hämmar ytterligare bildning av ACTH och därmed ytterligare frisättning av kortisol. Detta är viktigt för att det inte ska förekomma en överproduktion av kortisol i kroppen. Men vid stresspåverkan fungerar inte feedback-mekanismen normalt (12).

Stress leder till en förhöjd aktivitet i kroppen, och kan utlösas av olika retningar, eller stressorer, som till exempel infektioner, skador, ilska och glädje (12). Alltså reagerar kroppen med stress vid olika påfrestningar (6). Kroppen reagerar genom att samla sina resurser på ett sätt som gör att den kan möta både fysiska och psykiska påfrestningar (7). Stress är ur ett evolutionärt perspektiv en viktig reaktion för att överleva och med hjälp av det kunde också anpassning ske till ändrade miljöbetingelser (12). Individer har på grund av stressmekanismen på så sätt kunnat föra sina gener vidare. Men djurens miljö har förändrats mycket på flera sätt, genom att människan började hålla djur som husdjur. De tidigare funktionella och livsnödvändiga fysiologiska mekanismerna och beteendemönstren kan i den nya förändrade miljön bli skadliga. Det som var bra i en omgivning kan vara skadligt i en annan (18).

Stress kan delas in i positiv och negativ stress. Positiv stress är en nödvändig aktivering av kroppen som gör att djuret utnyttjar sin energi på bästa sätt. I första hand leder stress till en optimal prestationsberedskap (12). Vid stress ökar även muskelstyrkan på mycket kort tid. Hallgren A. (2003) menar att reaktionerna i kroppen vid stress, är ett reservenergisystem som sätter igång vid fara eller vid andra tillfällen när styrka behövs, och förstärker försvars- och flyktberedskapen (6). Stressreaktioner är som sagt livsviktiga i naturen och har ett stort överlevnadsvärde, men det är farligt när djuret inte klarar av att stänga av dem (8). Negativ stress innebär skadligt höga krav på kroppen och det är ofta den negativa stressen det syftas till när det pratas om stress idag (12). Eftersom hunden, under stresstillstånd, är inriktad på flykt eller kamp, kopplas andra funktioner tillfälligt bort, som tankeverksamhet, inlärningsförmåga och måttfullt uppträdande. Därför lönar det sig inte att tala hunden till rätta när den är stressad (6).

Stress visar sig på alla nivåer i organismen, det vill säga fysiologiskt, till exempel genom svettningar och hjärklappning, beteendemässigt, till exempel genom aggression, upprördhet eller oro, samt upplevelsemässigt, till exempel hur man uppfattar sitt eget tillstånd (12). Om flera hundar får uppleva samma situation, upplever kanske en del av dem situationen inte alls som påfrestande medan andra tydligt reagerar negativt (12, 14). Hur de reagerar beror på situationen och hur hjärnan tolkar den. Det kan även vara så att de som klarar stressbelastningen bra, har annat i sin miljö som fungerar bra (6). Stressens skadeverkningar är mer beroende av hur hunden upplever faran, än av stressornas styrka och varaktighet (8, 14, 19). Likaså beror det på om stressorn upplevs som förutsägbar och möjlig att kontrollera, eftersom både förutsägbarhet och känslan av kontroll minskar reaktionerna (8, 19). En av de viktigaste faktorerna bakom stressreaktionen är känslan av att inte kunna förstå orsakerna till olika händelser. Både djur och människor har ett stort behov av att kunna förstå och kontrollera samband (8).

Reaktionen på stress kan delas in i tre olika faser;

- *Alarmreaktionsfasen eller mobilisering*, är den fas då nervimpulser och hormonfrisättning gör att alla de fysiologiska reaktionerna sker, så att kroppen får en optimal reaktionsberedskap (12, 14). Om inte detta hjälper eller om djurets situation inte förbättras inträder nästa fas (14).
- Under *motståndsfasen eller adaptation* stabiliseras reaktionerna men kroppens energireserver töms, immunförsvaret minskar och koncentrationen av vita blodkroppar minskar (8, 14). Individerna kämpar med ökad kraft och styrka för att

kunna klara situationen, men det blir på bekostnad av motståndskraften mot andra stressfaktorer (12).

- Kroppen går in i *utmattningsfasen* när stressen varat alltför länge, eller när en skräck-/chocksituation uppstår om och om igen, och kroppen, trots att den från början lyckades anpassa sig, inte längre kan stå emot. Symtomen som visade sig under alarmreaktionsfasen visar sig igen, men är nu konstanta. Denna permanenta spänning kan i samverkan med andra riskfaktorer, eller om kroppen inte får möjlighet att återhämta sig tillräckligt länge, leda till utveckling av organiska sjukdomar eller anpassningssjukdomar (12). I värsta fall leder den till döden (8, 12, 14). Det kallas anpassningssjukdomar eftersom kroppen och hjärnan försöker anpassa sig till all stress. Kortisol är en av de huvudsakliga orsakerna till anpassningssjukdomar (12).

Hundar tål ett visst mått av daglig stress, men när det blir för mycket kan binjurarna anpassa sig till att ligga på en högre nivå av produktion av stresshormoner (6). Binjurarna kan även börja växa i storlek (6, 8). Detta kan vara ett tecken på långvarigt förhöjd insöndring av kortisol (8). Hunden får då svårt att slappna av, får ett häftigt temperament och blir lättirriterad (6).

En långvarigt förhöjd kortisolhalt i blodet leder som sagt till en försämring av immunförsvaret (6, 12). Detta kan visa sig genom att hunden ofta blir sjuk, att den lider av allergier, att den ofta drabbas av mag-tarminfektioner eller andra mag- tarmbesvär som magsår och kronisk diarré (12). Utvecklingen av magsår beror på att blodförsörjningen till mage och tarm minskar vid aktivering av det sympatiska nervsystemet. Det skyddande slemhinnelaget får mindre energi och tunnas ut, vilket leder till att motståndskraften sänks. Kortisolen påverkar sammansättningen av slemhinnelaget och gör väggen mer känslig för magsyran (8). Tikar kan ofta få utbrott av infektioner efter löpning, till exempel en halsinfektion, eftersom immunförsvaret då har blivit nedsatt (6).

Varaktigt förhöjd kortisolhalt kan leda till fortplantningsproblem. Transmittorsubstansen och hormonet LH (luteiniserande hormon), är nödvändig för att äggen ska mogna hos hondjuren, och för produktionen av testosteron och utvecklingen av spermier hos handjuren. Kortisol hämmar frisättningen av LH och därmed äggmognad, testosteron- och spermieproduktion. Det är därför det är svårt att få djur i fångenskap, till exempel i djurparker, att föröka sig (12). Vidare kan långvarig stress leda till att matspjälkningen blir mindre effektiv, blodtrycket stiger och risken ökar för hjärt- och kärlsjukdomar (7). Mycket stress kan också orsaka näringsbrist, eftersom djuret förbrukar mer näring än normalt (6).

Binjurebarken producerar även andra hormoner, till exempel aldosteron, som tillhör gruppen mineralokortikoider (7, 12). Aldosteron kan under stress på lång sikt förorsaka rubbningar i mineral- och vätskebalansen, vilket i sin tur visar sig i förhöjt blodtryck (12). Detta sker genom att aldosteron stimulerar reabsorptionen av Na^+ , Cl^- och vatten i njurarna, vilket leder till att plasmavolymen ökar och blodtrycket stiger samtidigt som det ger en minskad utsöndring av salter och vatten (7).

Stressorer

Stressorerna, alltså vad som orsakar eller utlöser stress, är många. Stressituationer som inte uppstår ofta eller varar länge, som besök på djursjukhus, leder sällan till bestående psykiska problem eller beteendestörningar. Värre är det med en stressad hemmiljö, därför att hunden vistas där dagligen. De flesta hundar utsätts för stress då och då och precis som människor så klarar vissa hundar av stress bättre än andra (3). Utanför Skandinavien är det vanligt att hundar är överstimulerade på grund av för hetsiga lekar och liknande. Detta är mer sällsynt i Sverige, där det är vanligare att hundarna är understimulerade (12).

Sjukdomar

Stress kan utlösas av sjukdomar som påverkar prestationsförmågan, det vill säga sjukdomar som orsakar bristande rörlighet eller bristande funktion i inre organ som till exempel hjärta eller njurar (12). Likadant gäller för hundar som är döva, blinda eller har nedsatt känsel. Dessa har inte samma möjligheter som en frisk hund att förstå omvärlden och måste hela tiden kompensera för denna brist (13, 12). Sjukdomar som leder till akut eller kronisk smärta som till exempel skador, blodförlust, chock eller reumatism är stressande (12). Ryggproblem kan leda till stress, aggressivitet eller rädsla (6).

Kommunikation, kroppskontakt, frustration och separation

Det är stressande för hunden om den inte vet vad som förväntas av den eller om den inte kan bedöma situationen. Ett exempel är när hunden under träning förväntas att lyda ett kommando som den inte förstår innebörden av. Hunden måste genom att titta på kroppsspråk, gester och mimik och lyssna på rösten samt utifrån tidigare erfarenheter utvärdera vad som förväntas av den. Detta är inte alltid så lätt för hunden och om den dessutom är stressad för att ägaren har tappat tålamodet och börjat bli irriterad, eller bestraffar hunden för att den inte lyder, är det nästan omöjligt för hunden att lista ut vad den ska göra (12). Hundar betraktas ofta felaktigt som olydiga i sådana här situationer, framför allt i hundklubbssammanhang. Hunden tycks klara av situationen riktigt bra men kan helt plötsligt börja bete sig som en överaktiv valp. Ägaren blir arg och hunden blir ännu värre (3).

Om ägaren uppträder inkonsekvent ur hundens synvinkel sett, kan han/hon försätta sin hund i en situation av stor osäkerhet om vad som förväntas av den (12). Hunden upplever då en konflikt (6). Ett exempel är om hunden ibland får sitta i soffan och ibland blir bestraffad om den gör det (6, 12). Ett annat är om hunden får matbitar vid bordet när den är ensam hemma med ägaren, men blir tillsagd och ivägskickad när han/hon har gäster. Nagel M. och Reinhardt C. menar att ju längre osäkerheten om vad som förväntas av den får pågå, desto högre blir stressnivån (12). En tredje konfliktsituation som hunden kan råka ut för är om husse och matte, under en promenad, skiljs åt. Hunden kanske då springer fram och tillbaka för att samla ihop sin flock. Likadant blir hunden splittrad ifall ägaren kallar på sin hund och ibland straffar den när den inte kommer tillräckligt snabbt eller för att den gjort något den inte får. Hunden kopplar då samman orden som kom och hit med både något bra och något dåligt. Den dras då mellan att vilja lyda och fruktan för att bli bestraffad. På samma sätt upplever hunden det som jobbigt när ägaren ena stunden hetsar upp hunden i lek, men i nästa stund tröttnar och skäller på hunden för att den inte slutar. Andra stressorer är om kraven är hårda fast uppfostran är bristfällig, om matte säger en sak och husse en annan och när en del personer som hunden möter är snälla och andra är irriterade (6).

Hundar kan bli stressande när de inte förstår människans beteende. Detta kan till exempel vara om ägaren straffar sin hund för, ur ägarens synvinkel, ett dominant beteende, men hunden inte är dominant. Hunden har agerat som den borde göra med tanke på situationen, men ägaren har misstolkat situationen på grund av bristande fackkunskap. Ett exempel är en yngre hund som närmar sig en annan äldre hund med en attityd för att imponera och hotar den äldre hunden tydligt. Husse tror att hans hund är överdrivet dominant och straffar den. Saken är den att husse inte vet att hunden, vid en promenad med matte någon dag innan, har blivit överfallen av den äldre hunden. I denna situation har hunden dels blivit stressad av att konfronteras med en hund som den känner att den måste försvara sig emot, och dels för att ha blivit bestraffad av husse som har missbedömt situationen (12). En hund som blivit orättvist angripen av en annan hund kan i sin tur angripa andra hundar på samma sätt, eller överdrivet aggressivt (6).

Det kan vara stressande för hunden när den ibland blir överöst med kärlek och uppmärksamhet, för att kort därefter inte bli sedd alls eftersom ägaren har fått annat att göra. Även för mycket respektive för lite kroppskontakt stressar hundar. Små hundar och valpar blir många gånger väldigt ompysslade och burna på. Men det blir ofta för mycket för dem, vilket syns på deras minspel, kroppsspråk och de lugnande signaler de sänder ut (12). Dessutom så är valpar ibland reserverade för främlingar och vill först själva nosa lite för att bilda sig en uppfattning om personen. Om inte detta tillåts utan en främmande människa tränger sig på valpen så att den kryper ihop, kan detta ge men för livet, som rädsla för folk. Människan har försökt visa hur ofarlig han är genom att försöka tvinga fram valpens förtroende genom att klappa den. Men en reserverad hund ska alltid lämnas ifred och själv välja när den vill hälsa (6). Som tidigare nämnts kan också för lite kroppskontakt utlösa stress. Vissa hundar får knappt uppleva någon kroppskontakt alls, och när en hund hela tiden blir avvisad då den försöker få lite uppmärksamhet, är det stressande. På samma sätt upplever hunden stress om den har för många eller inga regler alls. När den hela tiden blir styrd och tillsagd om vad den ska göra och inte göra, är det stressande, liksom om den inte ha några regler alls att följa, eftersom den då saknar säkerhet och rutin (12).

Det kan ibland vara så att hunden och ägaren inte passar ihop. Om inte hunden kan leva upp till människans krav eftersom livssituationen inte överensstämmer med hundens grundläggande behov är det stressande för hunden. Ett exempel är om en vorsteh av framstående jaktstam bor tillsammans med en heltidsarbetande person i en trerumslägenhet och får gå en promenad runt kvarteret två gånger om dagen. Ett annat exempel är att en basset med korta ben alltid måste följa med sin ägare på långa promenader i bergen (12). Ifall hundar inte får utlopp för sina naturliga beteenden eller en drift inte kan fullföljas, kan det leda till stress (8, 14).

En annan stressor är om hunden har ett mål som den inte kan uppnå (8). Hunden upplever då en frustration. Den hindras då från att göra något den verkligen vill eller komma åt någon eller något den vill fram till. All den aktivitet som skulle användas till att göra det hunden ville bromsas upp, och den blir då irriterad. Stresshormoner utsöndras och hunden kan bli aggressiv, vilket ökar kraften och hjälper till att övervinna hindret. En situation som kan starta frustration hos hundar är om de går mycket i koppel och inte får vara lösa. En hund blir mer intresserad av en annan hund ifall den hindras från att hälsa, utan de bara får titta på varandra på avstånd. Detta gör den frustrerad och kan leda till att den kanske börjar kasta sig fram och tillbaka (6). Hallgren A. (2003) menar att ju fler sådana här situationer hunden upplever ju aggressivare blir den, både mot människor och mot andra hundar (6).

Separation kan stressa hundar (14). Att bli lämnad ensam kan innebära en rädsla för att bli övergiven (4, 12). Det kan till exempel vara när hunden blir lämnad i främmande miljöer som när hunden blir bunden utanför en affär, men även hemma innan den har vant sig vid att bli lämnad ensam. Om denna inlärningsprocess inte klarats av känner hunden stor ångest när husse eller matte försvinner (12). Det är onaturligt för ett flockdjur att skiljas från flocken och bli lämnad ensam kvar (8, 12). Det kan även ha inträffat något skrämmande, som till exempel ett åskväder, när ägaren varit borta, vilket kan ha framkallat rädslan av att vara ensam hemma. Eller så kan det vara så att hunden känner sig fången eller känner frustration över avspärrningen, vilket kan resultera i att hunden försöker att rymma (10). Men problemet uppstår ofta när hunden är starkt fäst vid en person i familjen som uppmuntrar detta. Ändras rutinerna så hunden inte har samma tillgång till denna person så kan separationsångest uppstå (4). Det kan också bero på tidig otrygghet, att en valp har lämnats ensam för långa stunder, eller om en hund i vuxen ålder byter hem (6).

Träning, lekar och andra aktiviteter

Hunden blir stressad av alltför tuffa träningsmetoder som skrämmer den. Detta kan till exempel vara om den blir skrämmd genom att ägaren skriker fram kommandon och om ägaren har en stel och avvisande kroppshållning (12). Vid inläring av nya saker kan bestraffningar vara en stressor. När hunden sedan lärt sig vad som var meningen så kan den kontrollera bestraffningen, men all inläring som bygger på bestraffning innehåller en period av stress (8). Om träningen vållar hunden smärta genom att ägaren till exempel rycker i kopplet hela tiden, eller om ägaren använder sig av kedje- och stryphalsband eller elektriska apparater, är det också stressande (12). Stryphalsband fördelar trycket runt hela halsen, men de muskler som kan ta emot trycket sitter på sidorna av halsen, vilket lämnar nacke och strupe oskyddade (6). Hunden kan även få svåra fysiska och psykiska skador ifall man använder en Halti (grimma/nosgrimma) på fel sätt (12).

Agility och lydnadsträning associeras med glada arbetande hundar, men det orsakar ofta stress hos hunden på grund av det höga tempot och prestationskraven, speciellt om hunden ska delta i tävlingar och vinna priser. Om hunden inte har någon framgång, misslyckas med uppgifterna och ständigt blir frustrerad över ansträngningarna den gör, kan den känna en stress. Detta gäller vid alla former av träning. Utöver detta känner hunden att ägaren är missnöjd med den (12).

Hos tjänstehundar byggs det upp psykiska och fysiska belastningar vid en alltför intensiv träning eller ansträngande tjänstgöring, vilket kan leda till överansträngning och hög stress (6, 12). Vissa av dessa hundar får därför problem med sjukdomar i njurarna, hjärt-kärlsystemet och i mag-tarmkanalen och utvecklar ofta även beteendestörningar. En annan stressfaktor är utmattningstillstånd, vilket kan orsakas av, förutom sömnbrist, att hunden blir överansträngd vid promenader, träning eller lek (12).

Ytterligare en stressor är om leken mellan hund och hund eller hund och människa blir för tuff. Ett exempel är tuffa lekar med en valp, som då försöker undkomma genom att dra sig tillbaka eller gömma sig. Även vuxna hundar blir överansträngda när leken blir alltför hektisk och nästan aggressionsladdad. Vissa ägare tror att hunden blir stark av tuffa lekar, men leken kan istället orsaka att hunden försöker försvara sig våldsamt så att den antligen får vara ifred. Detta kan leda till att hunden, efter att ha huggit i luften och skällt för att försvara sig, blir så överansträngd att den nafsar till ägaren istället. På så sätt slutar ägaren oftast och tillrättavisar hunden, vilket endast lär hunden att den får lugn och ro först då den

försvarar sig våldsamt (12). Hunden kan också utveckla aggressivitet av sådana här komplekar och därför menar Hallgren A. (2003) att så lite komplekar som möjligt bör göras med hunden (6). Mellan hundar kan liknande situationer uppstå och därför bör alltför upphetsade lekar avbrytas (12). Den som är starkast, snabbast och smartast vinner kampen, och det är ingen skillnad på om det är på allvar eller lek, eftersom kroppen upplever den ökade aktiviteten i kroppen i båda situationerna (6).

Vilken stressnivå hunden har kan styras av dess förväntningar, vilka kommer av de retningar som hundens sinnesorgan registrerar (14, 17). Det blir en ökad stressnivå ifall retningarna skapar förväntningar på fysisk aktivitet, medan retningar som innebär att hunden förväntar sig passivitet leder till att stressnivån sjunker. Ifall ägaren tar med sig hunden till en viss plats för att låta den leka med andra hundar, bildas det efter hand en förväntan hos hunden. När den sen närmar sig platsen eller ser andra hundar springa runt och leka, förväntar sig hunden att den också ska få göra det. Därmed ökar också stressnivån eftersom hunden förväntar sig fysisk aktivitet (17). Om hunden då till exempel får sitta fastkopplad eller sitta i bilen och skälla då andra hundar jobbar, blir hunden, förutom att den förut var upphetsad och hade höga förväntningar, nu också frustrerad och därmed ännu mer stressad (14).

I alla lekar där hunden jagar efter någonting, till exempel bollar eller pinnar, imiteras den sista sekvensen i fångsten av bytesdjur (12). På så sätt produceras lika mycket stresshormoner som det görs i de verkliga jaktsituationerna i naturen (6). Normalt tar tiden innan själva attacken av ett bytesdjur flera timmar, ibland dagar. Men vid själva attacken krävs en hög aggressionsberedskap, snabbhet och kraft, vilket uppnås genom att stresshormoner utsöndras. Genom att kasta pinnar och bollar påverkas därför insöndringen av stresshormoner om och om igen, eftersom den sista delen av fångsten av bytesdjur hela tiden upprepas. Detta visar sig genom att hundar kan hetsa upp sig enormt vid denna typ av lekar och är mycket snabba att försvara sitt byte (12). Det skapas även en förväntan på fysisk aktivitet hos hunden. Den förbereder sig både mentalt och fysiskt för att springa så fort ägaren tar upp en pinne, eftersom hunden förväntar sig att den ska kastas (17). Att kasta pinnar då och då är inget fel, utan det är skadligt först när det blir för mycket för hunden. Hunden kan då bli överstimulerad och överaktiv, eftersom den blir piggare och får bättre kondition ju mer den motioneras (6). Detta gäller även vid överdrivna springlekar där en hund försöker fånga en annan hund. Ifall detta får hålla på för länge kan det övergå i mobbing eller öppna aggressioner (12). Hundar blir mer trötta av psykiska uppgifter än av fysisk motion. Istället för att springa efter bollar eller pinnar, vilket gör dem stressade, kan de kanske få leta efter dem istället, vilket är mycket mer naturligt. Understimulering, vilket också är stressande, kan å andra sidan leda till att hunden inte lyssnar och är svårfostrad, eller rymmer hemifrån (6).

Även om valpträffar är viktiga kan det vara stressande för valpen om den blir överansträngd genom att hålla på för länge, om grupperna är för stora eller kraven för höga. Det kan till exempel vara om valpen, trots att den är trött, konfronteras med ytterligare stimulans från omgivningen, eller om den väcks för att hela gruppen ska kunna fortsätta leka. Valparna blir inte bara stressade för stunden, utan illa ledd träning i valpgrupper kan leda till effekter på hundens beteende även senare i livet. Alltför höga krav på valparna leder till att de blir gnälliga, vissa direkt retliga och aggressiva. De förknippar de erfarenheter de fått under den här tiden med något negativt, eftersom de inte klarar av att bearbeta dem. De alltför höga kraven som leder till aggression, ofta mot andra hundar, kan även leda till mobbing. Valpar som mobbar andra hundar blir allt bättre på

detta från gång till gång. När de mobbade hundarna senare i livet har uppnått en fysisk och psykisk mognad som gör att de kan försvara sig, kan det leda det till att även de blir mobbare (12). De använder sig då av samma metoder som de själva blivit utsatta för tidigare (6, 12). Dessa hundar kan senare i livet visa ett tuffare lekbeteende och umgås ofta hårdhänt med andra hundar. Nagel M. och Reinhardt C. (2005) menar därför att ingen någonsin ska låta sin valp bli alltför tufft behandlad av andra, utan hjälpa valpen när den söker skydd eller vill fly. Vidare menar de att ägaren ska ingripa när den blir alltför nedtryckt och är överansträngd, genom att låta den slippa vara med och att ägare aldrig ska tro på en tränare som försöker övertala ägaren att detta är normalt och att hundarna själva klarar ut det (12).

På hundkurser kan för stora, eller felaktigt sammansatta grupper, till exempel fel åldersfördelning, fel könsfördelning, en valp i en grupp med unghundar eller en grupp av jämnstarka hanar eller tikar, stressa hundarna (12). De flesta klarar av hundkurserna utan problem men vissa hundar blir nervösa första gången de ska gå på hundkurs. Fisher J. (1996) hävdar att ägare då brukar få råd som att hunden vänjer sig. Men hunden blir stressad och nervös av att vistas länge i den här, för hunden, otäcka miljön. Dessutom så lär sig hunden ingenting på kursen ifall den är stressad. Vidare menar Fisher J. att det som kan göras istället är att gå till en privat instruktör för att slippa ifrån stressmomentet och på så sätt kunna lära hunden vad ägaren vill (3).

Hundutställningar i stora utställningshallar med ibland flera tusen besökare om dagen, kan vara påfrestande för hundar. Förutom att de hela tiden blir överösta av intryck, har de även mycket små möjligheter att röra sig (12). Vid första utställningen kanske hunden vägrar att gå in i lokalen på grund av den stora belastningen den känner från alla lukter och ljud. Den måste då pausa för att smälta alla intryck för att kunna fortsätta in, och en hund som tvingas gå in innan den har vant sig kan utveckla rädsla (6). Alla främmande situationer är stressande för hundar, fastän de är ofarliga, eftersom det är ansträngande för dem att ta in nya saker och registrera och bearbeta olika stimuli. Därför behöver hundar ha tillräckligt lång viloperiod när de upplevt något nytt, för att dämpa upphetsningen (12).

Orsaker i hemmet

Hunden kan bli stressad ifall dess sociala miljö är orolig med till exempel bråk, våld, ilska, aggressivitet eller långvarig stress i familjen. Likaså om ägaren har haft en dålig dag på jobbet och tar med en irriterad samtalston hem till hunden, fastän det inte är personligt menat (12). Fisher J. (1996) menar att detta inte behöver skapa problem om det inte förekommer väldigt ofta, men att hunden blir stressad av situationen ändå. Men han skriver också att fyllegräl, uppkäftiga tonåringar och konstanta gräl ofta är strakt bidragande orsaker till beteendestörningar hos hundar (3).

Ett gästfritt hem med ständiga besök av främmande människor som pratar med hunden, kan vara en stressor, även om många hundar tycker om när det kommer besök (6, 12). När hunden försvarar sitt område mot inkräktare är det påfrestande. Om ägarna, när hunden skällande springer mot dörren, följer efter och är arga på hunden för att få den att bli tyst, får det motsatt syfte (6). En annan stressfaktor är en ständig ljudkuliss och barn i hemmet. Liksom människor behöver också hundar lite lugn och ro. Före en viss ålder betraktar barn hundar som gosedjur och uppfattar inte den som ett självständigt, kännande väsen, utan kanske håller fast, drar och sliter i hunden. Det är därför viktigt att föräldrarna alltid är med och talar om hur hunden ska hanteras. Men bara att barnen rusar omkring och väsnas när

de leker, leker med högljudda leksaker, eller protesterar högljutt, skriker och gråter, kan bli för mycket för hunden. Stress kan dessutom uppstå ifall det är för många hundar i hemmet, om det inte finns möjlighet att dra sig tillbaka och den personliga sfären inte värnas tillräckligt. Detta kan leda till sömnbrist, vilket också är en stressor. Sömnbrist kan även bero på sjukdom, smärtor eller att dess sömnbehov inte respekteras (12).

Det kan också vara så att de hundar som bor tillsammans inte trivs ihop, om det så bara är två hundar. Detta behöver inte nödvändigtvis leda till allvarliga slagsmål, men den ständiga undermedvetna konflikten orsakar en enorm stress bara av att ständigt behöva undvika någon och smyga omkring. Vissa hundägare kanske inte tänker på detta utan tar in en ny hund i hemmet utan att ta hänsyn till sympatier och antipatier (12). På liknande sätt kan rangordning skapa stress. Ifall den ranglåge inte kan komma undan eller hålla ett nödvändigt avstånd till den ranghöge, och därför saknar kontroll, kan det vara mycket stressande för den. Den ranghöge kontrollerar situationen på sitt sätt genom att vara mer aggressiv (8).

Stress kan utlösas om hundens rörelsemöjligheter begränsas, till exempel om den står bunden eller vistas i hundgård längre perioder, men även om den får vara i trädgården utan att få komma ut och promenera (6, 12). Likaså om de lämnas ensamma för ofta och för länge, inte känner tillräcklig samhörighet med familjen eller inte har tillräckligt att sysselsätta sig med, känner de sig ensamma och har det långtråkigt. Om en hund mår fysiskt dåligt på grund av att den utsätts för hunger, törst, kyla, värme, oljud samt bristande möjligheter att kissa och bajsa kan det stressa den (12). Men det är upplevelsen av att inte få någon mat som gör djuret stressat, inte själva undernäringen (8, 18, 19). Likaså är det inte stressande med en gradvis ökning av temperaturen, utan det är plötsliga höjningar som upplevs som jobbiga. Det är också så att köld och värme först blir stressande ifall hunden har gjort allt för att behålla den normala kroppstemperaturen, men det inte fungerar. Ett tredje exempel där upplevelsen spelar roll är, enligt Jensen P. (1996), att fysisk ansträngning bara upplevs som stressande när djuret upplever att den måste reagera snabbt (8). Alltså reagerar hunden ibland med stress först när den får en psykisk påfrestning och upplever situationen som stressande (8, 19).

Djursjukhus, hundfrisörsalong och hundpensionat

Det är många faktorer som gör att hunden känner stress vid besök på djursjukhus. Hunden har ofta fysiska besvär som gör att den måste besöka veterinären. Den kan ha obehagliga erfarenheter från tidigare besök. Hundägaren kan vara upprörd. Den personliga sfären kränks vid undersökningar gjorda av, för hunden, främmande människor. Eventuella smärtsamma behandlingar är stressande (12). Enbart blodprovstagning kan vara stressande för hundar. Om det dessutom upprepas så kan hunden snabbt lära sig att förknippa vad som händer före ett blodprov, till exempel hanteringen, med den obehagliga upplevelsen och får en stressreaktion redan då (8). Hundar kan reagera olika i olika djursjukhusmiljöer. På ett litet djursjukhus, där det går lugnt och stillsamt till, kan hunden vara framfusig, medan ägarna kanske är osäkrare är hunden. Om hunden blir erbjuden en godisbit menar Fisher J. (1996) att hunden ofta kastar i sig den. Han anser att hunden här kan känna att flocken, alltså ägarna, känner sig osäkra och därför måste ta befälet. Om hunden anser att det är hans uppgift, men inte är genetiskt utrustad för det, kan det leda till ledarskapsstress. Vid besök på ett stort djursjukhus med många besökare och mycket i rörelse kan hundarna, enligt Fisher J. däremot känna sig osäkrare än ägarna. Hundarna kan då visa stressymtom

som att de fäller hår och verkar kuvade och vägrar oftast ta godis som den blivit erbjuden. Båda miljöerna kan därför vara stressande för hundarna (3).

Vid besök hos hundfrisör finns många stressfaktorer, som bland annat olika ljud från klippmaskiner och fönar, och den kraftiga kränkningen av den personliga sfären. Många hundar tycker heller inte om att bli badade, stå uppställda på ett bord samt få klorna klippta. Utöver detta så lämnar ägaren hunden där ensam. Även att lämnas på hundpensionat kan utlösa kraftig stress på grund av den ovana miljön, de främmande dofterna och att skiljas från sin ägare och den vana hemmiljön. En annan orsak kan vara att det är för många hundar på ett begränsat utrymme och det inte finns möjlighet att dra sig tillbaka och den personliga sfären inte värnas tillräckligt. Nagel M. och Reinhardt C. (2005) anser att det ofta förekommer stressbetingad mobbing och andra aggressiva beteenden på hundpensionat (12).

Övriga stressorer

Många hundar blir stressade av alla intryck som passerar förbi under bilresor. Några hundar blir åksjuka och dreglar eller kräks hela tiden, och de förknippar illamående med bilresor (6, 12). Andra kopplar ihop bilresan med negativa erfarenheter som till exempel besök hos veterinären eller när man tog dem från mamman, kullsyskonen och den trygga miljön hos uppfödaren, och blir därför rädda (12).

Hundens kropp sätts i alarmberedskap när den upplever hot, oavsett om hotet är verkligt eller inbillat (12). Alltså är det upplevelsen av hot, och inte hotet i sig självt, som är stressande (8). Om en hund blir rädd eller aggressiv utsöndras stresshormoner eftersom den förbereder sig för att fly eller för att bygga upp en beredskap för att angripa hotet. I vissa situationer är rädsla en nyttig egenskap, som till exempel när en bil närmar sig. Hunden förstår inte att bilen är farlig, men när den närmar sig blir hunden kanske rädd och går ner i diket (17). Men rädsla kan bli en stor stressfaktor ifall hunden utsätts för det som skrämmer den ofta (6). Många hundar är rädda för oväder som åska, storm, kraftigt regn, hagel och naturkatastrofer som jordbävning (12). Det som upplevs som ett hot för en hund kan upplevas som ofarligt för en annan (14). Olika signaler som människor skickar ut kan uppfattas som ett hot ur hundens synvinkel. Dessa är bland annat att stirra hunden i ögonen, gå rakt emot den, böja sig över den och blotta tänderna (6).

Vid chock ökar bland annat stresshormonproduktionen (6). Här syftas till den chock som är ett psykiskt tillstånd med till exempel förvirring och apati (9). Det kan inträffa till exempel om hunden blir påkörd. Dessutom så har hunden lättare för att stressa upp sig om den tidigare varit med om en psykisk chocksituation. Ett annat exempel på en psykiskt chockande situation är flygtransporter. Vanligen behandlas hundar som bagage, där de körs ut till planet tillsammans med övrigt bagage och sätts nära motorerna i väntan på ilastning. Ibland varmkörs motorerna under tiden och Hallgren A. (2003) anser att detta kan skada hundarna för hela livet. Vidare menar Hallgren A. att om det då handlar om en valp som ska transporteras till sitt nya hem är detta förödande eftersom den, förutom detta, också mår dåligt över att ha tagits ifrån mamman och kullsyskonen. Det är just då den verkligen behöver trygghet (6).

En annan stressfaktor är hypersexualitet, som är mycket vanligare hos hanhundar än hos tikar. Det är inte bara hunden som är hypersexuell som är stressad, utan det är även den som blir utsatt för det påträngande beteendet. Likaså är tikens löpperiod stressande för

tiken. Fastän den är helt naturlig, är det ändå en stressfaktor när tiken till exempel behöver avvisa påträngande hanhundar när hon ännu inte är parningsberedd. Nagel M. och Reinhardt C. (2005) anser därför att tiken under denna period inte bör utsättas för ytterligare påfrestningar (12). Även hanhundar kan bli väldigt oroliga eller upprörda om de inte kommer åt en löpande tik, eller bor i en box nära en tik som löper, på till exempel ett djursjukhus (13). Likaså gäller det om hanhunden lever i ett område där det alltid finns någon tik i löpning (6).

Hundar upplever en stress när de förlorar någon. Hundar sörjer, förutom personer i sin närhet, även andra djur som de levt tillsammans med eller kompisar som de träffat på sina dagliga promenader. Beroende på hur stark relationen var sörjer de olika mycket och olika länge. Andra plötsliga förändringar som flyttning, tillökning i familjen och ägarbyte kan även det utlösa stress hos hunden (12).

Symtom på stress

Det uppträder ofta flera stresssymtom samtidigt. Dessutom kan olika symtom visa sig hos olika individer och de använder sig av olika strategier för att ta hand om och bemästra situationen och stressen. En del av symtomen kan uppträda oberoende utav stress (12). Det måste därför undersökas om det handlar om ett medicinskt problem eller inte (3). Det är viktigt att se helhetsbilden för att kunna avgöra detta (12). Om hunden bara visar symtomen i speciella situationer är det troligt att det handlar om ett stressbeteende (3).

Mentala symtom

Om hunden verkar vara nervös hela tiden och är mycket lättskrämmd kan det tyda på att hunden är stressad (12). Likaså är rastlöshet ett tecken på stress. Detta kan till exempel visa sig genom att en hund springer fram och tillbaka, har svårt att slappna av, inte finner någon ro på sin vanliga liggplats och reagerar kraftigt på ljud. I situationer där den normalt är lugn kan den på grund av stress reagera med att bli orolig eller ängslig. En annan hund som upplever en situation som jobbig, eller om den inte vet hur den ska hantera den, kan reagera helt tvärt om. Hunden visar det genom att vara mycket lugnare och mer tillbakadragen än normalt. Om hundar reagerar med passivitet är det svårare att känna igen och de blir ofta missförstådda och anses vara lugna bara. De visar detta genom att gå med sänkta ryggar, låga huvuden och är stillsamma (14).

Vid besök på djursjukhus visar sig hundens rädsla ofta som ökad aktivitet, genom att den blir upphetsad. Den kan även visa sig extra tillgiven genom att buffa på hundägaren och söka kroppskontakt (4).

Om hunden gör saker som inte överensstämmer med situationen, kan det handla om lugnande signaler eller ett kompensationsbeteende. Ett exempel är när en hund sätter sig ner och frenetiskt börjar klia sig själv när den möter en annan hund och håller på med detta tills den andra hunden har kommit fram å hälsat och eventuellt börjat leka. Om leken blir för intensiv eller för vild kan hunden till exempel börja sniffa intensivt. Genom att göra så skickar hunden lugnande signaler till den andra hunden. Hunden visar också ofta med lugnande signaler att den känner sig osäker, stressad eller överansträngd. Hunden kan också vara så stressad att den inte längre visar några signaler, utan har då stängt av också denna form av kommunikation. Man kan då eventuellt inte få någon reaktion överhuvudtaget. En ytterligare stegring i stressen är att hunden avskärmar sig från omvärlden och lever i en inre värld (12). Det kan också handla om överslagshandlingar, när

hundar betar sig på ett sätt som är irrelevant för situationen (8, 14). Det kommer av att hunden är starkt motiverad till flera beteenden samtidigt, och upplever en inre konflikt. Ett exempel är när två hundar är nära ett slagsmål. Hunden dras mellan att fly eller att attackera, och driften att utföra båda är stor. Den kan då för en kort stund vända sig om och gäspa för att sedan vara tillbaka i utgångsläget. Driften för båda beteendena är stor och då kan inget av dem utföras. Istället kan ett beteende som tidigare hämmats visas, som att gäspa i detta exempel, eftersom gäspning inte hör ihop med ett möjligt slagsmål (8). Men det kan också ske i situationer där hunden känner en nervös spänning, som till exempel att den börjar klia sig när den känner osäkerhet inför en arg ägare. Detta gör hunden på grund av att den nervösa spänningen i kroppen får utlopp genom handlingen, för att i nästa stund veta hur den ska handla (14).

Vid ångest befinner sig kroppen i alarmberedskap, muskler och nerver är i spänning och på grund av den minskade blodtillförseln till mag- och tarmkanalen, leder det till svårigheter med matsmältningen. Eftersom kroppen är stressad och på så sätt beredd blir reaktionen kraftigare när något händer och hunden reagerar kraftigt för små retningar, till exempel när någon tappar något i golvet. En ångestfull hund förväntar sig att något otäckt ska hända och förväntan blockerar sinnesfunktionerna så att den ser och hör det den förväntar sig (6).

Om hunden har svårt att koncentrera sig på nya övningar och uppgifter, eller om den glömmer bort övningar som den i normala fall behärskar, kan det tyda på att den är stressad. Det kan då se ut som om den har fått en blackout och i helt vanliga vardagssituationer kan den verka stå utanför sig själv (12). Stress och motivation påverkar hundens benägenhet att reagera på retningar (17). Yttre och inre stimuli bestämmer graden av motivation (8). En ökning av motivationen påverkar hundens benägenhet att reagera på en viss typ av retningar, medan en höjning av stressnivån gör hunden mer benägen att reagera på alla typer av retningar. En hund med hög motivation och låg stressnivå är koncentrerad och målmedveten och reagerar inte på retningar som inte har med saken att göra. En hund med låg motivation och hög stressnivå, kan först kanske verka arbetsvillig, men är istället ofta splittrad, störs lätt av andra retningar, och har därför svårt att koncentrera sig (17).

Avföring och urin

Vid stor oro eller om hunden plötsligt blir skrämdd bidrar aktiveringen av det sympatiska nervsystemet och adrenalinfrisättningen till att skicka signaler till ändtarmen att släppa avföring. Så om hunden måste släppa avföring så fort den kommer till träningsplatsen, även om den precis har varit på en långpromenad, kan anledningen vara oro och/eller stress (12). Stressfaktorer kan framkalla urinmarkering, som nya människor i hundens närhet, löptikar, möjlighet att få para sig eller ett veterinärbesök (4). En annan situation som kan vara jobbig för hunden, där den har ett ökat behov av att urinera, är när en hund är ensam hemma, men inte är van vid det. Den kan då genast visa att den måste gå ut när ägaren kommer hem, även om det inte var så länge sen sist (12). Hundar kan också urinera när de känner sig hotade, eftersom det är ett dämpande beteende, och urinera eller släppa avföring när de är rädda, till exempel vid åskväder (10). Att urinera eller släppa avföring verkar belönande på grund av de fysiologiska effekterna det har på kroppen (4). Stresssituationer kan även leda till att urinproduktionen minskar. Detta beror på att när blodflödet till hjärta, hjärna och skelettmuskulatur prioriteras, minskar blodflödet till njurarna. På grund av att filtrationstrycket inte ändras så mycket så leder det till att vanliga

avfallsprodukter utsöndras med en nästan normal hastighet. Men om blodflödet kraftigt minskar sjunker filtrationen och urinproduktionen kan upphöra helt (7).

Vid stress kan även symtom från mag- och tarmkanalen, som diarré och kräkningar, uppstå, vilket också är ett av de vanligaste symtomen. Raser som är speciellt känsliga är till exempel collie, schäfer och cavalier king charles spaniel. Om hunden ofta utsätts för stressande situationer kan följden bli kronisk diarré, där kanske varken läkemedel eller dieter hjälper (12).

Könsorgan

Vid stress kan hanhunden visa penis och det är lätt att skilja på om det är en sexuellt stimulerad parningsberedd hanhund eller om den är stressad. Detta beror på att hunden för det mesta bara visar den främre delen, ibland bara spetsen av penis, ifall det beror på stress. Hundar kan även rida på andra hundar, föremål eller människor, och är alltså inte alltid ett sexuellt beteende. Det är inte bara hanhundar, utan även tikar, som gör detta (12). Om en valp rider kan det vara ett tecken på stress, men det kan också vara ett sätt att testa olika beteenden utan att det behöver betyda något (6, 12).

Hypersexualitet eller hyposexualitet, alltså om hunden reagerar överdrivet kraftigt på det andra könet eller om den tvärt om visar svagt intresse, kan det bero på stress. Relativt ofta kan stress leda till förändringar i löpcykeln hos tikar, vilket gör att löpperioderna kommer antingen för tätt eller för glest. Det kan också i en del fall resultera i att könsmogna, ej steriliserade tikar, inte löper på flera år, eller medföra en förlängd löpperiod (12).

Födointag

Inappetens kan uppstå när hunden kommer till en främmande miljö, till exempel när den blir lämnad på ett hundpensionat eller på ett djursjukhus där den inte känner sig hemma eller inte mår bra. Det kan också uppstå om hunden tränas för mycket (12). Plötsliga förändringar som när den förlorar en person eller en annan hund som den fäst sig vid, kan leda till att den matvägrar (4). Tvärt om kan en annan hund, under stress, istället reagera med att hektiskt kasta i sig allt som den hittar, inkluderat osmältbara saker (12).

Vissa hundar kan dricka överdrivet mycket när de utsätts för stress. Detta kallas psykogen polydypsi, vilket är en psykosomatisk åkomma. Ett exempel som Fogle B. (1991) tar upp är en hund som drack tre till fyra liter om dagen under tre till fyra dagar varje gång den kom tillbaka från ett hundpensionat (4).

Symtom från hud och hårrem

Plösligt uppträdande håravfall kan till exempel ses på hundutställningar, eftersom hundens stressnivå kan vara hög där (12). Även vid besök på djursjukhus kan detta uppträda (3). Om hunden under en längre tid har haft dålig pälskvalitet och kraftigt håravfall kan det vara ett symtom på stress. Detta kan gå så långt så att hunden får kala fläckar på kroppen (12).

Vanliga symtom är eksem, klåda och sår. Mjällbildning förekommer ofta hos hundar med torr hud, vanligen hos rottweiler och dobermann, men även hos andra raser. Det kan uppträda helt plötsligt, speciellt vid besök på djursjukhus. Även morrhåren kan stå tydligt rakt ut och eventuellt vibrera, speciellt morrhåren på kinderna (12).

Andra utseendemässiga symtom

Att hunden reser ragg tolkas oftast som ett tecken på aggressivitet, men kan även tyda på att hunden är stressad, osäker, glad eller får något annat känsloutbrott. Vilken känsla det är frågan om kan utläsas av situationen i sig och hundens beteende i övrigt (12).

Hundens muskeltonus ökar och musklerna blir spända. Därför bör hunden inte få kommandon som ”sitt” och ”ligg” under stresspåverkan, eftersom den då inte har möjlighet att röra sig så att musklerna kan slappna av. Om hunden tvärt om inte får röra sig kan det leda till muskeldarringar, eftersom kroppen försöker skaka loss de spända musklerna. En hund kan därför darra när den tycker att en situation är påfrestande. När den sedan förstår att det inte är farligt eller när situationen är över skakar hunden på sig för att lösa upp spänningarna i kroppen. Om inte detta lyckas kan det leda till smärtsamma muskelkramper, som enligt Nagel M. och Reinhardt C. (2005) i vissa fall kan vara så kraftiga att de kan likna ett epileptiskt anfall (12).

Ett annat stressymtom är om hunden verkar överansträngd och sjuklig, till exempel har slapp, ihopsjunkna kroppshållning och matta, insjunkna ögon (12). Om hunden ofta går med tydligt hängande svans, är den inte heller glad (6, 12). Symtom från ögonen kan ses när de blir rädda, genom att de spärras upp. Om överansträngningen är kraftig kan det leda till nystagmus, det vill säga okoordinerade ögonrörelser. Förändring av ögonfärgen kan ses vid hög stressbelastning, men etiologin är okänd. Ögonen kan också, på grund av hypertoni, bli blodsprängda genom att kapillärerna i ögat brister (12).

Hos vissa hundar produceras det mer vätska i nosens slemhinna, vilket leder till att nosen börjar rinna. Det utsöndras även mer svett, vilket kan ses som fuktiga tassavtryck på golvet (12).

Ett annat uttryck för stress är att hunden slickar så mycket på tassar, svans eller på genitalia att det blir öppna sår. När dessa områden är så sönderslickade att de smärta, utsöndras endorfiner, som verkar smärtlindrande och humörhöjande. Detta gör det lättare för hunden att stå ut med situationer som den upplever som stressande (12). Andra hundar kan istället klia och gnaga på sig själva (3).

Problembeteenden

En rastlös eller understimulerad hund drar ofta mycket i kopplet (6, 14). Detta beror på att den känner att den måste framåt (14). Hundar kan också börja bita i kopplet, eftersom hundarna avreagerar sig då. Beteendet kan uppträda kort efter en anspänning eller en situation som är svår för dem att hantera, till exempel vid lydnadsträning. Även om de blir överansträngda vid promenad eller om det blir för mycket för dem när de är på stadspromenad, så kan de visa det genom att bita i kopplet. Nagel M. och Reinhardt C. (2005) hävdar att detta ofta förekommer på hundpensionat eftersom dessa hundar utsätts för mycket hög stress på grund av att de lever tillsammans med så många andra hundar på en liten yta. Vidare hävdar de att det ofta inte heller finns tid att gå ut med alla hundar och möjligheten för dem att få springa fritt är begränsad. På grund av detta blir hundarna ännu mer upphetsade när de väl får gå ut på promenad, och tillsammans med det uppdämda rörelsebehovet och stressen, så leder det till att bitandet i kopplet blir värre. Om en hund på grund av detta inte får följa med ut så ofta så ökar frustrationen ytterligare och problemet blir ännu värre. Hunden kanske då inte bara biter i kopplet utan även i kläder eller i människan (12).

Om hunden förstör föremål, till exempel när den blir lämnad ensam, är det ett uttryck för stress (12). Detta bitande löser spänningar (4). Hunden kan även skälla oupphörligt och ständigt yla (12). Eller så kan hunden smågnälla och pipa (6). Detta kan vara tecken på separationsångest (4). Överdrivet skällande kan också bero på understimulering, ohämmad revirförsvarslust, eller rädsla för främmande människor (6).

Stress kan leda till aggressivitet. Om hunden till exempel känner att den tappar kontrollen över sin omgivning så kan den utveckla aggressivitet mot andra runtomkring. I en stressituation, som när hunden är kopplad och den bli väldigt arg på en annan hund, men då inte kommer åt den, kan hunden bita ägaren istället. Det är då ett omriktat beteende. Ifall hunden både är rädd och arg på någon eller något kan den visa det genom ett pendlande beteende, alltså att den först kan springa nästan ända fram och skälla för att skrämja bort den eller det. Men när den kommer fram så flyr hunden istället, eftersom hotet då känns farligare. Hunden pendlar mellan försvar och flykt och kan inte välja något av det. Ju mer lättstressad en hund är desto oftare upplever den sådana här konflikter (14).

Om hunden förbjuds att bete sig som den gör kanske den slutar med beteendet, men det räcker inte som åtgärd eftersom den fortfarande upplever stress och kommer då istället hitta andra sätt att kompensera stressen med. Därför är det viktigt att istället hitta orsaken till beteendet (12).

Övriga symtom

Stress och stressgraden hos hunden kan orsaka eller påverka alla slags allergier, som till exempel allergi mot födoämnen, kvalster, loppbett, pollen och olika grässorter samt insektsmedel. Detta beror på att immunsystemet är nedsatt (12).

Hunden kan flämta för att tillgodose det ökade syrebehovet och sänka den ökade kroppstemperaturen som blir. Syrebehovet ökar på grund av ökad hjärtverksamhet och muskelspänningen, och kroppsvärmen ökar genom att ämnesomsättningen ökar. Om hunden hela tiden flämtar, till exempel när den åker bil, kan det bero på att hunden är rädd för det och inte bara för att den är varm. Stress kan även utlösa dålig lukt, speciellt dålig andedräkt på grund av flämtandet. Den dåliga lukten beror också på att stress leder till en ökad magsyraproduktion (12).

Ett mycket tydligt tecken på stress är att hunden nafsar i luften samtidigt som den klappar tänder. Det kan till exempel vara i situationer där ägaren leker och springer med hunden och hunden tycker det är påfrestande, eller när hunden känner sig trängd, vilket gör att den medvetet nafsar i luften utan att träffa någon. Hunden kan även fixera blicken på den eller det som gör den stressad eller orolig, för att kunna avgöra vad den eller det kommer att göra. På liknande sätt kan hunden vara fixerad av olika irritationsmoment som ljuskäglor eller flugor. Nagel M. och Reinhardt C. (2005) påstår att detta ofta händer, speciellt hos vakthundar. Hunden kan då inte koncentrera sig på något annat än att jaga detta, ofta bara med blicken, och hugger efter det (12).

Stereotypier kan vara ett symptom på stress (4, 8, 12, 14). Det kan bero på att hunden har ett behov som inte är uppfyllt och att den är motiverad till att utföra ett beteende som den inte kan göra i den miljö den lever i, eller att hunden har en alltför ostimulerad miljö (8, 14). Det finns två typer av stereotypier; rörelsestereotypier och stereotypa ljudyttringar (12). Antingen upprepas de ofta eller så håller de i sig under en längre tid och upptar en stor del

av djurets tid samt utförs alltid på exakt samma sätt, utan anledning och utan att leda till någonting. Exempel på stereotypier hos hundar är att de snurrar runt, jagar sin egen svans, springer fram och tillbaka, skäller monotont eller att de frenetiskt slickar sig (8, 12). Hunden kan som ett stereotyp beteende snappa efter flugor trots att inga flugor finns (4). Det finns teorier om att djuret använder sig av stereotypier för att undvika att hamna i ett långvarigt stresstillstånd, och på så sätt hanterar situationen. Men det finns studier som både bekräftar detta och som inte kan hitta denna koppling. Om det är så och om hunden då hindras från att göra beteendet skulle stressreaktionerna i såna fall öka, men inte heller här finns några entydiga svar (8). Ångest kan leda till att den utför stereotypa handlingar som enligt Hallgren A. (2003) lättar ångesten. Om hunden blir bestraffad för sina reaktioner ökar det bara ångesten och hunden använder fler ångestdämpande reaktioner (6). Hundar kan också utföra stereotypa rörelser som att springa uppför eller nedför en trappa eftersom den fysiska aktiviteten löser spänningar. Därför kan hundar som är stressade också vara hyperaktiva (4).

Inlärld hjälplöshet betyder att hunden upplever att, vad den än gör så kan den inte påverka sin situation. Den ger upp efter en tid och slutar att försöka, hur obehaglig och hemsk situationen än är (6, 8, 14). Den stressande upplevelsen av att helt sakna kontroll över obehag förstör hundens förmåga att senare lära sig att kontroll kan vara möjlig, och trots möjlighet att kunna hantera situationen väljer hunden att låta sig utsättas för stressorn. Enligt Jensen P. (1996) är en sådan här hund väldigt stressad (8). Hunden visar då symtom som nedsatt initiativförmåga, brist på spontan aktivitet, apati, svårigheter att lära sig att det är lönande att kämpa, minskad aggression, bristande aptit, viktreducering, hyposexualitet, minskat socialt beteende och sämre immunförsvar. Situationer som kan bidra till att hunden lär sig hjälplöshet är om den utsätts för en eller flera chockar, eller om den är instängd i en bur, rastgård eller är fastkedjad eller uppbunden längre än kortare stunder. Även misshandel eller hård och auktoritär uppfostran och träning, många förbud och få tillåtelser kan leda till det, liksom mobbing eller långvariga smärttillstånd (6).

Förebyggande åtgärder

Som tidigare nämnts reagerar djur med stress när de kommer till djursjukhus och möter främmande människor och miljöer (16). Alla hundar är unika och vad som är normalt för en hund är kanske inte det för en annan. Därför är det bra om personalen känner till varje hunds normala humör och beteendemönster. Men eftersom djursjukhus inte är någon avslappnad miljö för djur, omringade av främmande ansikten, lukter och ljud, kommer de därför kanske uppträda onormalt (13). Om de upplever smärta kan även detta göra att de inte visar sitt normala beteende (16).

Rädsla och oro gör att tillfrisknandet försämras och förlängs. Därför är det viktigt att djursjukvårdaren gör allt för att minska stressen hos hunden. Genom att tänka på den naturliga miljön och rutiner för hunden kan flera enkla saker göras för att minska stressen på djursjukhusen (13).

Hur ett djur blir hanterat kan lätt påverka hundens välbefinnande och hur effektivt olika undersökningar kan utföras. Ineffektiv eller olämplig hantering kan utsätta hunden för onödig stress och obehag. Detta förstör inte bara hundens välbefinnande utan kan också leda till att hunden börjar försvara sig genom ett aggressivt beteende eller att ett sådant här beteende förstärks. Kunskaper i hantering av hundar och hur de kan kontrolleras är en

viktig färdighet som en djursjukvårdare kan lära sig (1). En regel är att så lite motstånd som möjligt ska användas mot hunden för att undvika onödigt obehag för den (16).

När hunden kommer in till undersökningsrummet bör en bedömning av hunden göras. Det är även viktigt att tänka på vad den troligen upplever (16). Men också hunden kommer under personalens samtal med ägaren att studera djursjukvårdaren eller veterinären och kolla efter signaler från ägaren som kan visa ifall personalen är ett hot eller inte. Att prata vänligt med ägaren någon minut kan hjälpa till att få fram det meddelandet till hunden. Enligt Atkinson T. (2003) ska handskakning med ägaren försöka undvikas, om inte ägaren först räcker fram handen, eftersom detta kan ses som en hotande gest och hunden kan bli aggressiv för att skydda ägaren (1).

Vid icke akuta fall ska alltid tid ges till att vinna förtroende från både hunden och ägaren. Genom att närma sig hunden tyst men bestämt, använda hundens namn och prata med en lugn ton, minskas stressen (16). Om det är möjligt ska personalen uppmuntra hunden att komma till sig istället för att direkt närma sig hunden. Det bör undvikas att hunden trängs in i ett hörn och att sätta sig ner till hundens nivå är ofta mindre hotande än att böja sig över den (1, 6). Men inte för nära, eftersom ansiktet då kan nås av hunden ifall den skulle bita (1). Det bör även undvikas att klappa hunden på huvudet, eftersom den då känner sig hotad när handen närmar sig ovanifrån och mot ögonen. En hund tycker bättre om smekningar på kinden och på sidorna av halsen (6). Några hundar kanske är naturligt sällskapliga och godtrogna och behöver inte mycket till introduktion med främmande människor, men detta ska inte vara något antagande. Det kan avläsas från hundens kroppsspråk ifall den har accepterat personalen. Genom detta kan också en bedömning göras, om hur fasthållning kan utföras. Ifall hunden är rädd eller arg när personal hälsat på den kan personalen överväga valmöjligheterna. En bedömning kan också göras om ifall ägaren kommer att vara till hjälp eller ett hinder vid en eventuell fasthållning av hunden. Vissa hundars beteende kan förbättras så fort ägaren är borta (16). Detta kan bero på att ägaren ibland oavsiktligt förstärker hundens rädsla eller aggression. Hanteringen av dessa kan därför med fördel göras när ägaren inte är med (1, 16). Andra hundars beteende kan vara bra när ägaren är med men blir arga eller rädda när de lämnas (16). När hunden sedan ska separeras från ägaren går det oftast bättre om personalen ber ägaren lämna rummet först för att sedan leda iväg hunden (1).

När hundar ligger inne på djursjukhus är de inlåsta i en bur där de inte kan fly. När en främmande människa närmar sig kan hunden känna sig hotad och reagera med ”fly eller fäkta” genom att morra eller hugga efter hotet (13). Ibland är vissa hundar motvilliga till att lämna den säkra burens på djursjukhusen, och försvarar sig då genom aggressivitet när personalen försöker ta ut den eller när de närmar sig burens. För att undvika att behöva konfrontera hunden och för att säkert kunna ta ut den kan ett lätt koppel lämnas kvar på hunden som personalen kan få tag i med hjälp av till exempel en sopborste, när hunden ska gå ut. I de flesta fall lämnar då hunden burens utan motstånd och går med egen vilja med djursjukvårdaren. Men, koppellet får aldrig fästas till ett stryphalsband och hunden måste övervakas regelbundet medan den har ett koppel kopplat till sig (1). Genom att ta tag i halsbandet eller nackskinnet kan hunden bli skrämmd och orsaka att den vänder sig om och biter. Därför bör detta undvikas (13).

Det finns även feromonprodukter, som DAP, som har en lugnande effekt på hundar, genom att minska upptäckten av nya saker i miljön. En annan sak som kan göras för att minska stressen är att personalen använder sig av samma kommandon som hunden är van vid

hemma. Ju fler kommandon som används som hunden är van vid, ju mindre främmande blir miljön (10).

Hundar brukar tycka det är stimulerande med aktivitet runt omkring dem varje dag, men personalen ska försöka undvika konfrontationer (13). Hunden kan uppfatta direkt ögonkontakt som en utmaning eller hot som kräver ett aggressivt svar, och bör därför undvikas (6, 13). Men när ägaren eller någon annan som hunden tycker om ser den i ögonen, uppfattas det inte på samma sätt. Att skratta och då rikta signalen mot hunden bör undvikas. En del hundar visar, enligt Hallgren A. (2003), nämligen underkastelse och ibland även flykttendenser då. Men det är inga problem att skratta utan att titta på hunden (6). Tillräckliga villkor för rastning ska ges, även om detta får anpassas till hundens hälsotillstånd. Seymour J. (2007) menar att ifall det inte finns det blir hundarna ofta oroliga och blir skamsna om de smutsar ner i boxen. Därför är det viktigt att även städa direkt ifall hunden har kissat eller till exempel har diarré och bajsat på filten. Vid rastning vinner dessutom hundarna på att få frisk luft och solljus (13).

Djursjukvårdare kan hjälpa hundarna mycket genom att ha dem i en lugn miljö i ett varmt och mörkt rum, samt genom att röra sig tyst och lugnt samtidigt som de pratar lugnt. Det kvittar vad de säger, bara tonen är lugn (5). Ljudnivån ska försöka hållas så låg som möjligt och plötsligt höga ljud bör undvikas. Om möjligt, så ska skällande hundar isoleras och åka hem så snabbt som möjligt. Detta kan göra mycket för att lugna en rädd hund. En stressad djursjukvårdare ökar graden av oro hos en nervös hund (13). Vid behandling av hunden ska den inte stressas, utan ett försiktigt närmande är mycket mindre stressande (5). Helst ska varje hund bli undersökt och skött av samma person hela tiden, för att skapa ett förtroende mellan hunden och människan (13).

Att ha kontakt med människohänder är mycket viktigt, speciellt för hundar. Därför bör personalen försöka klappa hundarna så fort de har tid, om hunden tycker om det. Om den visar någon oro så är det bäst att hantera hunden så lite som möjligt och kanske till och med täcka för buren för att hunden ska få vara i fred (5). För vissa hundar är det en fördel om de under en period inte blir hanterade medan de blir vana vid miljön (2). Stressen kan också minskas genom att ägaren hälsar på regelbundet, och tar med sig en filt eller en leksak hemifrån som hunden brukar tycka om, eller om hunden får mat i sin egen matskål (11).

Vissa hundar blir stressade av andra djurs närvarande, och placeringen i boxarna bör därför ses över för att minska detta. Hanhundar kan bli väldigt oroliga eller upprörda ifall de är i en box nära en hona som löper. Därför anser Seymour J. (2007) att det bör undvikas att skriva in honor som befinner sig i östrus, och därför är sexuellt mottagna, ifall det inte är absolut nödvändigt (13). Ifall hunden är stressad på djursjukhuset ska den få åka hem så snabbt som möjligt med tanke på hundens välbefinnande (11).

Hundar med nedsatt hörsel, syn eller känsel kan känna sig extra sårbara på djursjukhus (13). De vet inte om det de inte känner, hör eller ser medför lust eller olust. Detsamma gäller för hundar med nedsatt luktsinne (6). Därför är det bra om personalen ser till att minska så mycket som möjligt av all typ av oro hos dessa hundar (13). Det är framför allt äldre hundar som drabbas, och de kan visa detta genom att de blir skrämde av någon som kommer överraskande. Därför bör alla närmanden till dessa hundar göras framifrån och ljudligt, så att den ser och hör när någon kommer (6). Närmandet bör även göras sakta (2).

Många akutpatienter är nedstämda, har ont eller är förvirrade. När de då samtidigt är i en främmande miljö som på djursjukhus, med främmande människor kan det göra situationen värre. Trots situationen bör personalen därför tänka på att vara snälla och försiktiga, prata lugnt och använda hundens namn så mycket som möjligt. Även hos dessa hundar är det viktigt att ta reda på om hunden har nedsatt hörsel, syn eller rörelseförmåga, eftersom detta kan göra situationen än mer skrämmande (2). Så lite hantering som möjligt vid alla undersökningar bör eftersträvas och akutpatienter bör aldrig hindras från att se vad som händer (2).

Diskussion

Det material jag främst har använt mig av är populärvetenskaplig och etologisk litteratur, men även av ett medicinskt uppslagsverk, en fysiologibok, en vetenskaplig bok, populärvetenskapliga tidskrifter och studentlitteratur. Att jag använt mig mycket av populärvetenskaplig litteratur kan vara en nackdel, eftersom jag inte vet vilken vetenskaplig grund de bygger på. Populärvetenskaplig litteratur skrivs ofta på ett förenklat vetenskapligt språk vilket i det här sammanhanget innebär att den också ibland använder sig av färre medicinska termer, termer som mer precist anger vad som beskrivs. Detta gör det svårt att ibland exakt veta vad som avses och det finns en risk för egna tolkningar. Istället för populärvetenskaplig litteratur kunde jag ha använt mig mer av vetenskaplig litteratur, men anledningen till att jag inte gjorde det var att jag inte fann några. Jag skulle därför vilja ha haft med fler referenser för att kunna styrka det jag har skrivit och för att på så sätt känna trygghet i att det jag har skrivit stämmer. Många av påståendena är inte vetenskapligt underbyggda utan bygger mycket på författarnas egna iakttagelser. Det finns därför mycket att undersöka och forska om kring ämnet stress hos hundar, för att vetenskapligt kunna underbygga, eller få en annan förklaring till, vad författarna och andra har iakttagit i samband med stress. Det skulle exempelvis vara intressant med forskning kring jämförelser i olika miljöer på djursjukhus och om djuromvårdnad på djursjukhus, eftersom detta är ett stort område för djursjukvårdare.

Jag har fått svar på alla mina frågor. Hundar kan uppleva stress och detta kan medföra många följder. Det finns förebyggande åtgärder som kan motverka detta, men de åtgärder jag har valt att ta med handlar enbart om vad som kan göras på djursjukhus och täcker inte alla stressorer. Ägare och andra människor i hundarnas omgivning har därför ett stort ansvar. På grund av detta tycker jag att personalen på djursjukhus ska tänka på att, i den mån det går, informera djurägare om detta, och göra dem uppmärksamma på att många problem och sjukliga förändringar kan ha med stress att göra. Det finns kanske inte många ägare som tänker på att hunden faktiskt kan uppleva stress och att det kan vara skadligt ifall det får pågå länge.

Ägare kommer till djursjukhus för att hunden är sjuk och för att få råd och få en medicinsk bedömning av problemet. Därför bör de även bemötas på ett sådant sätt där alla tänkbara medicinska orsaker till symtomen undersöks. Genom litteraturstudien har det framkommit att stress kan yttra sig på många olika sätt och leda till olika sjukliga förändringar. Därför bör vi som personal inom djursjukvården, efter att ha uteslutit medicinska orsaker till en åkomma, ha i åtanke och inte glömma bort att många sjukdomssymtom kan bero på stress. Genom att ställa rätt frågor till ägaren går det i regel att få fram ledtrådar till vad orsaken kan vara, det är ju inte säkert att ägaren vet att till exempel diarré kan vara ett tecken på stress, och remittera hunden till en etolog om det bedöms som nödvändigt.

Även om jag inte visste vad som kan utlösa stress hos hundar, förväntade jag mig ändå att hundar kan uppleva stress, eftersom stressmekanismen funnits länge och hjälpt till vid överlevnad. Jag hade förväntat mig flera av de stressorer som finns, men blev förvånad över hur stor roll ägaren spelar och att de omedvetet försätter sin hund i stressade situationer. Många av de symptom jag fick fram hade jag också väntat mig eftersom liknande tecken på stress syns hos människan, men vissa andra förvånade mig. Dessa var bland annat att hundar kan bli hyper- eller hyposexuella, få eksem, klåda och sår, samt att de kan se direkt sjukliga ut. Även de sjukdomar som långvarig stress kan leda till, hade jag inte väntat mig. Jag tycker det är skrämmande att många hundar kommer i kontakt med stressor, som kan leda fram till detta, varje dag. Orsaken till detta, tror jag, många gånger kan vara okunnighet hos ägare.

Arbetet har visat att stress är precis lika skadligt för hundar som för människor, och jag hoppas därför att information och kunskaper om stress och dess skadeverkningar når ut till ägare, så att de kan göra livet bättre för sina fyrbenta vänner.

Referenslista

Litteratur

- (1) Atkinson T., (2003). Handling and control. In: Cooper B., Lane D. (ed.) *Veterinary Nursing*. tredje upplagan. Oxford: Butterworth-Heinemann. BSAVA, British Small Animal Veterinary Association. ISBN 0 7506 55259 (s. 1, 3-4)
- (2) Boag A., Nichols K., (2007). First aid and emergencies. In: Cooper B., Lane D., Turner L. (ed.) *Textbook of Veterinary nursing*. fjärde upplagan. India: Replika press Pvt. Ltd. BSAVA, British Small Animal Veterinary Association. ISBN 9780905214894 (s. 357-358)
- (3) Fisher J., (1996). *Vad du inte visste om din hund, hemligheter från A-Ö*. Stockholm: Kommentus Förlag. ISBN 91-7344-984-9 (s.190- 193)
- (4) Fogle B, (1991). *I huvudet på en hund, hundens psykologi och beteende*. Borås: Bokförlaget Forum. ISBN 91-37-10035-1 (s.198, 201, 202, 208, 212-213)
- (5) Goodwin J., (2003). First aid. In: Cooper B., Lane D. (ed.) *Veterinary Nursing*, tredje upplagan. Oxford: Butterworth-Heinemann. BSAVA, British Small Animal Veterinary Association. ISBN 0 7506 55259 (s. 107)
- (6) Hallgren A., (2003). *Problemhund och hundproblem*. sjätte omarbetade utgåvan. Västerås: ICA Bokförlag. ISBN 91-534-2480-8
- (7) Haug E., Sand O., Sjaastad Ö. V., (1993). *Människans fysiologi*. Stockholm: Liber AB. ISBN 91-47-04806-9 (s. 139, 212, 214-217, 436)
- (8) Jensen P., (1996). *Stress i djurvärlden*. Falköping: LTs Förlag. ISBN 91-36-03278-6
- (9) Lundh B., Malmquist J., (2005). *Medicinska ord, det medicinska språket: begrepp, definitioner, termer*. fjärde upplagan. Lund: Studentlitteratur. ISBN 91-44-03710-4 (s. 6, 8, 53, 57, 167, 181, 241, 331)
- (10) Mills D., Shepherd K., (2007). Animal training and behaviour. In: Cooper B., Lane D., Turner L. (ed.) *Textbook of Veterinary nursing*. fjärde upplagan. India: Replika press Pvt. Ltd. BSAVA, British Small Animal Veterinary Association. ISBN 9780905214894 (s. 206, 208)
- (11) Morrissey S., (2003). Basic organisation and management. In: Cooper B., Lane D. (ed.) *Veterinary Nursing*. tredje upplagan. Oxford: Butterworth-Heinemann. BSAVA, British Small Animal Veterinary Association. ISBN 0 7506 55259 (s. 199)
- (12) Nagel M., Reinhardt v. C., (2005). *Stressade hundar*. Västerås: ICA bokförlag. ISBN 91-534-2553-7
- (13) Seymour J., (2007). Observation and assessment of the patient. In: Cooper B., Lane D., Turner L. (ed.) *Textbook of Veterinary nursing*. fjärde upplagan. India: Replika press Pvt. Ltd. BSAVA, British Small Animal Veterinary Association. ISBN 9780905214894 (s. 228-229)

(14) Tapper I, (2002). *Etologiboken, om hundars beteende*, Falköping: Bilda Förlag. ISBN 91-574-7557-1 (s. 115, 118-122)

(15) Toates F., (1995). *Stress, Conceptual and biological aspects*. West Sussex: John Wiley & Sons Ltd. ISBN 0 471 96021 7 (s. 38-39)

(16) Williams E. M. (1994). Handling and control. In: Cooper B., Lane D. (ed.) *Veterinary Nursing*. Oxford: Pergamon. Elsevier Science Ltd. BSAVA, British Small Animal Veterinary Association. ISBN 0-08-0422896 (s. 1-2)

(17) Wilsson E., (2005). *Etologi för hundägare, om reningar, beteenden och mentala egenskaper hos vårt äldsta husdjur*. Kristianstad: Tisslegården Ord & Jord. ISBN 91-631-7935-6 (s.30, 32, 34)

Tidningsartiklar/tidskrifter

(18) Algers, B. Hultgren, J. Stress – ett begrepp med många sidor.(1990, 15 augusti). *Svensk veterinärtidning*, s. 403-404

(19) Jensen, J. Stressar din hund? Rapport från den 23: e internationella etologikongressen. (1994) *Hundsport, Svenska kennelklubbens tidskrift*, nr. 4, s. 21