



Djurs påverkan på människans mentala och fysiska hälsa

Mathilda Sjöberg och Thea Sjödin

Självständigt arbete i djuromvårdnad • 15 hp
Sveriges lantbruksuniversitet, SLU
Fakulteten för veterinärmedicin och husdjursvetenskap
Djursjukskötarprogrammet
Uppsala 2023



Djurs påverkan på människors mentala och fysiska hälsa

Animals' effect on human's mental and physical health

Mathilda Sjöberg och Thea Sjödin

Handledare: Maria Andersson, Sveriges lantbruksuniversitet, Institutionen för husdjurens miljö och hälsa

Bitr. handledare: Anna Lundberg, Sveriges lantbruksuniversitet, Institutionen för husdjurens miljö och hälsa

Examinator: Therese Rehn, Sveriges lantbruksuniversitet, Institutionen för husdjurens miljö och hälsa

Omfattning: 15 hp
Nivå och fördjupning: Grundnivå, G2E
Kurstitel: Självständigt arbete i djuromvårdnad
Kurskod: EX0994
Program: Djursjukskötprogrammet
Kursansvarig inst.: Institutionen för kliniska vetenskaper
Utgivningsort: Uppsala
Utgivningsår: 2023
Upphovsrätt: Alla bilder används med upphovspersonens tillstånd

Nyckelord: Antrozologi, assistansdjur, beteende hos djur, djurassisterad terapi, djurvälstånd, djurägares hälsa, fysiologiska och mentala effekter av djur, relation mellan djur och ägare, sällskapsdjur

Sveriges lantbruksuniversitet

Fakulteten för veterinärmedicin och husdjursvetenskap

Institutionen för husdjurens miljö och hälsa

Avdelningen för antrozologi och tillämpad etologi

Sammanfattning

Samspelet mellan människa och djur sträcker sig långt bak i tiden och blir alltmer populärt för varje år som går, men på vilka sätt kan detta samarbete påverka människan? Syftet med denna studie var att ta reda på hur människan kan påverkas av djur, både psykiskt och fysiskt, samt hur djurens välfärd kan påverkas av att jobba med människor. Resultatet visar att människor, både friska och sådana som lider av olika sjukdomstillstånd, drar stor nytta av att ha djur i sina liv. De bidrar bland annat till ökad rörelse, social förmåga, trygghet, emotionell stabilitet och mindre ensamhet och förgyller människors vardag. Det finns negativa aspekter av att äga djur som innefattar bland annat ekonomisk belastning, bostadssituation, sjukdomar och stort ansvar, men i slutändan vägs det upp av den villkorslösa kärleken människan får tillbaka. Mer forskning behöver göras för att mer säkerhet kunna säga hur djuren påverkas av att jobba med människor. Tydligare riktlinjer och utvärderingsmetoder behöver utvecklas för att försäkra djurens mående i sitt samarbete med människan.

Nyckelord: Antrozologi, assistansdjur, beteende hos djur, djurassisterad terapi, djurvälfärd, djurägares hälsa, fysiologiska och mentala effekten av djur, relation mellan djur och ägare, sällskapsdjur

Abstract

The collaboration between human beings and animals goes far back in time and is becoming increasingly popular as the years go by, but in what ways can this collaboration affect humans? The purpose of this study was to find out how humans can be affected by animals, both psychologically and physically, as well as how the animal's welfare can be affected by working with humans. The result shows that humans, both healthy and those with different medical conditions, receive great benefits by having animals in their lives. Among other things, they contribute with exercise, social abilities and support, safety, emotional stability, decrease in loneliness and brightens everyday life. There are negative aspects of owning animals which includes for instance economy, living situation, illnesses and great responsibility, but in the end unconditional love makes up for it. Further research is needed to determine how the animals are affected by working with humans. Distinct guidelines and evaluation methods need to be developed further to ensure the animal's wellbeing in their collaboration with humans.

Keywords: Anthrozoology, assistant animal, animals' behavior, animal assisted therapy, animal welfare, animal owners' health, physiological and mental effect of animals, relationship between animal and owner, companion animal

Innehållsförteckning

Figurförteckning	6
1. Inledning	9
1.1 Syfte och frågeställningar	10
2. Bakgrund	11
2.1 Historia	11
2.2 Förhållande mellan människa och husdjur	11
2.3 Äldrevård	12
2.4 Synnedsättning	13
2.5 Epilepsi	13
2.6 Psykisk ohälsa	14
2.7 Immunnedsättning och sjukhusvistelse	16
2.8 Autism	18
2.9 Hur påverkas djuren?	20
3. Material och metod	23
3.1 Enkätstudie	23
4. Resultat	26
4.1 Kön och ålder	26
4.2 Typ av djur	27
4.3 Motion	28
4.4 Stress	30
4.5 Trygghet	33
4.6 Tröst	35
4.7 Påverkan i vardagen	36
5. Diskussion	38
5.1 Husdjurs inverkan på människor	38
5.2 Djurens välfärd i arbete med människor	40
5.3 Ska det implementeras mer djur inom vården?	41
5.4 Metoddiskussion	42
5.5 Konklusion	43
Referenser	44
Tack	48

Figurförteckning

Figur 1. Stapeldiagram som visar vilka ålderskategorier respondenterna tillhörde i procent (n=114?).....	26
Figur 2. Tabell som visar ålderskategori respondenterna tillhörde i antal och procent (n=114).....	27
Figur 3. Stapeldiagram som visar vilket/vilka djur som respondenterna har eller har haft i procent (n=114).....	28
Figur 4. Tabell som visar vilket/vilka djur respondenterna har eller har haft i antal och procent (n=114).....	28
Figur 5. Stapeldiagram som visar respondenternas ställningstagande till motion i procent (n=114).....	29
Figur 6. Tabell som visar respondenternas ställningstagande till motion i antal och procent (n=114).....	29
Figur 7. Stapeldiagram som visar respondenternas ställningstagande till följdfråga till motion i procent (n=101).....	30
Figur 8. Tabell som visar respondenternas ställningstagande till följdfråga till motion i antal och procent (n=101).....	30
Figur 9. Stapeldiagram som visar, i procent, respondenternas ställningstagande till stress om att äga djur (n=114).....	31
Figur 10. Tabell som visar, i antal och procent, respondenternas ställningstagande till stress om att äga djur (n=114).....	31
Figur 11. Stapeldiagram som visar respondenternas ställningstagande, i procent, till följdfrågan om varför de upplevt stress (n=105).....	32
Figur 12. Tabell som visar respondenternas ställningstagande, i antal och procent, till följdfrågan om varför de upplevt stress (n=105).....	33
Figur 13. Stapeldiagram som visar respondenternas ställningstagande till trygghet i procent (n=114).....	33
Figur 14. Tabell som visar respondenternas ställningstagande till trygghet i antal och procent (n=114).....	34

Figur 15. Stapeldiagram som visar respondenternas ställningstagande till tröst i procent (n=114).....	35
Figur 16. Tabell som visar respondenternas ställningstagande till tröst i antal och procent (n=114).....	35

Förkortningar

AAI	Animal Assisted intervention
AAT	Animal Assisted therapy
AIDS	Aquired immunodeficiency syndrome eller förvärvat immunbristsyndom
PTSD	Posttraumatiskt stressyndrom
SAD	Seizure-alert dog
SLU	Sveriges lantbruksuniversitet
SRD	Seizure-response dog
3R	Replace, reduce och refine

1. Inledning

Interaktion mellan människa och djur innebär att två komplexa organismer kommunicerar med varandra på ett dynamiskt sätt (Rodriguez et al. 2021). Förekomsten av djur inom humanvården har ökat alltmer i modern tid. Det kan vara inom medicin, terapi och äldreomsorg. Redan under första världskriget utbildades hundar för att assistera människor med synnedbjudning och trenden fortsätter (Murphy 2015).

Positiva psykiska fördelar som ofta nämns i samband med att umgås med djur är reducering av depression och ensamhet samtidigt som interaktionen också kan dämpa ångest. Dessutom bidrar samvaro med djur till att öka social interaktion mellan människor och kan ge en känsla av trygghet (Friedmann & Krause-Parello 2018). Vidare bidrar sällskapsdjur till fysiska förmåner såsom ökad rörelse och fysisk aktivitet (Friedmann & Krause-Parello 2018).

Hälsa kan beskrivas som en kombination av biologiska, sociala och psykologiska komponenter som interagerar med varandra. En störning i en av dem påverkar de andra två. Tillsammans påverkar de en individs totala välbefinnande (Lindau et al. 2003). I detta arbete kommer begreppet hälsa syfta till bästa möjliga livskvalitet för både friska människor och personer med olika sjukdomstillstånd eller funktionsvariationer.

Det som från början var ett förhållande där människa och djur arbetade sida vid sida för att överleva kan idag vara en relation där djur verkar för att främja människors hälsa och underlätta livssituationen. Det här arbetet, för vår kandidatexamen inom djuromvårdnad, kommer att beskriva på vilket sätt djuren kan hjälpa människan och vilka konsekvenser interaktionen kan få. Fokuset ligger på domesticerade djur, främst hund och katt. Detta inkluderade både vanliga sällskapsdjur samt servicedjur och deras påverkan på människors mentala och fysiska hälsa. På så sätt sällades vilda djur, boskap, djur i djurparker etc. bort för att beskriva och dyka djupare i en mer specifik grupps påverkan.

Fördelarna med djurassisterad terapi hos människa är väldokumenterad. Det finns däremot inte mycket dokumentation om dess påverkan på djurens mående och välfärd. Djuren som används inom terapi och assisterar människor har inte själva

valt den rollen, och det saknas välutvecklade utvärderingsmetoder för att kontrollera hur olika verksamheter påverkar deras välfärd (Winkle et al. 2020). Därför kommer detta arbete även att inkludera aspekter där djuren är i fokus. En viktig faktor för ett välfungerande samarbete mellan djur och människa i framtiden är att djurens välfärd alltid tas i beaktande.

1.1 Syfte och frågeställningar

Syftet med detta arbete var att få en djupare förståelse av djurs effekt på människors hälsa och hur dessa effekter kan nyttjas inom humanvården. Utöver detta belystes även djurens mående och välfärd.

Frågeställningarna i detta arbete var:

- Hur kan djur påverka människors fysiska och mentala hälsa?
- Vilka verkningsmekanismer hos djur påverkar människors fysiska och mentala hälsa?
- Hur påverkas djurens livskvalité av att arbeta med människan?

2. Bakgrund

2.1 Historia

Genom hela människans existens har människor och djur levt sida vid sida. Jagande och födosökande folkslag hade karaktäristiskt en religiös tro på Animism, som innebar att man ansåg att naturen var besjälad. Inom denna tro ansågs förolämpade eller arga djurandar som källa till otur. Djur skulle därmed respekteras och vårdas väl för att bringa lycka och välfärd (Serpell 2010).

På 1800-talet ansåg man att djur hade en terapeutisk förmåga. Att ha hand om djur sågs som en central del av livet på vårdanstalt för patienter med psykiska sjukdomar. Djuren användes då som en del av psykoterapin trots att det, vid den här tidpunkten, inte fanns några vetenskapliga bevis för att djur kan förbättra människors psykiska hälsa (Serpell 2010).

Det första vetenskapliga beviset för att djur kan främja människors hälsa kom först på 1900-talet. Under 30-talet introducerade Dr. Sigmund Freud sin hund Jofi i terapisesioner och fann att patienterna delade med sig mer genom att tala genom Jofi (Winkle et al. 2020). En av de mer senare studierna gjordes 2018, där man visade att hundägare hade större sannolikhet att överleva ett år efter att ha blivit inlagda på sjukhus för kranskärlssjukdom jämfört med icke-hundägare (Friedmann & Krause-Parello 2018).

2.2 Förhållande mellan människa och husdjur

Domesticeringen sträcker sig långt tillbaka och till följd av detta har djur utvecklat förmågor för att kunna upptäcka och tolka människans signaler (Catala et al. 2018). Minigrisar kan använda visuella aspekter och kroppsspråk för att urskilja olika människor från varandra. Hästar har visat sig ha förmågan att förnimma känslor och humör hos människor (Catala et al. 2018). Getter följer människans blick och kommunikativa förmågor för att hitta gömd mat (Catala et al. 2018). Speciellt hundar har domesticerats och avlats för att interagera med människan. Det kan vara

genom vallning, jakt eller sällskap. Hundar kan förstå mänskliga sociala och kommunikativa beteenden samt läsa av emotionella uttryck i människans ansikte (Catala et al. 2018).

Djur kan ge människan stöttning genom att implementera en mer varierad och berikande livsstil. Djuren kan även påverka ensamhet och depression (Friedmann & Krause-Parello 2018). Vidare bidrar sällskapsdjur med trygghet, minskar stress och ångest samt kan öka motivation till motion (Friedmann & Krause-Parello 2018; Catala et al. 2018). Nackdelen med att äga ett djur, som kan förbättra människors livskvalitet, är att livskvaliteten tillfälligt försämras när djuret går bort (Friedmann & Krause-Parello 2018).

Att äga en hund ger en ökad motivation till fysisk aktivitet. Personer som äger en hund har större sannolikhet att nå sina mål för fysisk aktivitet jämfört med de personer som inte äger en hund (Friedmann & Krause-Parello 2018). En av anledningarna till detta är att en hund ger ett syfte med en promenad, vilket de flesta träningsprogram inte har. Utöver syfte med promenaden ger hunden motivation, sällskap och socialt stöd. Longitudinella studier av friska individer visar att gå på promenad med sin hund förbättrar hälsan (Friedmann & Krause-Parello 2018).

2.3 Äldrevård

Studier har visat att sällskap av hundar och katter hade positiva effekter på ensamhet och depression hos äldre kvinnor, sörjande äldre personer eller de som bor ensamma (Friedmann & Krause-Parello 2018). Dessa personer hade ofta, relativt ett, mindre socialt nätverk och kunde dra nytta av ett sällskapsdjur för att dämpa symtom på ensamhet och depression.

En studie visade att vid besök tillsammans med djur på äldreboenden visade personer en ökad uppmärksamhet på sin omgivning och förbättrat socialt beteende hos demenspatienter (Kramer et al. 2009). Dessutom visade studien att även en robohund stimulerade till mer social interaktion än om besökaren kom ensam. Detta innebär att en robohund kan användas för att stimulera interaktion hos demenspatienter med allergi eller för att bibehålla renligheten på äldreboendet (Kramer et al. 2009).

2.4 Synnedsättning

En ledarhund är en hund som är specifikt utbildad för att underlätta mobiliteten hos en blind eller synskadad person (Craigon et al. 2017). Ledarhundens uppgift är att leda sin förare via en sele. Hunden ska kunna navigera efter en given riktning av föraren. Vidare ska hunden utföra denna uppgift utan att stöta på hinder eller försvåra framkomligheten för föraren. De ska kunna ta föraren över trottoarkanter, stanna vid kommande fordon och lokalisera specifika objekt, exempelvis mediciner. Hunden ska vara van vid ett tryck i selen och på ett säkert sätt leda föraren utan att dra. Som resultat kan ledarhundarna öka fysisk aktivitet hos personen, gånghastigheten och möjliggöra längre resor (Craigon et al. 2017).

De individer som utbildas till ledarhundar väljs ut beroende på deras beteende. Önskvärda egenskaper hos en ledarhund innefattar hög reaktionsförmåga, lättlärdhet, hög uppmärksamhet på externt stimuli, låg aggression, låg stress och låg rädsla (Craigon et al. 2017).

I en undersökning där 63 personer med ledarhund intervjuades, redogjordes deras relation med sin hund samt upplevelser om önskade och oönskade beteenden hos sin ledarhund (Craigon et al. 2017). Ett önskat beteende hos en ledarhund var självsäkerhet då en trygg hund resulterade i mer självsäkra ägare (Craigon et al. 2017). Den mest positiva och viktiga aspekten hos sin ledarhund var trygghet och säkerhet i trafiken. Däremot var dragning i selen det mest negativa (Craigon et al. 2017). Andra negativa upplevelser ansågs vara begränsning från platser där hundar inte får vistas, oönskad uppmärksamhet, muskelvärk i ena sidan av kroppen eller sorg vid dödsfall eller slutet på partnerskapet med ledarhunden (Craigon et al. 2017).

I en studie undersöktes livskvalité, vårdkostnader och inställning till ledarhundar i en grupp på 36 blinda personer med och utan ledarhund (Glenk et al. 2019). Ingen tydlig skillnad i livskvalitet hittades mellan grupperna. Däremot ansåg personerna med ledarhund sin hund som en familjemedlem som förbättrade deras självständighet i vardagen och därmed deras hälsa (Glenk et al. 2019). Vidare visade studien inga signifikanta skillnader i vårdkostnader mellan grupperna, då endast ett fåtal lämnade in nödvändig information (Glenk et al. 2019).

2.5 Epilepsi

Det finns två typer av servicehundar för personer med epilepsi. Den ena är seizure-alert dog (SAD) som kan förutse anfall och därmed varna sin ägare. Hunden leder

därefter sin ägare till en säker plats eller säkrar omgivningen genom att exempelvis flytta saker som personen kan skada sig på. Den andra typen är seizure-response dog (SRD) som utför ett specifikt önskat beteende under eller direkt efter ett anfall (Catala et al. 2018).

Studier har visat att både tränade och otränade hundar uppvisade uppmärksamhetssökande beteenden, förvarning, innan ett anfall (Catala et al. 2018). Det kunde vara intensivt stirrande på ägaren och läten som gny eller skall. De kunde också visa närhet till sin ägare genom att slicka i ansiktet, vandra runt ägaren, sniffa, hoppa på eller hindra ägaren från att ställa sig upp eller lämna hushållet innan ett anfall. Hundarna kunde även förvarna vid mildare symptom såsom migrän med aura, illamående, smaskande eller förändrad andning hos ägaren (Catala et al. 2018).

I en studie undersöktes tid och trovärdigheten hos sällskapshundars förvarningar innan ett epilepsianfall. Mediantiden för förvarningen var 2,5 minuter innan anfall. Hundarna uppvisade förvarning vid 80% av epilepsianfallen, men de gav aldrig ett falskt alarm. Specificiteten hos hundarna var alltså 100% (Kirton et al. 2004). Specifikt tränade hundar kunde visa förvarning redan 30 minuter innan ett anfall (Catala et al. 2018).

Troliga faktorer som hundarna använde sig av för att upptäcka ett kommande epilepsianfall var ändring i beteende, lukt och hjärtfrekvens (Catala et al. 2018). Vidare behövde hundarna tränas för att kunna hämta hjälp, flytta saker och andra önskade beteenden vid ett anfall. Resultatet tydde på att en epilepsihund kunde öka livskvalitén hos en person med epilepsi (Catala et al. 2018).

2.6 Psykisk ohälsa

Antalet personer som lider av psykisk ohälsa ökar och är den primära anledningen att människor världen över dör i förtid (Brooks et al. 2018). Det krävs identifiering och implementering av rätt sorts resurser för personer som lider av psykisk ohälsa för att kunna påverka den här trenden. Traditionella former av psykoterapi syftar till att påverka och förändra beteendet hos personer och få dem att aktivt hantera sin psykiska ohälsa. Dessa metoder kan användas och har visat sig effektivt i aspekten att lindra symtom (Brooks et al. 2018).

Indikationerna som finns för att husdjur kan främja tillvaron för personer som lider av psykisk ohälsa härstammar från bevis om sällskapsdjursägande i relation till ökad livskvalitet. Faktorer till detta är minskad stress och att djur fungerar som

motivation till att söka social kontakt med andra människor och samhället man bor i (Brooks et al. 2018; Friedmann & Krause-Parello 2018).

Evidensen för djurs positiva inverkan på emotionellt arbete är blandad. Emotionellt arbete beskrivs som lindrad ångest, mindre känslor av ensamhet och isolering samt bidragande av tröst (Brooks et al. 2018). Betydelsen av hundars sällskap hos militärveteraner som led av posttraumatiskt stressyndrom (PTSD) beskrevs i en artikel skriven av Stern et al. (2013). Studien utfördes genom ett frågeformulär där veteranerna själva fick beskriva sitt upplevda mående, före och efter deras sällskapshunds ankomst. Författarna kom i kontakt med veteranerna genom deras psykologer. Studien saknade kontrollgrupp och var endast baserad på veteranernas egna uppfattningar. Efter att hundarna kom in i veteranernas liv ansåg de att deras symtom blivit förbättrade. De kände sig mindre deprimerade, oroliga, ensamma och irriterade och upplevde ett större lugn jämfört med tidigare. Deras smärtsamma minnen och flashbacks påverkade dem fortfarande i samma utsträckning som tidigare, men de upplevde att djuret försökte muntra upp dem när de upplevde symtom. Detta indikerade att djurens närvaro till viss del kunde minska de negativa effekterna av trauma (Stern et al. 2013).

Studier har visat direkt påverkan på depression och humör genom beröring och närkontakt med djur (Brooks et al. 2018). Däremot visade andra studier att husdjursägande inte hade någon direkt positiv effekt hos djurägarna, i vissa fall till och med negativ effekt (Brooks et al. 2018). Sådant som beskrevs ha negativ påverkan är ekonomiska aspekter, bostadssituation, samt om djuret var bångstyrt. Ansvar av husdjursägande, särskilt om man hade ett djur som var besvärligt att hantera, visades vara skadligt för mental hälsa (Brooks et al. 2018). I en annan studie beskrevs också ökad depression, en känsla av misslyckande och överväldigande där personen inte kunde hjälpa sina djur som de önskade (Wisdom et al. 2009).

Att förlora sitt husdjur var ytterligare en negativ aspekt i samband med sällskapsdjursägande. Det var en stor källa till ångest hos djurägare och det kunde räcka med tanken att deras djur potentiellt ska dö för vissa att må dåligt (Brooks et al. 2018; Brooks et al. 2016). Det uppmärksammades dock att glädje kunde bli funnet i minnen som delats med husdjuren (Wisdom et al. 2009). Att hantera förlusten av ett husdjur kunde även hjälpa personerna hantera andra svåra händelser i livet (Byström & Lundqvist Persson 2015).

Mekanismerna som beskrevs som bidragande till emotionellt stöd var djurens konsekventa närvaro (Brooks et al. 2016). Djurens närvaro var tillgänglig direkt när den behövdes, utan att den behövde efterfrågas. Det fanns även djurägare som föredrog relationerna de hade med sina husdjur över relationer med andra

människor och de som ansåg att sällskapsdjur kunde ersätta familjemedlemmar (Brooks et al. 2018). En studie visade att folk kunde söka tröst och anförtro sig till sina djur när de inte kunde öppna upp till andra människor (Brooks et al. 2016). Husdjur skapade en trygg miljö för människor där de kunde tala öppet utan rädsla för att vara en börda eller att bli dömd. Fysisk kontakt kunde även dämpa känslan av ensamhet och isolering (Brooks et al. 2018).

Att husdjur inte dömer bidrog också till en känsla av ovillkorlighet hos djurägaren, alltså att husdjuren försåg människor med villkorlös kärlek och närhet och frågade inte om något tillbaka (Brooks et al. 2018). Husdjuren blev en källa till stöd, individer som gick att lita på till skillnad från personer i deras sociala nätverk. Förhållandet mellan djur och människa var mer simpelt och fritt från konflikt, djuren gick inte över vissa gränser och tryckte på känsliga punkter som människor kunde. Det sistnämnda med gränser verkade särskilt främjande för personer med autism (Brooks et al. 2018).

Den positiva inställningen som husdjur hade främjade även emotionell stabilitet genom bättre stresshantering och känsloreglering (Brooks et al. 2018). Husdjuren fick även sina ägare att känna sig behövda och skänkte mening till deras liv (Bradley & Bennet. 2015)

2.7 Immunnedsättning och sjukhusvistelse

Det är inte ovanligt att sjukhuspersonal möts av frågor från cancerpatienter gällande sina sällskapsdjur (Mei Mei & Gonzalo 2019). Frågorna kan röra sådant som om patientens katt kan få vara med sin ägare under behandling eller om de måste vidta särskilda åtgärder för att inte bli smittade av något genom sina hundar (Mei Mei & Gonzalo 2019).

Campylobacter, Salmonella och Giardia är några av de infektionssjukdomar som husdjur kan vara bärare av och som potentiellt kan utgöra en risk för människor. Cancerpatienter med nedsatt immunförsvar eller patienter som får immunsupprimerande behandling och cytostatika kan ha större risk att förvärva dessa sjukdomar (Mei Mei & Gonzalo 2019). Zoonotiska sjukdomar kan överföras från djur till människa genom flera olika smittvägar som rivsår, bett, direktkontakt med hud eller slemhinnor, avföring, urin, kroppsvätskor samt inhalation av vätskedroppar från exempelvis en nysning. Trots detta har fallstudier, patientenkäter och epidemiologiska studier visat att förekomsten av smitta från djur till människa var relativt låg. I de fall där patienter blev smittade var det ofta sporadiskt förekommande och icke anmälningspliktiga infektioner. Detta gör att det

saknas data och bevis för antalet immunedsatta patienter som lider av zoonotiska infektioner och det korrekta antalet förblir okänt (Mei Mei & Gonzalo 2019).

Studier har kommit fram till att personer med nedsatt immunförsvar inte löpte större risk att insjukna i zoonotiska sjukdomar än de som inte var immunsupprimerade. En sådan studie skrevs av Hemsworth och Pizer (2006). De förklarade att majoriteten av husdjur inte utgjorde någon större risk för zoonotiska sjukdomar hos patienter med nedsatt immunförsvar. Tvärtom så kunde sådana missuppfattningar leda till att familjer gjorde sig av med husdjur i onödan över rädslan om att de kunde orsaka skada. Vidare beskrev de att sorgen över att förlora en älskad familjemedlem kunde ha större negativ effekt på patientens välmående än hur stor risken var att få en zoonotisk infektion.

Däremot är det viktigt att komma ihåg att olika djurslag bär på olika sorters sjukdomar och har olika tendens att vara smittbärare (Hemsworth & Pizer 2006). Amfibier, reptiler och gnagare är några av de djurslag som har störst zoonosrisk (Mei Mei & Gonzalo 2019). Hygienen är också viktig att ha i åtanke. Även om det inte är kontraindicerat att äga djur för högriskpatienter är det av största vikt att vissa försiktighetsåtgärder vidtas för att minska antalet patogener (Mei Mei & Gonzalo 2019). Genom att utbilda djurägare i hur zoonosinfektioner förebyggs kunde det hjälpa dem ta mer välgrundade beslut angående fördelarna och riskerna med att äga husdjur (Hemsworth & Pizer 2006). Hemsworth och Pizer avslutade med att säga att alla personer bör få ha husdjur och att njuta av bandet som finns mellan människa och djur.

Bandet som finns mellan människa och djur har till viss del beskrivits i en studie av Moreira et al. (2016). I artikeln beskrivs det hur barn och tonåringar med cancer påverkades av att få besök av en terapihund när de låginlagda på remissjukhus. Studien utfördes med hjälp av intervjuer med hälsopersonalen som jobbade där samt föräldrar/vårdnadshavare till barnen och tonåringarna.

Enligt föräldrar och vårdnadshavares rapporter var känslor som stress, ångest, rädsla, ensamhet och isolering vanligt förekommande i samband med behandlingar och ingrepp, vilket speglade hur traumatiskt och smärtsamt det upplevdes för patienterna. Även hälsopersonalen upplevde att många patienter var stressade, ångestfyllda, arga och isolerade sig själva (Moreira et. al 2016).

Resultaten visade att barnen och tonåringarna, enligt hälsopersonal och föräldrar/vårdnadshavare, upplevde mindre ångest, hade enklare för att anpassa sig till sjukhusmiljön och upplevde mindre trauma associerat till att bli inlagd när de fått besök av en terapihund (Moreira et al. 2016). Implementeringen av terapihund

hade också positiva effekter på patienters sociala beteende. Fler barn började kommunicera med hälsopersonalen och andra patienter (Moreira et al. 2016). I hälsopersonalens intervjuer beskrev de hur barn och ungdomar skrattade mer, slappnade av, blev mer lugna och hur stämningen på sjukhuset ändrades och blev som en fest när terapihunden kom på besök. I intervjuerna som utfördes med föräldrar och vårdnadshavare berättade de också om mer avslappnade och pratglada barn och tonåringar efter besöken (Moreira et al. 2016).

Sjuksköterskor beskrev också hur terapihundens närvaro underlättade deras jobb. Detta eftersom det var enklare att medicinera och kommunicera med patienterna efter att hunden hade varit på besök (Moreira et al. 2016).

2.8 Autism

Autism innebär att en person upplever svårigheter med verbala och icke-verbala interaktioner, vilket kan resultera i funktionella begränsningar exempelvis socialt (Hall et al. 2016). Att introducera ett djur till ett barn inom autismspektrumet har visat sig positivt för barnets sociala beteende jämfört med barn som inte ägde ett djur (Hart et al. 2018). Servicehundar kunde ge struktur till familjen, ta ifrån den sociala uppmärksamheten från barnet, underlätta för föräldrarna och inge trygghet till barnet och hålla det från att få panik eller fly från obekväma eller jobbiga situationer (Hall et al. 2016). Servicehundar har visats sänka kortisolutsöndring hos barn med autism när de vaknade på morgonen, vilket då indikerar på att hunden kunde hjälpa till att reducera stress och ångest hos barnet (Hart et al. 2018; Hall et al. 2016).

En hund kunde även ge en stressreducerande effekt hos barnets föräldrar då promenader gav möjlighet till motion och socialt umgänge (Hall et al. 2016). En studie av Hall et al. (2016) visade att äga en hund kunde bidra till bättre funktion i en familj med barn som har autism. De bidrog även i det långa loppet till struktur, trygghet och reducerade stressnivå för både barn och föräldrar. Trots att hundar är mer sociala och kan utföra en rad uppgifter som en katt normalt inte kan, behöver en hund mer uppmärksamhet och omvårdnad (Hall et al. 2016).

En katt som hölls av ett barn som faller inom autismspektrumet kunde förse barnet med terapeutiskt sällskap, vilket var till fördel för dessa barn som annars hade svårigheter med sociala situationer (Hart et al. 2018). I en studie av Hart et al. (2018) gjordes en enkät till 64 familjer med en vuxen katt och ett barn med autism, samt telefonintervjuer med föräldrarna. I enkäten var tillgivenhet mellan katterna och barnen nämnda i form av att katten lugnade samt skyddade barnet. Föräldrarna

beskrev att när barnet var ledset eller upprört satt katten bredvid eller i knät för att inge tröst. En annan beskrivning av relationen var att den enda gången barnet spontant kunde prata var när barnet interagerade med sin katt. Ett annat barn var icke-verbalt och kommunicerade inte mycket via teckenspråk förutom till sin katt flera gånger om dagen. En förälder beskrev att katten var länken mellan denne och sin dotter. Katten fungerade som en betryggande stöttning för dottern. När katten låg i dotterns knä fick föräldern röra dotterns hand och umgås i större utsträckning med sitt barn än innan. Barnets inställning till katten beskrevs som kärleksfull och fäst. Liknande resultat visade intervjuerna där föräldrar beskrev att en katt som vokaliserade relativt lite passade deras barn bättre än en skällande hund (Hart et al. 2018).

I enkäten fanns även mindre positiva beskrivningar som att barnet ignorerade katten eller att katterna inte uppskattade det hyperaktiva beteendet från barnet i ung ålder, men ju äldre barnet blev desto bättre blev deras relation. Enligt intervjuerna tenderade katterna att visa lägre tillgivenhet till barn med svårare autism. En liten del av katterna visade även aggression till barnet, oavsett grad av autism. Detta kunde kopplas till att katter som hade adopterats som kattunge visade mer tillgivenhet och mindre aggression än de som adopterades i vuxen ålder (Hart et al. 2018).

Ännu en relevant aspekt att belysa var att graden av tillgivenhet och aggression varierade mellan individer, raser och till olika familjemedlemmar. Enligt studien spenderade majoriteten av barnen en timme eller mindre om dagen med sin katt (Hart et al. 2018). Det innebar att katten hade möjlighet att spendera resten av dagen med andra aktiviteter och få utlopp för sina behov. Katternas välfärd påverkades därmed inte negativt. Sammanfattningsvis kunde en katt med fördel hjälpa ett barn med autism i sin vardag för att inge trygghet och underlätta för barnet att kommunicera. Att ha i åtanke är då hur katten är som individ, där en lugn katt med låg aggressivitet är att föredra (Hart et al. 2018).

En studie har visat att terapi med hästar samt ridning kan användas för att förbättra balans och koordination hos barn med autism eller cerebral pares (Borgi et al. 2016).

Det är viktigt att poängtera att trots de fördelaktiga aspekterna av att äga en hund eller katt för att stötta barn med autism, så innebär autism ett brett spektrum som är högst individuellt. En del barn kan med fördel dra nytta av djuren medan andra kan ha det svårare. Detta ska alltid tas i beaktning för både barnet och djurets välfärd samt livskvalitet (Hall et al. 2016).

2.9 Hur påverkas djuren?

Djur används inom många olika områden för människans hälsa och har ökat exponentiellt under 2000-talet. Mellan åren 2009 och 2019 hade mängden artiklar om hundar och “Animal Assisted Interventions” på Google Scholar ökat från <10 till ca 200 (Winkle et al. 2020). Animal Assisted Interventions (AAI) är en bred term som beskriver användandet av olika djurslag och på olika sätt som kan främja människor (Winkle et al. 2020). Som tidigare nämnt finns det en stor mängd studier som påvisar de positiva effekterna med djurassisterad terapi (AAT), och AAI hos människor, men lite har gjorts för att ta reda på hur djuren påverkas av att jobba vid människans sida (Winkle et al. 2020). De har varken bett om eller frivilligt ställt upp på att vara en del av terapeutiskt arbete och deras kärvänliga och sociala personligheter kan lätt missförstås och utnyttjas. Hur hänsyn ska tas till djurens välfärd är ospecifikt och det saknas i nuläget tillräckliga utvärderingsmetoder för att pröva deras välmående. Utan beprövade utvärderingsmetoder finns det en risk att djur utnyttjas, har negativa erfarenheter samt dålig välfärd och livskvalitet (Winkle et al. 2020).

Djur, oftast hundar, som jobbar med att stötta och främja människor kognitivt, fysiskt och socialt förväntas hantera en mängd olika situationer, miljöer, folkmassor, aktiviteter och scheman. Det är långt ifrån alla hundar som är kapabla till att jobba som servicehundar och det förväntas mycket av dem (Winkle et al. 2020).

Flertalet professionella organisationer har utvecklat och publicerat vilka kompetenser och riktlinjer som ska finnas vid utbildning av hundar inom AAT. Det alla dessa publicerade kompetenser, etiker, standarder och riktlinjer hade gemensamt var att de belyste vikten av att skydda välfärden hos djuren som jobbar samt de som jobbar med djuren (Winkle et al. 2020). De som tillhandahåller servicedjuren har alltså en moralisk och etisk skyldighet att inte utsätta djuren för skada.

Eftersom djuren implementerats i bland annat skolor, sjukvård och äldreomsorg är de som jobbar där utbildade på att ta hand om människor och se till deras behov på bästa sätt. När AAT introduceras krävs det därmed kunskap om hundar, deras kroppsspråk och beteende både inom djurslaget, rasen men också den enskilda individen. Det finns risk för skada både hos djuret och patienten, om inte den ansvariga kan läsa av hundens beteendemönster och förstå vad den har för behov (Winkle et al. 2020). Vid tecken på ångest och att de är obekväma ska lämpliga åtgärder vidtas direkt för att avleda.

Det är viktigt att belysa att hundar kan utveckla negativa känslor kring terapeuten, patienten, utrymmet de befinner sig i samt få kroniska hälsoproblem. När en terapeut var uppmärksam på terapihundens uppvisade känslor, beteende och behov och besvarade dem på ett korrekt sätt bidrog det med en känsla av trygghet och medkänsla till patienten. Patienten kunde sedan applicera dessa känslor på sig själv (Winkle et al. 2020). Om terapeuten ignorerade hundens behov kunde detta skicka skadliga signaler till patienten kring egna behov, förnödenheter och negativt påverka deras förmåga att föra sin egen talan (Winkle et al. 2020).

Husdjur har visats kunna bidra med unikt emotionellt stöd eftersom de kunde svara till deras ägares känslor på ett intuitivt sätt, särskilt i perioder med kris eller aktiva symtom av psykisk ohälsa (Brooks et al. 2018). En studie hade som syfte att undersöka huruvida emotionell information, via kemiska signaler från människa, kunde påverka hundar och deras beteende (D'aniello et al. 2017). Provkärl med lukt samlades in från manliga donatorers armhålor och hundarna blev placerade i rum med apparater som distribuerade lukten. Prover samlades in under två olika förhållanden, när personen var rädd och glad, och sedan en kontrolllukt. Djurets ägare samt en främling var medverkande i rummet. Personerna som proven kom ifrån var utomstående. De tre variabler där beteende undersöktes hos hundarna var när de blev närmade av en person, interagerade med personen och när personen tittade på dem. Påverkande faktorer var ägare, främling och luktdistribution. Hundarna kunde röra sig fritt i rummet och på så sätt fritt uppvisa beteende (D'aniello et al. 2017). En pulsmätare placerades på hunden 10 minuter innan experimentet började för att kunna följa om det påverkades samt ge dem tid att vänja sig vid pulsmätaren. Varken djurägaren eller främlingen i rummet visste vilken sorts svett som användes i rummet (D'aniello et al. 2017).

Resultatet visade att kemiska signaler från människor påverkade den psykologiska statusen hos hundarna. De kunde alltså identifiera sinnesstämning utifrån lukt. Hundarna uppvisade förändrat beteende och hade även betydligt högre puls i rummet där rädsla var närvarande än i det glada rummet samt kontrollrummet. Kemiska signaler från människor skulle kunna aktivera ett emotionellt svar hos hundar, vilket kan förklara observationer om hundar som attackerar människor som är rädda för dem (D'aniello et al. 2017).

En liknande studie utfördes 2022, där de också kom fram till att hundar kunde lukta sig till stress hos människor (Wilson et al. 2022). Denna studie utfördes med lukt insamlad från andning istället för svett, och apparater byggdes specifikt till testet för att prova hundarnas förmåga att identifiera kemiska signaler. Hundarna blev sedan lärda att genomföra testet genom positiv förstärkning.

Det visade sig att hundarna hade enkelt för att identifiera lukten som hade kemiska substanser av stress, med ett snitt på 93,75% rätt över alla sessioner (Wilson et al. 2022). Däremot uppvisade inte hundarna några tecken på stress när de kom i kontakt med stresslukten från sina ägare, tvärtom så blev exalterade. Författarna spekulerade att det kunde bero på den positiva förstärkningen som hundarna blev inlärda att genomföra testet med. De förväntade sig klicker och mat, vilket inte gjorde detta till en ultimata studie att utmäta beteende och biologiska svar från hunden. Faktum kvarstår dock att hundarna korrekt kunde identifiera den lukt som relaterade till stress (Wilson et al. 2022).

3. Material och metod

Detta arbete bestod av en kvantitativ och delvis kvalitativ datainsamling.

3.1 Enkätstudie

För den kvantitativa datainsamlingen skapades en enkät i Netigate som sedan distribuerades digitalt. Den spreds till vänner till skribenterna och grupper på Facebook och Instagram med uppmaning om att sprida enkäten vidare. Det förtydligades att enkäten riktade sig till personer som äger eller har ägt djur samt att den syftade till att bidra med en djupare förståelse över hur sällskapsdjur kan ha påverkat respondenternas mående och fysiska hälsa. Enkäten var färdigställd och skickades ut den 24:e februari 2023 och enkäten var öppen under två veckor, fram till den tionde mars 2023. Respondenterna var anonyma men behövde besvara vilket kön de identifierar sig som samt vilken åldersgrupp de tillhör. SLU:s samtyckesblankett för GDPR (information om hur SLU hanterar personuppgifter) behövde godkännas för att respondenten skulle få fortsätta till enkäten.

Frågor som ingick i enkäten:

Respondenterna svarade först på vilket kön de identifierar sig som och fick följande alternativ: Kvinna, man, icke-binär samt vill inte ange. Därefter fick de besvara vilken åldersgrupp de tillhör, dessa sträckte sig från under 18 år till 70+ år. Den allmänna informationen avslutades med att respondenterna svarade på vilken/vilka sorters djur de har haft/har just nu. Här fanns 9 olika djurslag att välja mellan samt möjligheten att själv lägga till ytterligare djur som inte fanns som alternativ.

Enkäten innehöll också ett antal påståenden där respondenterna fick ta ställning på en skala från 1 till 5, där 1 representerade "Instämmer inte" och 5 representerade "Instämmer helt". Denna skala återkom i alla påståenden i enkäten.

Påstående: Mitt/mina djur får mig att röra på mig mer

Instämmer inte ----- Instämmer helt

Fråga (Om du svarade något annat än instämmer inte): Hur mycket mer motion får du tack vare ditt/dina djur?

- 20-30 minuter/dag
- 30 minuter-60 minuter/dag
- 1-2 timmar/dag
- 2-3 timmar/dag
- 3+ timmar/dag

Påstående: Har du upplevt/upplever du någon stress över att äga djur?

Instämmer inte ----- Instämmer helt

Fråga (Om du svarade något annat än instämmer inte): Av vilken/vilka anledningar har du upplevt stress?

- Ekonomiskt
- Tidsbrist
- Vacklande motivation
- Djurets beteende
- Annat:

Påstående: Mitt/mina djur har fått mig att känna mig trygg

Instämmer inte ----- Instämmer helt

Fråga (Om du svarade något annat än instämmer inte): På vilket sätt har ditt/dina djur bidragit med trygghet?

- Textfält

Påstående: Mitt/mina djur har tröstat mig

Instämmer inte ----- Instämmer helt

Fråga (Om du svarade något annat än instämmer inte): På vilket sätt har de tröstat dig?

- Textfält

Fråga: Slutligen, på vilket sätt påverkar ditt/dina djur din vardag?

- Textfält

Enkäten avslutades med ett tack från skribenterna samt kontaktinformation för eventuella kommentarer eller frågor.

Alla frågor som ingick i enkäten var obligatoriska men vissa frågor var sammankopplade och visades inte för respondenten om de svarade "instämmer

inte” på den tidigare frågan. Detta gjordes för att korta ner och effektivisera enkäten och i större utsträckning undvika att respondenter valde att avsluta enkäten i förtid.

För att förtydliga vissa begrepp som fanns med i enkäten skrevs förklaringar i underrubriker på sidan. Ett exempel på när underrubrik skrevs var till frågorna gällande motion. Vad motion innebär för olika människor är subjektivt och underrubrikerna var ett bra verktyg för att bidra med en definition av begreppet till respondenterna. Underrubrikerna löd som följer: “Motion kan vara allt från promenader till ridning” samt “Exempelvis: promenader, joggingturer, ridning och andra aktiviteter som innefattar rörelse”.

4. Resultat

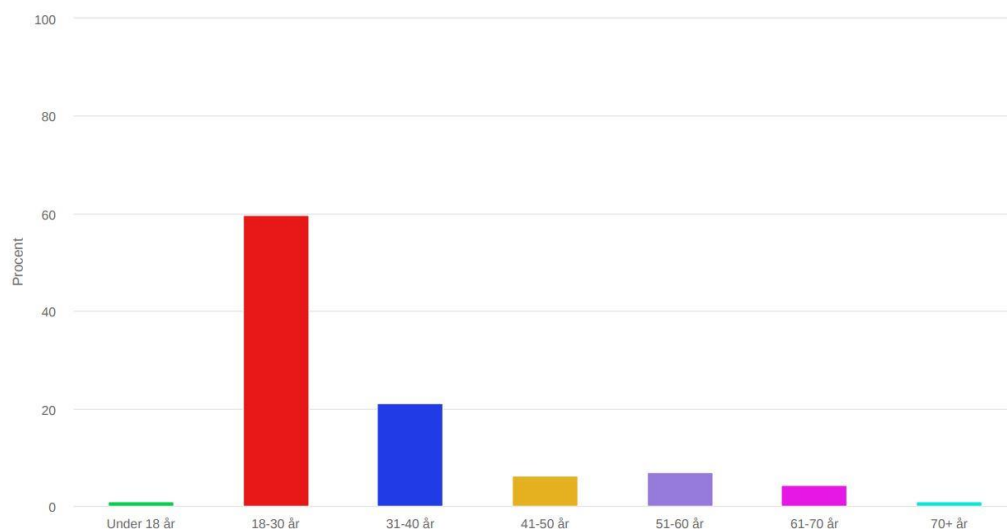
Enkäten som distribuerades digitalt på Facebook och Instagram fick 114 slutförda svar. Totalt var det 137 personer som påbörjade enkäten, där en person inte godkände GDPR och därav inte kunde fortsätta till frågorna, och ytterligare 22 respondenter som valde att avsluta enkäten i förväg. De 114 respondenter som slutförde enkäten har inkluderats i resultatet.

4.1 Kön och ålder

Majoriteten av de som svarade på enkäten var kvinnor. 78% (n=89) av respondenterna var kvinnor, 20% (n=23) var män och 2% (n=2) identifierade sig som icke-binär. Ingen valde att inte uppge kön.

Enkäten besvarades av personer inom alla angivna åldersgrupper. Majoriteten av respondenterna var mellan 18–30 år och utgjorde 60% (n=68) av svaren, följt av 31–40 år som utgjorde 21% (n=24) av de som svarade. Distribution mellan resterande åldersgrupper kan ses i diagrammet nedan (se fig 1 & 2).

Vilken åldersgrupp tillhör du?
Sida 3 - Fråga 1 | Alder



Figur 1. Stapeldiagram som visar vilka ålderskategorier respondenterna tillhörde i procent (n=114).

1 Under 18 år	1 (1%)
2 18-30 år	68 (60%)
3 31-40 år	24 (21%)
4 41-50 år	7 (6%)
5 51-60 år	8 (7%)
6 61-70 år	5 (4%)
7 70+ år	1 (1%)
Svar	114

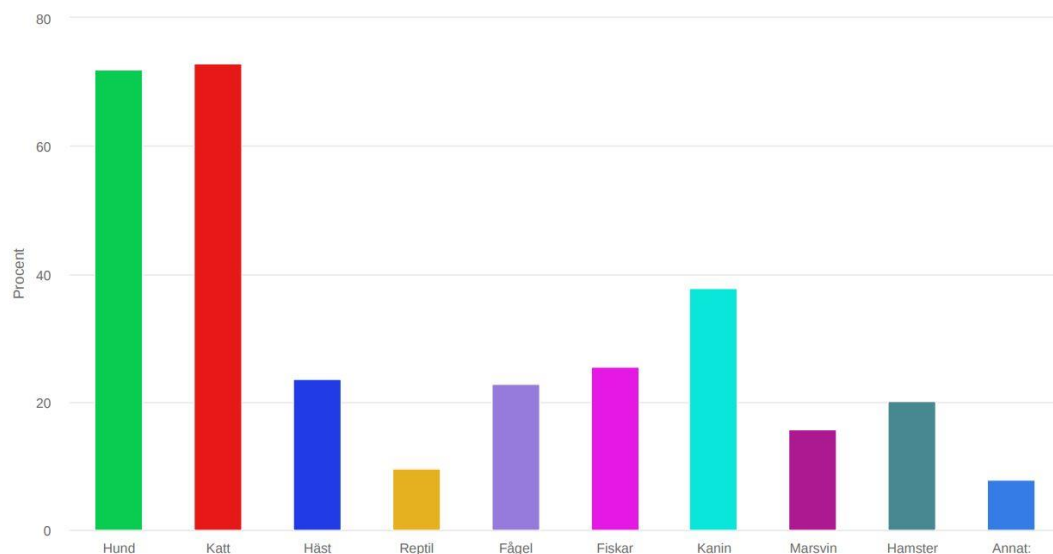
Figur 2. Tabell som visar vilken ålderskategori respondenterna tillhörde i antal och procent (n=114).

4.2 Typ av djur

Vilken sorts djur respondenterna har eller har haft varierade (se fig 3 & 4). De mest förekommande djuren var katt med 73% (n=83), följt av hund med 72% (n=82). Alla av de föreslagna alternativen ägdes av någon av respondenterna. I de fall där respondenterna har ägt eller äger ett djur som inte ingick bland de angivna alternativen kunde de själv ange dessa under "annat". En del av respondenterna, 8% (n=9), gjorde detta och djuren de angav var: vandrande pinne, spöskräcka, mus, gerbil, ko, höna, gås, sköldpadda, degu och groda.

Vilken sorts djur har du haft/ har du just nu?

Sida 4 - Fråga 1 | Typ av djur



Figur 3. Stapeldiagram som visar vilket/vilka djur respondenterna har eller har haft i procent (n=114).

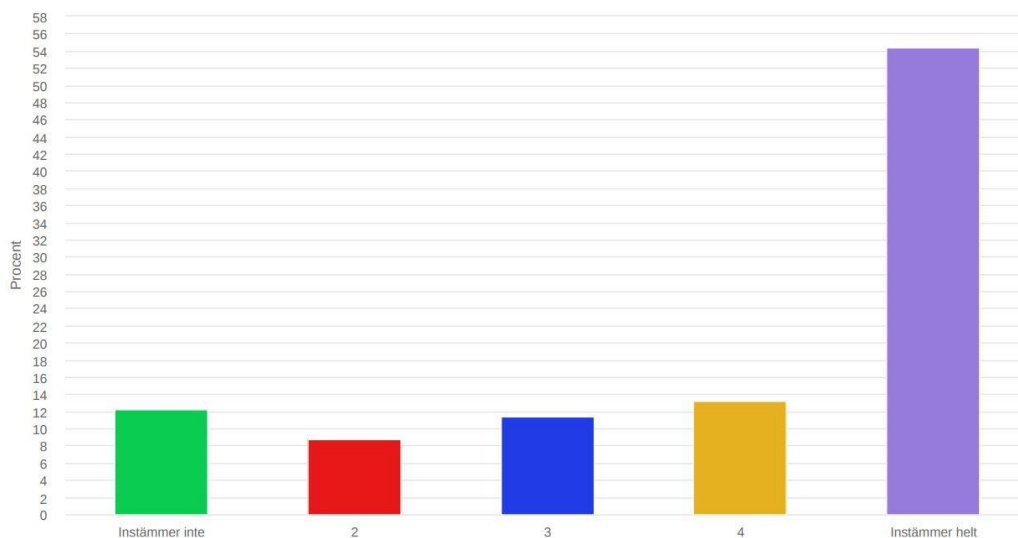
1 Hund	82 (72%)
2 Katt	83 (73%)
3 Häst	27 (24%)
4 Reptil	11 (10%)
5 Fågel	26 (23%)
6 Fiskar	29 (25%)
7 Kanin	43 (38%)
8 Marsvin	18 (16%)
9 Hamster	23 (20%)
10 Annat:	9 (8%)
Svar	114

Figur 4. Tabell som visar vilket/vilka djur respondenterna har eller har haft i antal och procent (n=114).

4.3 Motion

Första påståendet berörde motion och löd: “Mitt/mina djur får mig att röra på mig mer”.

Majoriteten av respondenterna, 54% (n=62), instämde helt med att deras djur får de att röra på sig mer. 33% (n=38) angav någonstans mellan “Instämmer helt” och “Instämmer inte”. 12% (n=14) av respondenterna ansåg inte att deras djur bidrar till ökad rörelse för dem (se fig 5 & 6).



Figur 5. Stapeldiagram som visar respondenternas ställningstagande till motion i procent (n=114).

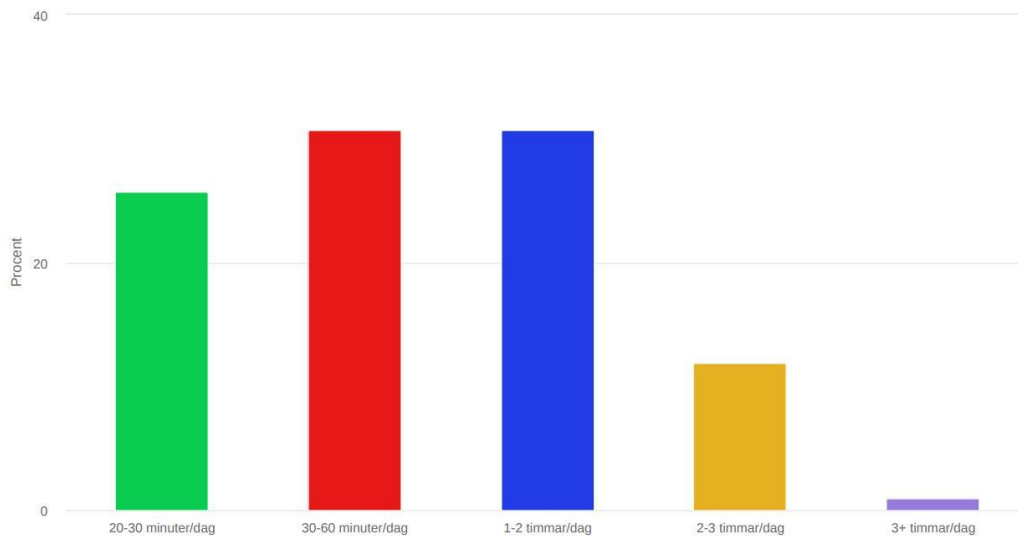
1 Instämmer inte	14 (12%)
2	10 (9%)
3	13 (11%)
4	15 (13%)
5 Instämmer helt	62 (54%)
Medelvärde	3.89
Standardavvikelse	1.45
Svar	114

Figur 6. Tabell som visar respondenternas ställningstagande till motion i antal och procent (n=114).

Vidare till följdfrågan skickades 88% (n=100) av respondenterna. Det vill säga de som svarade mellan 2–5 (instämmer till viss del till instämmer helt) på föregående fråga.

Följdfrågan löd: “Hur mycket mer motion får du tack vare ditt/dina djur?”. Det var en spridd variation i hur mycket extra motion respondenterna fick. Majoriteten av respondenterna fick mellan 30 min-2h motion per dag på grund av sina djur. De två svarsalternativen 30–60 minuter/dag och 1–2 timmar/dag fick lika många svar på 31% (n=31) var (se fig 7 & 8).

Hur mycket mer motion får du tack vare ditt/dina djur?
Sida 6 - Fråga 1 | Hur mycket mer motion?



Figur 7. Stapeldiagram som visar respondenternas ställningstagande till följdfråga till motion i procent (n=101).

1	20-30 minuter/dag	26 (26%)
2	30-60 minuter/dag	31 (31%)
3	1-2 timmar/dag	31 (31%)
4	2-3 timmar/dag	12 (12%)
5	3+ timmar/dag	1 (1%)
Svar		101

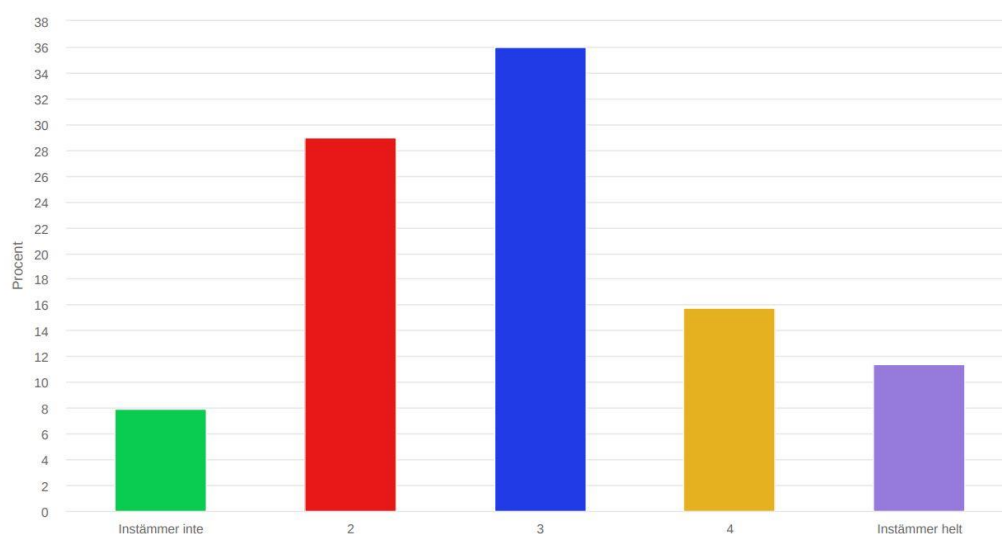
Figur 8. Tabell som visar respondenternas ställningstagande till följdfråga till motion i antal och procent (n=101).

4.4 Stress

Graden av huruvida respondenterna har upplevt stress varierade. Däremot upplevde majoriteten någon form av stress i samband med att äga djur, då 92% (n=105) svarade mellan 2–5 (se fig 9 & 10). Dessa respondenter angav instämmer till viss del till instämmer helt, och skickades därmed vidare till följdfrågan.

Jag har upplevt stress av att äga djur

Sida 7 - Fråga 1 | Stress



Figur 9. Stapeldiagram som visar, i procent, respondenternas ställningstagande till stress om att äga djur (n=114).

1 Instämmer inte	9 (8%)
2	33 (29%)
3	41 (36%)
4	18 (16%)
5 Instämmer helt	13 (11%)
Medelvärde	2,94
Standardavvikelse	1,10
Svar	114

Figur 10. Tabell som visar, i antal och procent, respondenternas ställningstagande till stress om att äga djur (n=114).

Majoriteten av respondenterna, 58% (n=61), såg tidsbrist som en stresspåverkande faktor, 40% (n=42) ansåg ekonomi och 39% (n=41) djurets beteende. I denna fråga fanns även möjlighet för respondenterna att skriva vad som bidragit med stress, utöver de befintliga alternativen, vilket 35% (n=37) valde att göra (se fig 11 & 12).

Av dessa, beskrev 57% (n=21) av respondenterna sjukdom och skada hos sina djur som stressfaktorer. Detta innefattade befintlig sjukdom, oro när sjukdom inträffar, sjukdom där försäkring inte täcker samt oro för att omgivningen kan skada djuret. Exempelvis: "Hundens allergi, stress för hans skull", "Vid sjukdom hos djuret då försäkringen inte räckt till.", "Emotionell stress när djuret mår dåligt" och "Vi bor nära en väg där folk kör för fort".

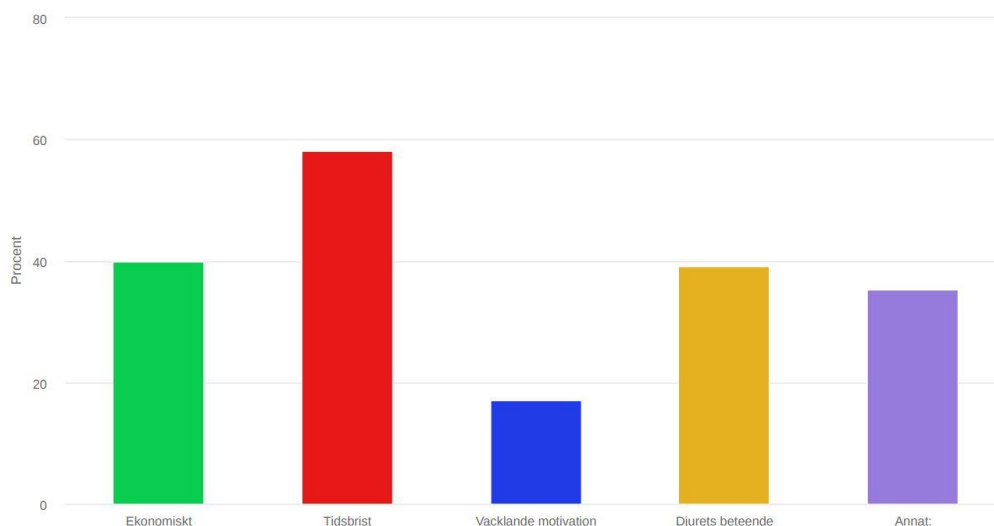
11% (n=4) av respondenterna beskrev behovet av att hitta hundvakt och lämna djuret/djuren vid resa som stressande. En respondent beskrev följande: “Har i bland känt mig låst och fått dåligt samvete om man behöver resa iväg av någon anledning. Allt ansvar dumpar på någon annan”.

11% (n=4) av respondenterna beskrev stress över att inte kunna förse djuren med allt de behöver i form av ex. stimulans och uppmärksamhet. Exempel från respondenter: “Att ibland inte känna att man räcker till för att tillföra deras behov (lek, promenera etc)” och “Ibland har det varit svårt att hinna med min hund och min bebis samtidigt.”.

5% (n=2) av respondenterna beskrev upplevd stress över egen sjukdom, psykisk eller fysisk, som gjort att de inte kunde se över sitt djurs behov självständigt eller på det sätt de önskade. Svar från respondenterna: “Varit utbränd och inte orkat göra så mycket jag vill både mentalt och fysiskt” och “Som när man behöver hjälp med att gå ut med hunden om man inte mår bra och är ensam”.

16% (n=6) av respondenterna beskrev stressfaktorer utöver de som nämnts ovan. Dessa lyder: “Valptiden”, “För mycket ansvar vid för ung ålder”, “En känsla av att behöva ha uppsikt t.ex så de inte äter något de inte borde osv”, “När djuret blivit gammalt och man måste ta beslutet att avliva”, “Inte kunna lämna djuret ensamt” och “Yttre omständigheter har gjort att jag inte kunnat ge mitt husdjur möjligheter att utföra vissa beteendebestånd.”.

Av vilken/vilka anledningar har du upplevt stress? Flera alternativ kan kryssas i.
Sida 8 - Fråga 1 | Varför har du upplevt stress?



Figur 11. Stapeldiagram som visar respondenternas ställningstagande, i procent, till följdfrågan om varför de upplevt stress (n=105).

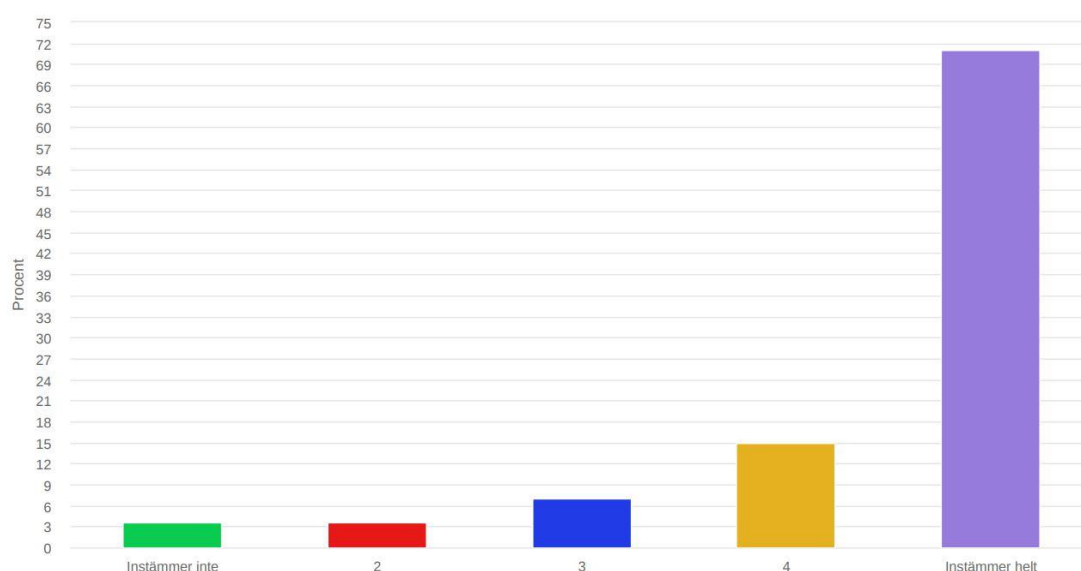
1 Ekonomiskt	42 (40%)
2 Tidsbrist	61 (58%)
3 Vacklande motivation	18 (17%)
4 Djurets beteende	41 (39%)
5 Annat:	37 (35%)
Svar	105

Figur 12. Tabell som visar respondenternas ställningstagande, i antal och procent, till följdfrågan om varför de upplevt stress (n=105).

4.5 Trygghet

71% (n=81) av respondenterna instämde helt att deras djur har bidragit med en känsla av trygghet. 26% (n=29) instämde till viss del att deras djur har bidragit med någon form av trygghet. 4% (n=4) av respondenterna instämde inte med påståendet och skickades därav inte vidare till följdfrågan (se fig 13 & 14).

Mitt/mina djur har fått mig att känna mig trygg
Sida 9 - Fråga 1 | Trygghet



Figur 13. Stapeldiagram som visar respondenternas ställningstagande till trygghet i procent (n=114).

1 Instämmer inte	4 (4%)
2	4 (4%)
3	8 (7%)
4	17 (15%)
5 Instämmer helt	81 (71%)
Medelvärde	4.46
Standardavvikelse	1.01
Svar	114

Figur 14. Tabell som visar respondenternas ställningstagande till trygghet i antal och procent (n=114).

Följdfrågan löd: “På vilket sätt upplever du att ditt/dina djur bidragit med trygghet?”. Detta var en textfråga där respondenterna beskrev sina upplevelser. 97% (n=110) av respondenterna skickades vidare till följdfrågan men 3 stycken av dessa svarade blankt med ett mellanslag eller punkt. Resterande 107 svar var tolkningsbara och nedan följer en sammanställning utifrån dessa svar.

En stor del av respondenterna beskrev sällskapet deras djur bidrar med som tryggt. Mindre ensamhetskänslor är en faktor som många tog upp. Exempelvis: “Man är aldrig ensam, finns alltid nån att prata med.”, “Genom att ge mig sällskap hemma, med min katt hemma känner jag mig aldrig ensam.”, “Man känner sig aldrig ensam”, “Skönt att veta att någon finns där för en.” och “De har fått mig att känna mig mindre ensam, vilket bidrar med trygghetskänslor”.

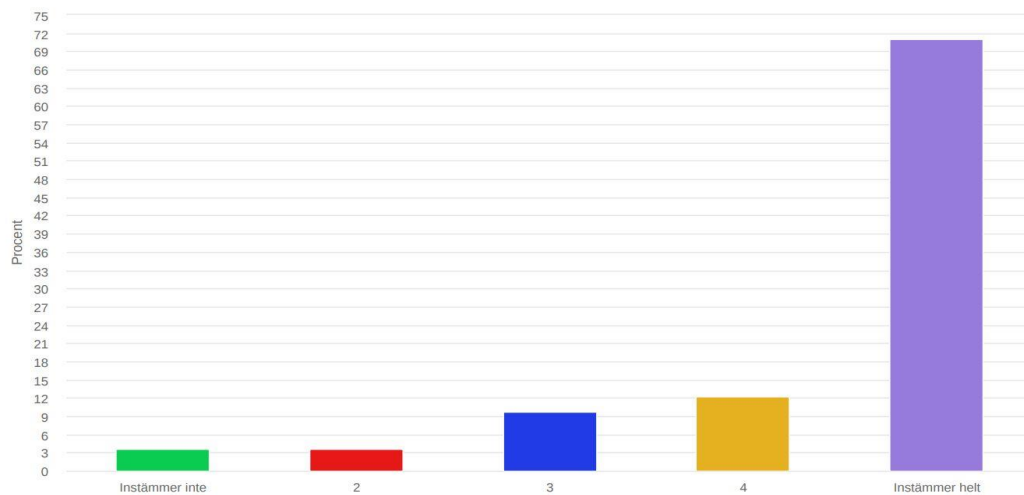
Många respondenter nämnde även känslan av trygghet i samband med fysiskt skydd och varningar från sina djur, även detta i kombination med sällskap och närhet. Flera personer nämnde specifikt mindre rädsla för mörkret om kvällarna tack vare sina djur. Exempelvis: “Skydd vid promenader i mörker, när en främling en gång närmade sig hotfullt, att alltid ha sällskap, att få tröst när man är ledsen”, “Hon säger till när det kommer någon. Hennes närvaro ger god, trygg känsla. Man är inte ensam. Man känner sig omtyckt.”, “Jag har blivit mycket mindre mörkrädd, särskilt när jag är ute på kvällarna (jag vet att hunden larmar om något är konstigt)”, “Trygghet i form av ett ökat självförtroende hos mig själv samt att jag alltid har något att fokusera på, behöver aldrig känna mig ensam med hundarna!”, “Mindre mörkrädd, stöd vid ångestattacker, vågar vara hemma själv när jag mår dåligt” och “Har alltid min hund med om jag går ut när det är mörkt. Han gör så att jag vågar springa i mörkret. Han är absolut ingen farlig hund tveksamt om han skulle göra utfall om någon gick på mig men han är en stor hund så han får mig ändå att känna mig trygg.”

Över lag beskrev respondenterna trygghet från sina djur i form av sällskap, skydd, tröst och villkorslös kärlek.

4.6 Tröst

Likt förra påståendet instämde 71% (n=81) av respondenterna helt i att deras djur hade tröstat dem (se fig 15 & 16). 4% (n=4) instämde inte med påståendet och kom därför inte vidare till följdfrågan som löd: "På vilket sätt har du upplevt att ditt/dina djur tröstat dig?". Även detta var en textfråga där respondenterna beskrev sina upplevelser.

Mitt/mina djur har tröstat mig
Sida 11 - Fråga 1 | Tröst



Figur 15. Stapeldiagram som visar respondenternas ställningstagande till tröst i procent (n=114).

1 Instämmer inte	4 (4%)
2	4 (4%)
3	11 (10%)
4	14 (12%)
5 Instämmer helt	81 (71%)
Medelvärde	4.44
Standardavvikelse	1.03
Svar	114

Figur 16. Tabell som visar respondenternas ställningstagande till tröst i antal och procent (n=114).

97% (n=110) av respondenterna skickades till följdfrågan och totalt 109 svar gick att tolka då en respondent lämnade blankt svar.

40% (n=44) av respondenterna beskrev att deras djur uppfattade och förstod när de var ledsna och/eller mådde dåligt och därav söker kontakt. Exempelvis: "Min hund hade ett sinne för mina känslöstämningar och visade tydligt att han ville trösta", "Kryper nära och gosar när man är ledsen", "Genom att reagera om jag varit ledsen och därmed hållit sig nära", "Märker av när jag är ledsen och kommer och tröstar, avleder och gosar." och "När sorg eller ångest drabbat har den funnits där, kommit och legat bredvid, puttad med nos och visat att den känt av mitt sinnestillstånd".

35% (n=39) av respondenterna beskrev hur djurets närhet och sällskap bidrog med tröst. Flera nämnde det i kombination med att inte bli dömd. Exempelvis: "Genom att finnas där, känslan av att de förstår utan att man behöver säga något", "Dom finns alltid där och ifrågasätter inte allting, man får vara som man är", "Lindrat ensamhet och erbjudit ett tyst sällskap.", "Lyssnar och någon att krama utan döma" och "Bara att det/de finns nära är en fridfull känsla. Inga frågor, bara varm närhet."

Respondenter beskrev även känslan av att klappa sitt djur som tröst. Att komma hem och se sitt djur samt att ta hand om sitt djur beskrevs som en distraktion som fick en på andra tankar. Ett exempel på detta var: "Det är en tröst att gå ut och gå, pyssla i stallet, visa en annan varelse omtanke och få samma, icke-dömande kärlek tillbaka". De håller tankarna i schack och man blir mer "där och då" men djuren."

4.7 Påverkan i vardagen

Vid sista frågan i enkäten besvarade respondenterna hur deras djur påverkar deras vardag. Även detta var en textfråga där respondenterna skrev ner sina erfarenheter och tankar. Totalt fick enkäten 113 tolkbara svar, varav en respondent lämnade blankt. Nedan visas 10 sammanställda svar från enkäten.

1. "Mina djur påverkar min vardag positivt. De blir en anledning till att gå upp på morgonen och komma hem igen på kvällen. Det är en så enkel kommunikation, djuren visar det de känner och vill just nu, och jag behöver inte oroa mig för dolda motiv/utnyttjande från deras sida. Jag vill ta hand om mina djur, och det ger mig en anledning att därför ta hand om mig själv så jag kan göra just det!",
2. "Då jag har en funktionsnedsättning som gör att jag har svårt att få kontakt med nya människor så ger de mig sociala sammanhang där jag känner mig

bekvämt. Alltså ger de mig ett socialt nätverk. De ger mig en anledning att gå upp och tar inte lika mycket energi som andra människor gör. Mina hundar är min största hobby och motivation att orka i vardagen. De möjliggör även att mina barn får lära sig hur man ska bete sig och i längden att träna hund de med hoppas jag.”

3. “Sällskap och bästa vänner. Min hund (när hon är hos mig, annars bor hon hos pären) får ut mig i frisk luft på långa promenader oavsett väder och hur jag mår. Blir alltid på bättre humör av att vara nära min katt eller hund. Varje natt kommer min katt och ska kela och sova under min arm (tills han tröttnar). Ger mig lugn. Hjälper mig psykiskt och fysiskt. Skapar rutiner och jag behöver ta ansvar. Får mig att känna mig lite mindre ensam.”
4. “Även om det ibland är både upp och ner med att äga djur så är det i det stora hela fantastiskt och det bidrar till något att bry sig om varje dag på året.“
5. “Ett ord: Positivt! Det största påverkan är att han ger mig en anledning att gå långa promenader oavsett om jag inte har lust att vistas i kylan eller känner mig mentalt låg. Dessa promenader lyckas alltid att förbättra min sinnesstämning, särskilt när jag ser hur glad han är utomhus.”
6. “Får mig att komma upp på morgonen de dagar jag annars hade stannat kvar i sängen pga depression och ångest. Får mig att skratta dagligen. Räddar mitt liv.”
7. “Mer motion, mer trygghet, mer lugn i vardagen, mindre känslor av ensamhet och övergivnad. Djuret behöver rutiner vilket hjälper mig med mina egna rutiner”
8. “Jag tror inte jag hade klarat av att bo någonstans där det inte fanns djur. De har en extremt positiv effekt på mitt psyke, även om de någon gång kan driva mig till vansinne.”
9. “Bara positivt. Kärlek, det är verkligen en familjemedlem. Bonus att det ofta kommer med mer motion och fler intressen som man vill göra med sin hund (t.ex. vandring, hundsport m.m.)”
10. “På ett mycket positivt sätt. Jag har alltid haft en vän i dem och de bidrar aldrig med negativ stämning. De lär en att sätta deras behov framför ens egna och får en att ut och röra sig eller släppa tankarna och stressen i vardagen för en stund.”

5. Diskussion

5.1 Husdjurs inverkan på människor

Utifrån resultatet kan slutsatsen dras att husdjur får många människor att må bra och bidrar till ökat psykiskt och fysiskt välmående. De bidrar med stabilitet, kärlek och trygghet när det kan vara svårt att finna det hos andra medmänniskor. De är villkorslösa och nära till hands när de behöver det som mest och ingen blir dömd eller utpekad. Resultatet från enkäten stämmer därmed överens med tidigare publicerade studier inom ämnet.

Tryggheten som husdjur bidrar med, oavsett om det är närhet eller skydd får deras ägare att känna sig mer självsäkra och att de kan hantera vardagen bättre. Flera respondenter har också beskrivit att de känner sig mindre ensamma och isolerade. Det är alltså inte bara utbildade servicedjur som kan skapa en känsla av trygghet och ha positiv inverkan på människors mående, utan även djuren folk lever med i sina hem varje dag. Detta påvisades exempelvis då sällskapshundar utan speciell utbildning kunde känna av ett kommande epilepsianfall (Catala et al. 2018).

En aspekt som var utmärkande när det kom till trygghet var antalet personer som beskrev mindre oro av att vara ute om kvällarna när de hade en hund med sig. Detta gällde kvinnliga respondenter, som generellt är mer utsatta än män, och som fått lära sig att vara försiktiga när de går ute ensamma. Att hundarna kan vara beskyddare, och på så sätt tillåta dessa kvinnor att leva sina liv utan rädsla, påvisar också vilken tillit personer har till sina husdjur. Djurägaren vet att de har en hjälpsam kompanjon om något skulle inträffa. I dessa fall kan det vara så att kvinnorna avsiktligt valt att skaffa hundar som kan skänka trygghet i situationer som de upplever som obehagliga.

Majoriteten av respondenterna upplevde att deras djur fick dem att röra på sig mer. Däremot fanns det respondenter som inte instämde alls med påståendet. Dessa människor ägde mindre djur som katt, marsvin, kanin, hamster, fisk och fågel. Dessa djurslag har inte ett behov av att ägaren tar med dem ut för motion. En av respondenterna som ansåg att de inte fick mer motion hade dock en hund. Det kan vara så att personen med hunden har en liten valp som inte behöver eller kan gå

längre sträckor, och på så vis inte får mer motion. Personen i fråga kanske också är väldigt aktiv och därför inte får mer motion av sin hund. Alla andra som ägde hund ansåg dock att djuren bidrog till ökad rörelse för deras del.

De personer som rörde sig mest, 2–3 timmar/dag och 3+ timmar/dag, hade alla hund, häst eller någon typ av boskap som får eller ko. Det är inte så konstigt med tanke på storleken på djuren samt behoven som de har. Aktiviteter som är obligatoriska för djurets välmående är rastning, mockning, städning, ridning, utfodring, motionering, föras in och ut ur stall, hage mm. För boskapen bidrar deras storlek också till att all hantering som involverar djuret är mycket tyngre än för smådjur.

Negativa aspekter går inte att undvika när det handlar om levande varelser som människor har känslomässiga band till. Vare sig det är djurets beteende, ekonomiska aspekter eller tidsbrist så kommer husdjursägande med mycket ansvar och känslor som kan vara svåra att hantera. Känslor kring hur djuret mår, om den kommer att fara illa på något sätt eller när det är dags att ta beslut om avlivning kan också påverka ägarna och vara källor till stress och oro. Ovanstående är beskrivet av respondenterna i enkäten vilket bekräftar tidigare studier (Brooks et al. 2018; Craigon et al. 2017; Friedmann & Krause-Parello 2018; Wisdom et al. 2009).

Bland respondenterna övervägde dock kärleken och den positiva inverkan som djuren har, denna oro och ångest, då majoriteten skrev att deras djur har en positiv inverkan på deras vardag. Det går att jämföra med rädsla eller oro som folk kan känna för sin partner, föräldrar, syskon eller vänners mående. I slutändan är det kärleken och bandet de har till varandra som får dem att uppleva dessa känslor, för att de bryr sig. Flera personer, både i studier (Brooks et al. 2018) och som svarat på vår enkät, ser sina husdjur som familjemedlemmar och vissa föredrar till och med djurens sällskap över andra människor.

Husdjur har inte förmågan att bota psykisk ohälsa eller andra sjukdomstillstånd. Depression är exempelvis lika vanligt förekommande hos de som har husdjur som hos de utan djur (Siegel et al. 1999). Vidare skriver författarna dock att husdjur kan ge stöd och hjälpa deras ägare hantera depression. I detta fall specifikt hos personer som fått en diagnos i acquired immunodeficiency syndrome (AIDS-diagnos).

Ett perspektiv att lyfta fram är de djurägare som inte frivilligt har skaffat sitt djur. Det kan vara ett arv eller att djuret hålls för att hjälpa en annan människa. Det finns också människor som är rädda för djur eller ett visst djurslag. I dessa fall kan människan vara obekvämt i djurens sällskap. Oftast har djurägare frivilligt valt att äga djur och därför drar nytta av förmåner som djur bringar, men dessa förmåner

sträcker sig förmodligen inte vidare till de som generellt inte uppskattar sällskapsdjur.

5.2 Djurens välfärd i arbete med människor

Det finns riktlinjer för hur professionella organisationer ska behandla djur som jobbar inom djurassisterad terapi (Winkle et al. 2020). Med tanke på bristande utvärderingsmetoder finns det dock ingen garanti på att dessa djur mår bra i sin arbetsroll. Katterna som användes i studien om barn med autism tillbringade i genomsnitt en timme per dag med barnen och hade resterande del av dygnet åt att göra det de själva ville och få utlopp för sina behov (Hart et al. 2018). Därmed påverkades inte katternas välfärd negativt, men det går inte att applicera på alla djur som jobbar med människor.

En hund som sitter med i terapisessioner hela dagarna kanske inte tar direkt skada av det. Hade den istället blivit presenterad med att gå på skogs promenad eller leka i trädgården hade det säkert varit ett roligare alternativ. Hundar har också förmågan att lukta sig till hur folk mår. Genom kemiska substanser i svett eller andning kan en hund identifiera om en person är stressad och rädd (D'aniello et al. 2017; Wilson et al. 2022), vilket ofta är fallet för personer som går i terapi. Eftersom de är så duktiga på att identifiera kemiska markörer av olika sinnesstämningar blir de också påverkade av dem och kan spegla personens beteende och stress. Detta kan i sin tur potentiellt bidra till att de blir utåtagerande mot personen som uppvisar stress och rädsla, om det inte hanteras på rätt sätt. Ett sätt att motverka detta på kan vara att positivt förstärka i situationer när de är nära personer som uppvisar dessa känslor. Då kan man vända trenden och få dem att bli glada och exalterade istället för ängsliga och rädda (Wilson et al. 2022).

Sammanfattningsvis är den vetenskapliga dokumentationen bristfällig och det finns för få studier gjorda på hur servicedjur av olika slag mår när de arbetar för att skapa en tydlig bild av fenomenet. De djur som tillhör professionella organisationer som följer riktlinjerna har förhoppningsvis god välfärd, men eftersom det inte finns utvärderingsmetoder att förlita sig på går det inte att säga med säkerhet. När det kommer till utomstående organisationer som inte har samma regleringar finns det bristande information i hur de hanterar djur och utvärderar deras välmående. Arbete för att utveckla utvärderingsmetoder och urval av rätt hundar för arbetet samt utmaningarna som finns inom ämnet beskrev Lidfors et al. i en artikel. Det som behövde tas i beaktning var bland annat storlek på hunden, miljön hos uppfödaren, tidig hantering samt ärftliga sjukdomar. Raser som ansågs mindre lämpliga som tjänstehundar var de som var svårtränade eller generellt hade mer aggression och ångest riktat till främlingar (Lidfors et al. 2021). Exempel på detta var chihuahua

som till skillnad från exempelvis vallhundar, hade högre aggressivitet. Är djuren korrekt tränade, fysiskt och psykiskt, trivs med att interagera med närstående och främlingar, har rätt temperament samt får möjlighet att få utlopp för sina behov, skulle djurassisterad terapi kunna vara ett bra alternativ. Det förutsätter dock att djuret får leva ett rikligt djurliv utanför sin arbetsroll.

Det viktigaste för att se till att djuren har en bra välfärd är att utfärda pålitliga utvärderingsmetoder och implementera de inom alla organisationer som jobbar med servicedjur. Detta skulle kunna utvecklas med de fem domänerna i åtanke. De fem domänerna är: Näring, miljö, hälsa, beteende och mental hälsa. Modellen ska kunna användas på ett sätt så att djurens välfärd kan bedömas och såväl graderas (Lidfors et al. 2021) Det bör också inkluderas 3R när det kommer till tjänstedjur. Det 3R står för är replace, reduce och refine. Mest fokus bör läggas på refine, det vill säga hur människan på bästa sätt kan förbättra hundarnas tillvaro. Det kan vara genom vidareutbildning av hundtränare och hundförare, förbättrade miljöförhållanden och ifyllnad av standardiserade protokoll (Lidfors et al. 2021). Allt för att tjänstehundarna ska ha en så god livskvalitet som möjligt. Servicedjuren är till för att kunna främja och påverka människors liv till det bättre, men det får inte vara på bekostnad av deras eget mående.

5.3 Ska det implementeras mer djur inom vården?

Djur inom vården har visats ha en positiv inverkan på människor av många olika tillstånd, från cancer till autism. De livar upp tillvaron, får personerna känna sig förstådda, mindre ensamma, lugnare och främjar sociala interaktioner (Brooks et al. 2018; Brooks et al. 2016; Hall et al. 2016; Hart et al. 2018; Mei Mei & Gonzalo 2019). Det har även visats användbart för hälsopersonalen. Detta eftersom de får bättre kontakt med sina patienter och på så sätt lättare kan utföra sina arbetsuppgifter (Mei Mei & Gonzalo 2019).

En aspekt som kan oroa immunsupprimerade människor är idén om att bli smittad av djuret. Däremot har studier visat att det inte är någon större risk för immunsupprimerade patienter att vara i kontakt med djur, så länge man följer riktlinjer och har god hygien (Hemsworth & Pizer 2006). Vissa djur är också mer benägna att vara smittbärare av zoonoser, såsom reptiler (Mei Mei & Gonzalo 2019), men de används sällan, om någonsin, inom sjukvården. Andra studier har visat att även robohundar kan ge liknande effekt som levande hundar. Detta kan implementeras inom vården vid infektionskänsliga patienter eller där hög hygiengrad behöver upprätthållas, då en robohund kan desinficeras (Kramer et al. 2009).

Det är också viktigt att ha i åtanke att inte alla uppskattar djurs sällskap. Det finns folk som har fobier, inte förstår sig på djur, tycker djur är äckliga, av religiösa skäl inte vill vara nära djur och mycket mer. För deras skull kan implementeringen av djur i sjukvården eventuellt vara mer stressande än sjukhusvistelsen, vilket inte skulle främja deras välmående och återhämtning. För en person med exempelvis hundfobi kan tanken på att en hund finns i byggnaden vara tillräckligt för att skapa oro och stress. Allas situation och preferenser måste tas i åtanke till viss del, eftersom det är en offentlig plats där alla ska känna sig trygga och välkomna.

Det viktigaste är att djuren får möjlighet att vara djur och inte endast används som redskap. Kan djuren bli behandlade på så vis att de har en god livskvalitet och välfärd trots sin arbetsroll finns det övervägande positiva aspekter med djur inom vården. Allt faller dock tillbaka på utvärderingen av djurets mående och välfärd.

5.4 Metoddiskussion

Att använda sig av en enkät hade många fördelar. Exempelvis gick det att nå ut till ett stort antal personer, olika geografiska områden, människor av olika yrken och åldrar. Däremot bidrog detta till att respondenterna själv behövde läsa och tolka frågorna, vilket gjordes olika från person till person. Hur frågorna var utformade kunde också begränsa vilken typ av svar som ges. I enkäten hade påståendet "Mitt/mina djur får mig att röra på mig mer" exempelvis en hundägare som angav "instämmer inte". Generellt måste en hund promenera flera gånger dagligen och därav behövde djurägaren också röra sig. Gällde detta en väldigt aktiv person som vandrade eller joggade ofta kanske inte deras motionsmängd påverkades av att äga en hund. En person som är inkapabel att gå skulle inte heller få mer motion av att äga hund, då de eventuellt har permobil eller rullstol när de är ute. Eftersom detta är spekulationer visar det att frågan var ställd på ett sätt som inte uppmuntrade till mer nyanserade svar.

Enkäten distribuerades på sociala medier vilket var ett bekvämlighetsurval. Ett enkelt sätt att nå ut till många människor men också med risk att många äldre personer föll bort. Risken för selektionsbias fanns också närvarande, detta eftersom de som var mest engagerade i sina djur förmodligen hade större intresse av att svara än de som inte kände lika starkt för sina djur. Ingen kontrollgrupp fanns närvarande vilket också ökade risken för bias.

Enkäten riktade sig till personer som har eller har haft djur. Detta gjorde det svårt att generalisera djurslag eller känslor till sitt djur utefter respondentens ålder. Det gick inte att konstatera att respondenterna ägde djur i nuläget. Tidigare litteratur visade att djur har en positiv effekt på ensamhet och depression hos äldre människor (Friedmann & Krause-Parello 2018). Eftersom respondenten kunde besvara enkäten efter ett djur denne hade för flera år sedan kunde enkäten inte påvisa en positiv effekt av att äga djur i hög ålder.

Det fanns få studier gjorda på djurens påverkan av att jobba med människor, vilket begränsade antalet källor till den delen av arbetet. Fler studier behöver göras inom ämnet.

5.5 Konklusion

Djur har visat sig ha positiv inverkan på människor i alla olika stadier av livet och vid en mängd olika hälsotillstånd. Det fanns mycket dokumentation gällande djurs påverkan på människans livskvalitet, majoriteten positiva men även negativa aspekter. Djur, såväl sällskapsdjur som tränade servicedjur, bidrog med stöd, kärlek, minskad stress, främjade sociala interaktioner, hjälpte folk att hantera problem de stötte på i livet och minskade ensamhet. Däremot kunde djuräggande också innebära stress, oro och andra negativa känslor i vissa situationer. Desto mindre dokumentation fanns det om hur människor påverkade djuren.

För att människan ska kunna fortsätta nyttja djuren och deras egenskaper krävs det att mer forskning utförs kring hur djur påverkas av människan. Med korrekt hantering, förståelse för deras behov samt validerad utvärdering av deras mående kan samarbetet mellan djur och människa förbättras.

Referenser

- Borgi, M., Loliva, D., Cerino, S., Chiarotti, F., Venerosi, A., Bramini, M., Nonnis, E., Marcelli, M., Vinti, C., De Santis, C., Bisacco, F., Fagerlie, M., Frascarelli, M. & Cirulli, F. (2016). Effectiveness of a standardized equine-assisted therapy program for children with autism spectrum disorder. *J. Autism Dev. Disord.* 46(1), 1–9. <https://doi.org/10.1007/s10803-015-2530-6>
- Bradley, A. & Bennet, P.C. (2015). Companion-Animals' Effectiveness in Managing Chronic Pain in Adult Community Members. *Anthrozoös.* 28(4), 635-647. <https://doi.org/10.1080/08927936.2015.1070006>
- Brooks, H.L., Rushton, K., Lovell, K., Bee, P., Walker, L., Grant, L. & Rogers, A. (2018). The power of support from companion animals for people living with mental health problems: a systematic review and narrative synthesis of the evidence. *BMC Psychiatry.* (18), 31. <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1613-2>
- Brooks, H.L., Rushton, K., Walker, S., Lovell, K. & Rogers, A. (2016). Ontological security and connectivity provided by pets: a study in the selfmanagement of the everyday lives of people diagnosed with a long-term mental health condition. *BMC Psychiatry.* (16), 409. <https://doi.org/10.1186/s12888-016-1111-3>
- Byström, K.M. & Lundqvist Persson, C.A. (2015). The Meaning of Companion Animals for Children and Adolescents with Autism: The Parents' Perspective. *Anthrozoös.* 28(2), 263-275. <https://doi.org/10.1080/08927936.2015.11435401>
- Catala, A., Cousillas, H., Hausberger, M. & Grandgeorge, M. (2018). Dog alerting and/or responding to epileptic seizures: A scoping review. *PLoS One.* 13(12), e0208280. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0208280>
- Craigon, P.J., Hobson-West, P., England, G.C.W., Whelan, C., Lethbridge, E. & Asher, L. (2017). “She’s a dog at the end of the day”: Guide dog owners’ perspectives on the behaviour of their guide dog. *PLoS One.* 12(4), e0176018. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0176018>
- D’aniello, B., Semin, G.R., Alterisio, A., Aria, M. & Scandurra, A. (2017). Interspecies transmission of emotional information via chemosignals: from humans to dogs

(*Canis lupus familiaris*). *Animal Cognition*. (21), 67-78.

<https://doi.org/10.1007/s10071-017-1139-x>

- Friedmann, E. & Karuse-Parello, C.A. (2018). Companion animals and human health: benefits, challenges and the road ahead for human-animal interaction. *Rev. Sci. Tech. Off. Int. Epiz.* (1), 71-82. <https://doi.org/10.20506/rst.37.1.2741>
- Glenk, L.M., Příbylová, L., Stetina, B.U., Demirel, S. & Weissenbacher, K. (2019). Perceptions on Health Benefits of Guide Dog Ownership in an Austrian Population of Blind People with and without a Guide Dog. *Animals (Basel)*. 9(7), 428. <https://doi.org/10.3390/ani9070428>
- Hall, S.S., Wright, H.F., Hames, A., PAWS TEAM & Mills, D. S. (2016). The long-term benefits of dog ownership in families with children with autism. *Journal of Veterinary Behavior*. (13), 46-54. <https://doi.org/10.1016/j.jveb.2016.04.003>
- Hart, L.A., Thigpen, A.P., Willits, N.H., Lyons, L.A., Hertz-Picciotto, I. & Hart, B.L. (2018). Affectionate Interactions of Cats with Children Having Autism Spectrum Disorder. *Frontiers in Veterinary Science*. (5), 39. <https://doi.org/10.3389/fvets.2018.00039>
- Hemsworth, S. & Pizer, B. (2006). Pet ownership in immunocompromised children - A review of the literature and survey of existing guidelines. *European Journal of Oncology Nursing*. (10), 117-127. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2005.08.001>
- Kirton, A., Wirrell, E., Zhang, J. & Hamiwka, L. (2004). Seizure-alerting and -response behaviors in dogs living with epileptic children. *Neurology*. 62(12). <https://doi.org/10.1212/WNL.62.12.2303>
- Kramer, S.C., Friedmann, E. & Bernstein, P.L. (2009). Comparison of the Effect of Human Interaction, Animal-Assisted Therapy, and AIBO-Assisted Therapy on Long-Term Care Residents with Dementia. *Anthrozoös*. 22 (1), 43-57. <https://doi.org/10.2752/175303708X390464>
- Lidfors, L., Karlberg, S., Lindsjö, J. & Åsbjer, E. (2021). Sociala tjänstehundar – användning, lagstiftning och djurvälstånd i mötet mellan hund och människa. *SLU Framtidens djur, natur och hälsas rapportserie*. (9). <https://res.slu.se/id/publ/115854>
- Lindau, S.T., Laumann, E.O., Levinson, W. & Waite L.J. (2003). Synthesis of scientific disciplines in pursuit of health: the interactive Biopsychosocial Model. *Perspect. Biol. Med.* (3), 46, S74–S86. <https://doi.org/10.1353/pbm.2003.0055>

- Mei Mei, C. & Gonzalo, T.R. (2019). The “pet effect” in cancer patients: Risks and benefits of human-pet interaction. *Critical Reviews in Oncology/Hematology*. (143), 56-61. <https://doi.org/10.1016/j.critrevonc.2019.08.004>
- Moreira, R. L., Gubert, F.D.A., Sabino, L M.M.D., Benevides, J.L., Tomé, M.A.B.G., Martins, M.C. & Brito, M.D.A. (2016). Assisted therapy with dogs in pediatric oncology: relatives’ and nurses’ perceptions. *SciELO Brazil. Rev Bras Enferm* (6), 69. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0243>
- Murphy, K. (2015). Animals in health care settings. *Nursing made incredibly easy!* 13(6), 42-48. <https://doi.org/10.1097/01.NME.0000471842.45507.75>
- Rodriguez, K.E., Herzog, H., Gee, N.R. (2021). Variability in Human-Animal Interaction Research. *Frontiers in Veterinary Science*. (7), 619600. <https://doi.org/10.3389/fvets.2020.619600>
- Serpell, J. A. (2010). Handbook on Animal-Assisted Therapy (Third edition): Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. *Academic Press*. ss. 17-32. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-381453-1.10002-9>
- Siegel, J.M., Angulo, F.J., Detels, R., Wesch, J. & Mullen, A. (1999). AIDS diagnosis and depression in the Multicenter AIDS Cohort Study: the ameliorating impact of pet ownership. *AIDS CARE* (11) 2, 157-170. <https://doi.org/10.1080/09540129948054>
- Stern, S.L., Donahue, D.A., Allison, S., Hatch, J.P., Lancaster, C.L., Benson, T.A., Johnson, A.L., Jeffreys, M.D., Pride, D., Moreno, C. & Peterson, A.L. (2013) Potential Benefits of Canine Companionship for Military Veterans with Posttraumatic Stress Disorder (PTSD). *Society & Animals*. (21) 6, 568-581. <https://doi.org/10.1163/15685306-12341286>
- Winkle, M., Johnson, A. & Mills, D. (2020) Dog Welfare, Well-Being and Behavior: Considerations for Selection, Evaluation and Suitability for Animal-Assisted Therapy. *MDPI*. (10) 2188. <https://doi.org/10.3390/ani10112188>
- Wilson, C., Campbell, K., Petzel, Z. & Reeve, C. (2022) Dogs can discriminate between human baseline and psychological stress condition odours. *PLOS ONE*. 17(9), e0274143. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0274143>
- Wisdom, J.P., Saedi, G.A., & Green, C.A. (2009). Another breed of “service” animals: STARS study findings about pet ownership and recovery from serious mental

illness. *American Journal of Orthopsychiatry*. 79(3), 430–436.
<https://doi.org/10.1037/a0016812>

Tack

Stort tack till alla som deltagit i enkäten och möjliggjort för resultatet i studien.
Tack till handledare Maria Andersson för vägledning och för all din hjälp och stöd under resans gång.

Slutligen ett extra stort tack till varandra som skrivpartners i denna process. Det hade inte varit möjligt utan vårt samarbete. Tack för alla timmar av skrivande och stöttande av varandra.

Publicering och arkivering

Godkända självständiga arbeten (examensarbeten) vid SLU publiceras elektroniskt. Som student äger du upphovsrätten till ditt arbete och behöver godkänna publiceringen. Om du kryssar i **JA**, så kommer fulltexten (pdf-filen) och metadata bli synliga och sökbara på internet. Om du kryssar i **NEJ**, kommer endast metadata och sammanfattning bli synliga och sökbara. Även om du inte publicerar fulltexten kommer den arkiveras digitalt. Om fler än en person har skrivit arbetet gäller krysset för samtliga författare. Du hittar en länk till SLU:s publiceringsavtal på den här sidan:

- <https://libanswers.slu.se/sv/faq/228316>.

JA, jag/vi ger härmed min/vår tillåtelse till att föreliggande arbete publiceras enligt SLU:s avtal om överlåtelse av rätt att publicera verk.

NEJ, jag/vi ger inte min/vår tillåtelse att publicera fulltexten av föreliggande arbete. Arbetet laddas dock upp för arkivering och metadata och sammanfattning blir synliga och sökbara.

Föreliggande arbete ska publiceras med 12 månaders fördröjning av fulltexten (tillfälligt läsningsembargo). Därefter ger jag/vi härmed min/vår tillåtelse till att föreliggande arbete publiceras enligt SLU:s avtal om överlåtelse av rätt att publicera verk.