

การบำบัดด้วยสัตว์

ANIMAL ASSISTED THERAPY

นายแพทย์ทวีศักดิ์ ลีรัตน์เรขา ... จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

“การบำบัดด้วยสัตว์” มาจากคำว่า “Animal Assisted Therapy” หรือ “Animal Therapy” คือ การนำสัตว์มาร่วมในโปรแกรมการบำบัดรักษาผู้ป่วย เพื่อฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกาย ฟื้นฟูสภาพจิตใจ เพิ่มความสามารถในการปรับตัว หรือช่วยเสริมสร้างทักษะต่าง ๆ ที่จำเป็น เป็นการบำบัดที่นำมาเสริมเข้ากับการรักษาวิธีการหลัก ซึ่งมีการนำมาใช้อยู่หลากหลายวัตถุประสงค์ และหลากหลายรูปแบบ

สัตว์ที่นิยมนำมาใช้กันมาก ได้แก่ สุนัข แมว ม้า และโลมา เป็นต้น โดยต้องมีการคัดเลือกและฝึกฝนสัตว์มาเป็นอย่างดีพบว่าได้ผลเป็นที่น่าพอใจ

สัตว์เลี้ยงบำบัด (pet therapy) นับเป็นรูปแบบหนึ่งของการบำบัดด้วยสัตว์ ซึ่งมีงานวิจัยรองรับมากพอสมควรว่าได้ผลดี โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุ สามารถช่วยเยียวยาจิตใจเป็นอย่างดี สำหรับในเด็กที่ถูกทอดทิ้งหรือทารุณกรรม ก็พบว่าสัตว์เลี้ยงสามารถช่วยเยียวยาจิตใจได้ดีมากเช่นเดียวกัน ให้ทั้งความรู้สึกที่ปลอดภัยขึ้น ได้รับความรักโดยไม่มีเงื่อนไข และเด็กยังสามารถสื่อสารกับสัตว์เลี้ยงได้อีกด้วย

แนวคิดของการบำบัดด้วยสัตว์

พบว่าสัตว์เลี้ยงสามารถช่วยในเรื่อง การรับรู้สัมผัส เสริมสร้างสมาธิ เพิ่มความไว้วางใจผู้อื่น ให้สัมผัสที่อบอุ่น ปลอดภัย และเป็นมิตร เพิ่มแรงจูงใจในการทำกิจกรรมต่าง ๆ อย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ยังช่วยให้เด็กเรียนรู้ในเรื่องสัมพันธภาพ และการตอบสนองทางอารมณ์ได้ดีขึ้นด้วย

สัตว์ที่นำมาใช้ในการบำบัดส่วนใหญ่มักเป็นสัตว์เลี้ยง ซึ่งมนุษย์คุ้นเคยเป็นอย่างดี เช่น สุนัข แมว เป็นต้น หรือเป็นสัตว์ใหญ่ที่เป็นมิตรกับมนุษย์เสมอในความรู้สึก เช่น โลมา ม้า ช้าง เป็นต้น ส่วนสัตว์ที่ไม่แนะนำให้นำมาใช้ในการบำบัด เช่น กระต่าย หมู หู เป็นต้น

สัตว์ที่นำมาใช้ในการบำบัดมักเป็นสัตว์เลี้ยงตัวเล็ก ๆ มากกว่า เนื่องจากสามารถอุ้มได้ง่าย และเหมาะสมกับบ้านพักอาศัยที่มีพื้นที่ไม่มากนัก แต่สุนัขตัวใหญ่ ๆ ก็เหมาะสมสำหรับผู้ที่นั่งอยู่บนรถเข็นเช่นกัน และสัตว์บางชนิดก็จำเป็นต้องใช้ในการบำบัดนอกสถานที่พักอาศัย เช่น โลมาบำบัด อาซาบำบัด เป็นต้น

เพื่อที่จะสร้างความผูกพันกับสัตว์ได้ เราจำเป็นที่จะต้องก้าวออกจากโลกของตัวเอง และพยายามที่จะสื่อสารกับผู้อื่น ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญในการบำบัดรักษา ในขณะที่สัตว์เองก็มีความสามารถในการกระตุ้นให้เกิดสิ่งเหล่านี้ง่ายขึ้น อย่างน้อยที่สุดก็เป็นช่วงเวลาสั้น ๆ ช่วงหนึ่งที่ทำให้เราสนใจสิ่งอื่นนอกจากตัวเราเอง จึงเป็นส่วนผสมที่ลงตัวยิ่งในการบำบัดด้วยสัตว์

ประโยชน์ของการบำบัดด้วยสัตว์

สัตว์แต่ละชนิดมีคุณสมบัติและเงื่อนไขที่แตกต่างกันในการนำมาบำบัดรักษาผู้ป่วย ซึ่งจะต้องพิจารณาตามสภาพปัญหา และความเหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละคน พบว่าสามารถนำสัตว์มาใช้ประโยชน์ในการบำบัดรักษาทางการแพทย์ได้หลากหลาย ดังนี้

ผู้ป่วยโรคอัลไซเมอร์ การบำบัดด้วยสัตว์ช่วยนำกลับมาสู่ปัจจุบันขณะได้เป็นอย่างดี เนื่องจากผู้ป่วยกลุ่มนี้มักหลงพะวง และระแวงเป็นส่วนใหญ่ ลูกสุนัขที่ได้รับการฝึกมาเป็นอย่างดี สามารถช่วยกระตุ้นให้ผู้ป่วยอัลไซเมอร์หลุดออกมาจาก ภาวะเหล่านั้น นอกจากนี้ ยังช่วยลดอาการกระสับกระส่าย (agitated behavior) และเพิ่มปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

ผู้ป่วยที่มีความบกพร่องในการสื่อสาร หรือผู้ป่วยที่เพิ่งเริ่มหัดพูดใหม่อีกครั้งหลังจากเป็นโรคหลอดเลือดสมอง สัตว์ เลี้ยงสามารถช่วยกระตุ้นการสื่อสารพูดคุยได้เป็นอย่างดี

ผู้ป่วยที่มีปัญหาด้านอารมณ์และจิตใจ ก็สามารถนำสัตว์เลี้ยงมาช่วยเสริมสร้างสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตร และ เสริมสร้างความผูกพันที่ดีได้ ช่วยให้ผู้ดูแลมองในเชิงลบหรือเลวร้ายที่มีต่อโลกหรือคนรอบข้าง

ผู้ป่วยโรคซึมเศร้า มีอาการดีขึ้นได้ด้วยสัตว์เลี้ยงเช่นเดียวกัน เนื่องจากช่วยลดความซ้ำซากจำเจในการดำเนิน ชีวิตประจำวัน และเพิ่มความสนใจ ใส่ใจ ในโลกนอกตัวที่กว้างขึ้น

สัตว์เลี้ยงเป็นเสมือนจุดเริ่มต้นของความหวังอีกครั้ง จากการได้เรียกหาแล้วได้รับการสนองตอบ จากการรอคอยเวลา แล้วได้กลับมาพบกันอีกครั้ง เป็นการสร้างความหวังที่มีชีวิตอยู่ต่อไป

สัตว์เลี้ยงสามารถให้สัมผัสที่อบอุ่นได้เป็นอย่างดี จากการลูบ กอด ซึ่งเป็นเสมือนสัมผัสแห่งรักมาทดแทนสิ่งที่ขาด หายไป

สัตว์เลี้ยงช่วยเสริมสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมได้เป็นอย่างดี กระตุ้นให้ออกมาจากห้อง และมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับ สัตว์และผู้อื่นมากขึ้น

ในเด็กสมาธิสั้น พบว่า สามารถจดจ่ออยู่กับสัตว์เลี้ยงได้นานขึ้น ซึ่งช่วยให้เรียนรู้สถานะที่มีสมาธิ และในเด็กออทิสติก พบว่า ช่วยให้อุปสรรคกับคนรอบข้างเพิ่มขึ้น จากการนำสุนัขมาช่วยในการบำบัด

การนำสัตว์มาเข้าร่วมในการบำบัดเด็กพิเศษ หรือเด็กที่เจ็บป่วยเรื้อรัง อย่างน้อยที่สุดก็ช่วยให้ชีวิตดูง่ายขึ้น และมีสีสัน ความสนุกสนานมากขึ้น และเพิ่มประสิทธิภาพการบำบัดรักษาในแนวทางหลักได้ดียิ่งขึ้น

โดยสรุปแล้วการบำบัดด้วยสัตว์มีประโยชน์มากมาย ถ้าสามารถเลือกนำมาใช้ได้เหมาะสม อย่างน้อย 3 ประการ คือ

- 1) ผลทางด้านจิตวิทยา คือ ช่วยให้เกิดความผ่อนคลาย สร้างเสริมแรงจูงใจ
- 2) ผลทางด้านสังคม คือ กระตุ้นให้เกิดการสื่อสารระหว่างผู้ป่วยและผู้ดูแล
- 3) ผลทางด้านชีววิทยา คือ การช่วยให้สัญญาณชีพดีขึ้น เช่น การเต้นของหัวใจ ชีพจร ความดันโลหิต

กระบวนการและรูปแบบการบำบัดด้วยสัตว์

ในการบำบัดด้วยสัตว์ ไม่มีกระบวนการและรูปแบบที่ตายตัวเช่นกัน แต่มีการออกแบบการบำบัดรักษาให้เหมาะสมกับ แต่ละบุคคล สัตว์ที่นิยมนำมาใช้ในการบำบัด ได้แก่

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

รายละเอียดของการบำบัดด้วยสัตว์แต่ละชนิด สามารถอ่านเพิ่มเติมได้ในบทความเฉพาะแต่ละเรื่อง ภายใต้หัวข้อ “การบำบัดทางเลือก ในเด็กพิเศษ”

ข้อควรคำนึงในการบำบัดด้วยสัตว์

สัตว์ชนิดใดที่มีความเหมาะสมในการบำบัด นอกจากพิจารณาจากจุดมุ่งหมายที่ต้องการในการบำบัดแล้ว ยังต้องพิจารณาว่าผู้รับการบำบัดชอบหรือไม่ชอบด้วย และเมื่อเริ่มการบำบัดแล้วก็ต้องติดตามการตอบสนองของเด็กด้วยว่าดีหรือไม่

ข้อพึงระวังที่สำคัญที่มองข้ามไม่ได้ คือ ความกลัวและอาการภูมิแพ้จากขนสัตว์ ซึ่งต้องสอบถามประวัติเหล่านี้ก่อนว่ามีหรือไม่ ต้นทุนค่าใช้จ่ายในการบำบัดก็เป็นสิ่งที่ควรนำมาพิจารณาประกอบการตัดสินใจด้วยเช่นกัน เนื่องจากการบำบัดด้วยสัตว์หลายชนิดมีค่าใช้จ่ายสูงมาก

เอกสารอ้างอิง

- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2564). การบำบัดทางเลือก ในเด็กพิเศษ. (พิมพ์ครั้งที่ 2). สมุทรปราการ: ทีเอส อินเทอร์เน็ต.
- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2565). คู่มือการดูแลเด็กออทิสติก. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ชุมชมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- _____. (2550). อาซาบำบัด สัญชาตญาณอยู่รอดบนหลังม้า. จาก <http://www.blogth.com>
- Alliance of therapy dogs. (2021). **The modern use of animal assisted therapy.** จาก <https://www.therapydogs.com/animal-assisted-therapy>
- Barna, B. (2006). **Animal therapy boosts kids' health and hope.** จาก <http://www.southflorida.com>
- Island dolphin care center. (2006). **Dolphin time out 5-day therapy program.** จาก <http://www.islanddolphinscare.org>
- Morrison, M. L. (2007). Health benefits of animal-assisted interventions. **Complementary Health Practice Review.** 12(1): 51-62
- Palika, L. (2006). **Your cat's mind: feline relationships the special love of therapy cats.** จาก <http://www.catsplay.com>
- Richeson, N. E. (2003). Effects of animal-assisted therapy on agitated behaviors and social interactions of older adults with dementia. **Am J Alzheimers Dis Other Demen.** 18(6): 353-8.
- Solomon, O. (2010). What a dog can do: children with autism and therapy dogs in social interaction. **ETHOS.** 38(1): 143-66.
- UCLA health. (2021). **Animal-Assisted Therapy Research.** จาก <https://www.uclahealth.org/pac/animal-assisted-therapy>

บทความทั้งหมดยินดีให้นำไป เผยแพร่เพื่อความรู้ได้ โดยกรุณาอ้างอิงแหล่งที่มา



ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2565). การบำบัดด้วยสัตว์. จาก <https://www.happyhomeclinic.com/alt11-animaltherapy.htm>
(บทความต้นฉบับ: มีนาคม 2549)