



แมวบำบัด (Cat Therapy)

นพ.ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา
จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

แมวบำบัด หรือการนำแมวมาช่วยในการบำบัด (cat therapy/ feline-assisted therapy) ดูเหมือนจะไม่คุ้นหูมากนัก แต่ก็มีการนำมาใช้ในโปรแกรมการบำบัดเช่นเดียวกัน สามารถช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดได้เป็นอย่างดี นำมาใช้เป็นทางเลือกในผู้ที่กลัวสุนัข หรือไม่สามารถไปบำบัดด้วยสัตว์ใหญ่ได้ และที่สำคัญคือ เป็นการบำบัดที่เหมาะสมกับเหล่าทาสแมวเป็นอย่างดี

แมวเป็นสัตว์เลี้ยงที่มีความอยากรู้อยากเห็นสูงมาก และยังเป็นสัตว์ที่มีจิตวิทยาสูงอีกด้วย รับรู้สัมผัสอารมณ์ความรู้สึกของคนได้ดี รู้ว่าเจ้าของต้องการขอความช่วยเหลือเมื่อไหร่ สามารถเตือนภัยแผ่นดินไหวและภัยธรรมชาติต่าง ๆ และกล่าวกันว่าสามารถเตือนภัยให้กับเจ้าของได้อีกด้วย

แมวที่นำมาใช้บำบัดต้องคัดเลือกกันพอสมควร นอกจากความน่ารัก ชนสวย มีเสน่ห์ดึงดูดได้ดีแล้ว ควรเป็นแมวที่มีลักษณะ ดังนี้

- ท่าที่เป็นมิตร เข้ากับคนแปลกหน้าได้ง่าย ยอมให้อุ้มกอดได้
- ทนต่อสิ่งกระตุ้นที่ผิดแปลกได้ดีทั้งสิ่งที่มองเห็นและเสียงที่ได้ยิน
- เชื่อง เลี้ยงง่าย มีลักษณะนิสัยที่สงบ ไม่ตกใจง่าย
- ได้รับการฝึกฝนมาเป็นอย่างดีในบ้าน
- ไม่มีประวัติดุร้าย ทำร้ายคนอื่น หรือสัตว์ตัวอื่น
- ยอมให้สวมใส่ปลอกคอ กระพรวน หรือสายจูงได้
- มีการทำความสะอาดและดูแลสุขอนามัยอย่างสม่ำเสมอ
- ได้รับการฉีดวัคซีนแล้ว



กลุ่มผู้ป่วยที่สามารถใช้แมวบำบัด มีหลายกลุ่ม ได้แก่ โรคซึมเศร้า วิตกกังวล กลัว โรคสมองเสื่อม โรคหัวใจ และหลอดเลือด โรคเบาหวาน ความบกพร่องทางการเห็นหรือการได้ยิน ความบกพร่องทางสติปัญญา ออทิสติก สมาธิสั้น และผู้ป่วยจิตเวชอื่นๆ



แมวบำบัดสามารถนำไปใช้ได้หลายบริบท ทั้งในโรงพยาบาล และที่อื่น ๆ เช่น บ้าน โรงเรียน เนอชเชอรั่ ศูนย์ฟื้นฟูฯ สถานบริบาล และเรือนจำ เป็นต้น

กลุ่มเด็กออทิสติก พบว่า สัมพันธภาพที่ดีระหว่างเด็กกับแมวที่เลี้ยงไว้ จะช่วยเพิ่มการมีส่วนร่วมทางสังคมของเด็กมากขึ้น เพิ่มความผูกพัน เพิ่มความสนใจ ช่วยให้สงบอารมณ์ได้ นอกจากนี้แมวยังช่วยเรื่องระบบรับสัมผัสให้สมดุลขึ้น

กลุ่มเด็กที่มีความผิดปกติด้านระบบการเคลื่อนไหว กล้ามเนื้อ และข้อต่อ เช่น โรคสมองพิการ มีการนำแมวมาช่วยนัดเช่นกัน แต่ยังไม่มีการวิจัยสนับสนุนในเรื่องนี้ชัดเจน

เอกสารอ้างอิง

- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2550). การบำบัดทางเลือก ในเด็กพิเศษ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2555). คู่มือออทิสติก สำหรับผู้ปกครอง. (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ: สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- Litter-robot blog. (2021). **The making of therapy cat.** [Online]. Available URL: <https://www.litter-robot.com/blog/2018/10/15/the-making-of-a-therapy-cat>
- Morrison ML. (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.** [Online]. Available URL: <http://www.catsplay.com>
- Tomaszewska K, Bomert I and Wilkiewicz-Wawro E. (2017). Feline-assisted therapy: Integrating contact with cats into treatment plans. **Polish Annals of Medicine.** 24(2): 283-6.

บทความแก้ไขล่าสุด : พฤษภาคม 2564

บทความต้นฉบับ : หนังสือ “การบำบัดทางเลือกในเด็กพิเศษ” (2550)

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2550). การบำบัดทางเลือก ในเด็กพิเศษ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.

บทความทั้งหมดยินดีให้นำไป เผยแพร่เพื่อความรู้ได้ โดยกรุณาอ้างอิงแหล่งที่มา



ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2564). แมวบำบัด. [Online]. Available URL: <https://happyhomeclinic.com/alt16-cattherapy.htm>

www.happyhomeclinic.com