

# Zoorehabilitace

*MUDr. Markéta Janatová, Ph.D., Bc et Bc Ida Kubrichtová, RNDr. Xenia Svobodová, CSc.*

Zoorehabilitace je podpůrná metoda, při které zvíře napomáhá ke zlepšení ve fyzické, psychické a sociální oblasti. Pro tuto metodu jsou běžně používány také termíny zooterapie nebo animoterapie, i když intervenci neprovádí vždy terapeut a může být založena na jiných metodách, například na pedagogické nebo aktivizační činnosti. V zahraniční literatuře je často používán zastřešující termín Animal-assisted interventions, případně pet therapy nebo zootherapy.

Zoorehabilitace je obvykle založena na interakci člověka a zvířete, které je k této činnosti speciálně vycvičené. Je vhodná pro klienty ve všech věkových kategoriích s různým typem zdravotního nebo sociálního znevýhodnění, pro které je možné vytvořit program podle individuálních potřeb.

Při zoorehabilitaci mohou být prostředkem pro cílené pozitivní ovlivnění stavu klienta různorodé aktivity jako péče o zvíře, krmení, hry, fyzický kontakt se zvířetem apod. I pouhá přítomnost zvířat však může být přínosem.

Více než polovina populace vlastní domácí zvíře, přičemž lidé svá zvířata často vnímají jako členy rodiny a vytvářejí si k nim silné a trvalé pouto. Výsledky některých studií naznačují, že majitelé domácích zvířat mohou mít nižší riziko kardiovaskulárních onemocnění a lepší fyzickou kondici. Kontakt se zvířaty může pomoci také ke snížení pocitu osamělosti.



Relaxace se psem, zdroj: [www.canisterapie.org](http://www.canisterapie.org)

V průběhu zoorehabilitace může docházet ke snížení hladiny stresových hormonů (adrenalin a noradrenalin) a zvýšení hormonů endorfinu a oxytocinu, které mají pozitivní vliv na náladu i na snížení bolesti. Roli mohou hrát také tzv. zrcadlové neurony v mozku, které se aktivují nejen při vlastní činnosti, ale i při jejím pozorování. Klient tak může přejímat pozitivní ladění pracovníka a zvířete, přičemž větší efekt byl ve studiích pozorován při zapojení člověka i se zvířetem než při návštěvě samotného pozitivně laděného pracovníka.

Ve vědeckých studiích byl pozorován pozitivní vliv zoorehabilitace na kognitivní funkce, sociální interakce, psychiku, komunikační schopnosti, kardiovaskulární systém, imunitu, pohybový aparát i na celkovou kvalitu života. V oblasti psychiky byl pozorován pozitivní vliv například na snížení deprese, hladiny stresu, zvýšení sebeúcty a snížení úzkostných stavů. U dětí může zoorehabilitace pomoci při podpoře psychomotorického vývoje.

Zoorehabilitace tedy může klienta ovlivnit v těchto oblastech:

- emočně sociální dovednosti (např. sociální dovednosti, komunikace, pracovní kompetence, osobnostní rozvoj, zodpovědnost)
- kognitivní funkce (např. paměť, pozornost, řeč, prostorová orientace)
- motorické funkce (např. jemná a hrubá motorika, grafomotorika, koordinace oko-ruka, koordinace pohybů)
- sensorické funkce (např. zrak, čich, sluch, chuť, hmat, propriocepce)

Zapojení zvířat do rehabilitačního procesu může mít pozitivní vliv nejen na klienty, ale také na přítomný personál nebo rodinu klienta.

Nezbytnou podmínkou pro zapojení klienta do zoorehabilitace je jeho souhlas. Velkou výhodou je pak motivace k aktivní účasti. Kontraindikací je dekompenzovaná alergie na zvíře, se kterým při zoorehabilitaci přijde klient do blízkého kontaktu.

### Rozdělení podle cíle a odbornosti pracovníka:

Zoorehabilitace zahrnuje různé **typy Intervence za pomoci zvířat (AAI – Animal-Assisted interventions)**. Intervenci by měl vždy provádět odborník se vzděláním v oblasti AAI, který má jasně stanovený cíl a zná potřeby svých klientů. Měl by se dobře znát se zvířetem, se kterým pracuje a předvídat rizika, která mohou nastat. V průběhu AAI je nutné dbát nejen na bezpečnost klientů, ale i na welfare zvířat. Zvíře by mělo mít speciální výcvik, v případě psa, koně nebo kočky i složené specializační zkoušky. V průběhu AAI by zvíře nemělo vykazovat známky stresu a diskomfortu.

AAI se dělí na 4 základní typy podle zaměření a odbornosti pracovníka:

**Terapie za pomoci zvířat (AAT, Animal-Assisted Therapy)**, zooterapie, animoterapie. Terapie prováděná za účelem cíleného zlepšení zdravotního nebo psychického stavu na základě vstupního vyšetření a terapeutického plánu. Provádí ji terapeut (ergoterapeut, fyzioterapeut, klinický logoped, nebo psychoterapeut) se vzděláním v AAT. *Pozn: Často je termín zooterapie nebo animoterapie používán také pro jiné formy AAI.*

**Vzdělávání za pomoci zvířat (AAE, Animal-Assisted Education)**. Pedagogická činnost, při které mohou zvířata pomoci ke zvýšení motivace studentů a zefektivnění vzdělávacího procesu. Metodu provádí pedagogický pracovník se vzděláním v AAE.

**Krizová intervence za pomoci zvířat (AACR, Animal Assisted Crisis Response)**. Při AACR je cílem zlepšení psychického stavu klienta. Metodu provádí zkušený odborník se vzděláním v oblasti krizové intervence se vzděláním v AACR.

**Aktivity za pomoci zvířat (AAA, Animal-Assisted Activities)**. Aktivity prováděné například za účelem aktivizace, relaxace, podpoření sociálních kontaktů nebo zlepšení psychické pohody klientů. Metodu provádí pracovník se vzděláním v oboru AAI. Pokud nemá vzdělání z oblasti zdravotnictví, pedagogické nebo sociální praxe, měl by při AAA úzce spolupracovat také s dalším odborníkem (např. s fyzioterapeutem, ergoterapeutem, psychoterapeutem, speciálním pedagogem nebo sociálním pracovníkem), aby byla zajištěna dostatečná kvalita poskytované služby a snížilo se riziko nežádoucích událostí.

Podobným způsobem se podle České hiporehabilitační společnosti dělí terminologie různých odborností v hiporehabilitaci: Hipoterapie ve fyzioterapii a ergoterapii, Hiporehabilitace v pedagogické a sociální praxi, Hipoterapie v psychiatrii a psychologii a Parajezdectví. Ve vědeckých člancích lze informace o hiporehabilitaci najít například po zadání klíčových slov equine-assisted intervention, hippotherapy, equine-assisted therapy, equine facilitated therapy, equine assisted psychotherapy, equine facilitated psychotherapy, horse therapy, therapeutic horse riding, equine facilitated learning nebo equine therapy (více informací o nejaktuálnější terminologii je v kapitole "Základní terminologické vymezení").

### Rozdělení podle formy služby:

Nejjednodušší formou zoorehabilitace může být již pouhá záměrná inaktivní přítomnost zvířete v určitém prostředí, například ve vstupní hale nemocnice. Obvykle je však zoorehabilitace chápána jako interaktivní metoda, při které dochází k cílenému kontaktu klienta se zvířetem.

Zoorehabilitace může probíhat v pobytovém zařízení v rámci jednorázových nebo pravidelných návštěv nebo rezidentní formou, kdy zvíře setrvává v daném zařízení. Klient

může na zoorehabilitaci docházet také ambulantně nebo ji absolvovat ve svém domácím prostředí.

Zoorehabilitace může být individuální nebo skupinová. Výhodou individuální formy je možnost lépe přizpůsobit náplň konkrétnímu klientovi. Při skupinové formě může být výhodou vzájemná motivace, nácvik sociálních dovedností a sdílení společných zážitků.



Individuální zoorehabilitace (delfinoterapie), zdroj: [www.delfinoterapie.cz](http://www.delfinoterapie.cz)

### Rozdělení podle pomáhajícího zvířete:

Ustálené názvy jednotlivých typů zoorehabilitace podle zapojeného zvířete jsou složeny z názvu zvířete a slova terapie:

- hipoterapie (kůň), resp. hiporehabilitace, viz výše
- canisterapie (pes)
- felinoterapie (kočka)
- asinoterapie (osel)
- ornitoterapie (pták)
- lamaterapie (lama)
- delfinoterapie (delfín)
- capraterapie (koza)
- kuniterapie (králík), caviaterapie (morče), rattusterapie (potkan)
- insektoterapie (hmyz), apiterapie (včely a jejich produkty)
- hirudoterapie (píjavnice)

V zoorehabilitaci mohou být užitečná také další malá zvířata (například křečci, rybičky, obojživelníci, plazi), hospodářská zvířata (ovce, prasata, krávy), exotická i volně žijící zvířata.



Felinoterapie, zdroj: <https://www.felinoterapie.cz/>

### Příklady využití zoorehabilitace

Zoorehabilitace může zaměřena například na tyto aspekty:

- aktivizace seniorů
- motivace u dětí – využití hry
- osobnostní růst
- pracovní kompetence
- rozvoj jemné motoriky
- rozvoj kognitivních funkcí
- koordinace oko-ruka

Výhodou je také možnost multisenzorické stimulace:

- hmat - např. různé typy srsti, podestýlek, krmiv
- tepelné čítí – např. teplé tělo zvířete, studená voda v misce
- sluch - např. poslouchání zvuků, která zvířata vydávají / rytmika
- čich – např. zvířata, krmiva, podestýlky, prostředí
- chuť – např. ochutnávání vhodného krmiva (ovoce, zelenina, ...)
- zrak – např. pozorování zvířat, orientace v prostoru
- vestibulární aparát, propriocepce – např. jízda na koni, pohybové hry se psem

Cílové skupiny a indikace různých přístupů v zoorehabilitaci se vzájemně prolínají. Důležité je především použití vhodné metodiky intervence pro splnění konkrétního cíle, stanoveného na základě vstupní diagnostiky a průběžná optimalizace rehabilitačního procesu podle aktuálního stavu klienta. Podstatné jsou i preference klientů, pro které by zoorehabilitace neměla být stresující zátěží, ale pozitivním motivačním stimulem, který jim může pomoci ke zlepšení jejich kvality života.

## Zdroje:

Využití zooterapie v sociálních službách - Skripta pro Kurz zooterapie Malá zvířata, Ida Kubrichtová, Xenia Svobodová, Hiporehabilitace Jupiter, z.s., [www.hipojupiter.cz](http://www.hipojupiter.cz)

BRODIE, Sarah J.; BILEY, Francis C. An exploration of the potential benefits of pet-facilitated therapy. *Journal of clinical nursing*, 1999, 8.4: 329-337.

MARCUS, Dawn A. The science behind animal-assisted therapy. *Current pain and headache reports*, 2013, 17: 1-7.

Zooterapie v rámci programu dobrovolnictví ve zdravotních službách, Tematický manuál k Metodice dobrovolnictví ve zdravotnictví, dostupné z: <https://www.mzcr.cz/wp-content/uploads/2023/10/8-TM-Zooterapie-v-ramci-PDZS.pdf>

## Doporučená literatura:

BICKOVÁ, Jaroslava, et al. Zooterapie v kostce: minimum pro terapeutické a edukativní aktivity za pomoci zvířete. *Portál*, 2020.

VELEMÍNSKÝ, Miloš, et al. Zooterapie ve světle objektivních poznatků. *České Budějovice: Nakladatelství Dona*, 2007, 32-33.

NERANDŽIČ, Zoran. Animoterapie aneb Jak nás zvířata umí léčit. 1. vyd. Praha: Albatros, 2006. 159 s.

BAJTLEROVÁ, I., et al. Využití vybraných druhů zvířat v zoorehabilitaci. Praha: Česká zemědělská univerzita, 2014.

FINE, Aubrey H. (ed.). *Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice*. academic press, 2010.

## Zajímavé odkazy:

Dokument o zooterapii:

[https://www.youtube.com/watch?v=OOJ\\_JdYzu18](https://www.youtube.com/watch?v=OOJ_JdYzu18)

Dokument o felinoterapii v Hamzově léčebně:

<https://www.youtube.com/watch?v=iPhmz-f6Tgc>

Ukázka z canisterapeutických zkoušek:

<https://youtu.be/7XwulhfJ8lQ?si=19Hncq7jqhW8C9BS>

Rozhovor o delfinoterapii:

<https://www.needo.cz/needo-talks/plavu-s-delfiny/>