



Röda Korsets Högskola

Sjuksköterskeprogrammet 180 hp  
Vetenskaplig metodik III, Självständigt examensarbete

# **Hundens hälsofrämjande effekter inom vård och omsorg**

Djurassisterade Interventioner

## **Health beneficial effects of the dog in health care**

Animal-Assisted Interventions

Nina Alderete & Anna-Carin Nylander

## **SAMMANFATTNING**

**Bakgrund:** Ohälsa ökar idag i Sverige inom flera olika hälsoområden. Sjukdom eller andra hälsorelaterade besvär kan innebära en livsomvälvande situation för många individer. Att uppleva otrygghet och ensamhetskänslor samt avsaknad av stöd och bekräftelse i samband med detta kan bidra till ytterligare ohälsa då vårdpersonalen är påverkade av stress och tidsbrist. Antonovsky betonade vikten av ett salutogent perspektiv för att främja hälsa. **Syfte:**

Att belysa vilka hälsofrämjande effekter hunden har på patienter inom vård och omsorg.

**Metod:** En litteraturstudie grundat på analys av tio vetenskapliga artiklar utifrån syftet.

**Resultat:** Hunden som terapidjur inom vård- och omsorg visar på flera hälsofrämjande effekter inom fysisk, psykisk, social och emotionell hälsa. Hundens närvaro bidrog till ökad fysisk aktivitet, energi, livskvalitet och social interaktion medan smärta, stresskänslor samt psykiska sjukdomssymtom minskade. **Slutsats:** Det finns flera positiva hälsoeffekter av hundar i vård- och omsorgsarbete vilket innebär mycket goda skäl till att ytterligare

implementera dessa i omvårdanden. **Klinisk betydelse:** Resultatet syftar till att uppmärksamma hundens potentiella värde inom vård- och omsorgsarbete. Detta för att ytterligare tillföra djurassisterade interventioner som omvårdnadsåtgärd samt komplettera den traditionella vården och därigenom uppnå optimal hälsa för fler vårdtagare.

**Nyckelord:** ”djurassisterad”, ”hund”, ”hälsa”, ”omvårdnad”, ”effekter”

## **ABSTRACT**

**Background:** Poor health increases today in Sweden in several health areas. Disease or other health problems can lead to a life-changing situation for many individuals. Experiencing insecurity, loneliness, lack of support and affirmation in this context may contribute to further health problems when health workers are affected by stress and lack of time. Antonovsky emphasized the importance of a salutogenic perspective to promote health. **Aim:** To highlight the health benefits of dogs on patients' in health care. **Method:** A literature review based on the analysis of ten scientific articles according to the purpose. **Result:** The dog as a therapy animal in healthcare shows several health benefits in physical, mental, social and emotional health. The presence of the dog contributed to increased physical activity, energy, Quality of Life and social interaction while pain, stress and mental illness symptoms reduced.

**Conclusion:** There are several health benefits of dogs in health and social care work, which suggests good reasons to further implement them in health care. **Clinical importance:** The result aims to highlight the potential value of dogs in health and social care work. This to further provide animal-assisted interventions as a complement to traditional health care and thereby achieve optimal health for more patients.

**Keywords:** "animal-assisted", "dog", "health", "care", "effects"

## INNEHÅLL

<b>INLEDNING</b> .....	1
<b>BAKGRUND</b> .....	1
<b>Hälsa och vårdbehov i Sverige idag</b> .....	1
<b>Djur och deras historia inom vården</b> .....	2
<b>Djurassisterade interventioner</b> .....	3
<b>Hinder och krav för djurassisterade interventioner i vården</b> .....	4
<b>Teoretisk referensram</b> .....	5
<b>Centrala begrepp</b> .....	5
<b>PROBLEMFÖRMULERING</b> .....	6
<b>SYFTE</b> .....	6
<b>METOD</b> .....	7
<b>Design</b> .....	7
<b>Urval</b> .....	7
<b>Datainsamlingsmetod</b> .....	8
<b>Dataanalys</b> .....	8
<b>Etiska aspekter</b> .....	10
<b>RESULTAT</b> .....	10
<b>Fysiska hälsoeffekter</b> .....	10
<i>Ökad fysisk aktivitet</i> .....	10
<i>Minskning av kortisolnivåer i saliven</i> .....	11
<i>Smärtreducering</i> .....	11
<i>Ökad energinivå och minskad trötthet</i> .....	11
<i>Vitala parametrar</i> .....	11
<b>Psykiska hälsoeffekter</b> .....	11
<i>Förändrad symtombild hos patienter diagnosticerade med psykiatriska sjukdomar</i> .....	11
<b>Sociala hälsoeffekter</b> .....	12
<i>Högre interaktionsnivå</i> .....	12
<b>Emotionella hälsoeffekter</b> .....	13
<i>Livskvalitet och en mer sorgfri tillvaro</i> .....	13
<i>Ökat självförtroende och känsla av självbestämmande</i> .....	13
<i>Stresslindring</i> .....	13
<i>Positiva känslor och minnen som paus från den dagliga rutinen</i> .....	13

<b>DISKUSSION.....</b>	<b>15</b>
<b>Metoddiskussion.....</b>	<b>15</b>
<b>Resultatdiskussion.....</b>	<b>18</b>
<b>SLUTSATS.....</b>	<b>21</b>
<b>KLINISK BETYDELSE.....</b>	<b>22</b>
<b>FÖRSLAG PÅ VIDARE FORSKNING.....</b>	<b>22</b>
<b>REFERENSER.....</b>	<b>23</b>

## **BILAGOR**

Bilaga 1: Sökmatrix 1 och 2

Bilaga 2: Artikelmatris

Bilaga 3: Kvalitetsgranskningsmall för kvalitativa studier

Bilaga 4: Kvalitetsgranskningsmall för kvantitativa studier

## **INLEDNING**

I samband med sjuksköterskeutbildning och arbete inom sjukvården har insyn erhållits i situationer där patienter och anhöriga varit i behov av stöd där den traditionella vården inte helt räcker till. En ny situation, såsom sjukdom och sjukhusvistelse, kan upplevas livsomvälvande för många människor vilket kan leda till att patienten känner sig otrygg, förbisedd samt upplever ensamhetskänslor. Konsekvensen av detta är en situation vilken riskerar att leda till ohälsa. Vid kontakt med sällskapsdjur såsom hunden inom vårdarbetet bevitnades hur patienterna positivt påverkades av djurets närvaro vilket inspirerade och väckte tanken på att exempelvis en hund på olika sätt kan medverka och användas i omvårdnaden för att främja hälsa.

## **BAKGRUND**

### **Hälsa och vårdbehov i Sverige idag**

En befolknings hälsoutveckling påverkar direkt behoven av hälso- och sjukvård (Statens Folkhälsoinstitut [FHI], 2013). Självskattad hälsa har mätts i FHIs (2012) nationella folkhälsoenkät där tre fjärdedelar ansåg att deras hälsa var god medan drygt en tredjedel av befolkningen uppgav att de har eller har haft en långvarig sjukdom eller andra långvariga hälsobesvär. Bland den äldre delen av befolkningen upplevde nära hälften olika hälsoproblem. Både fysiska, psykiska och sociala faktorer spelar in vad gäller hälsa och upplevelse av sådan (Friedmann, Son & Tsai, 2010). Idag ökar ohälsan inom flera av dessa faktorer och exempel på detta är en ökning av psykisk ohälsa samt en minskning av fysisk aktivitet (FHI, 2013). Konsekvenser av den minskade fysiska aktiviteten är bland annat övervikt eller fetma vilket ca en tredjedel av Sveriges befolkning lider av. Även risken för cancer- och hjärt-kärlsjukdomar ökar, allvarliga hälsoproblem som idag står för de vanligaste dödsorsakerna (ibid.).

I takt med att ohälsan tilltar ökar även påfrestningen på vård- och omsorgspersonal vilket skulle kunna vara en bidragande orsak till den utpräglade stress och tidsbrist många inom hälso- och sjukvården idag upplever. Ett resultat av detta kan bli att patienten upplever ytterligare lidande och avsaknad av bekräftelse (Beck-Friis, Strange & Beck-Friis et. al., 2007). Allvarlig sjukdom kan skaka om en person och upplevelsen av ensamhet kan bli djup varför denna bekräftelse är av oerhört stor vikt (ibid.). Äldre personer kan uppleva starka ensamhetskänslor i samband med en flytt till exempelvis ett äldreboende (Banks, Willoughby & Banks, 2007) vilket Norling (2002) kallar ”translocation syndrome”. Detta innebär bland

annat att det sociala nätverket påverkas negativt i samband med flytt till ett annat boende vilket kan ha direkt negativ inverkan även på hälsa och välmående hos individen (Prosser, Townsend och Staiger, 2008).

Halldorsdottir (2008) och Farquharson et. al. (2012) är överens om att ytterligare ohälsa hos en redan sjuk eller mycket gammal patient kan vara en konsekvens av att vårdpersonalen lider av tidsbrist eller inte har förmåga att vårda patienten på ett sådant sätt att just dennes behov tillfredsställs. För att komma tillrätta med en stor del av ohälsan skulle både vårdpersonal och anhöriga behöva mer avlastning och hjälp för att minska stress i vårdarbetet (Norling, 2002). Norling (2002) talar om att de aktiviteter vilka ger störst effekt på hälsan är de som samtidigt kan tillfredsställa både fysiska, psykiska och sociala behov såsom naturbaserade aktiviteter i vilka djur ingår. Ett sällskapsdjur som hunden kan därför ses som ett alternativ och komplement till traditionell behandling inom flera olika områden för att främja hälsa (Beck-Friis et. al., 2007).

### **Djur och deras historia inom vården**

Människor och djur har levt ihop i terapeutiska relationer i över 12 000 år och ett av de äldsta bevisen för det är den grav funnen i norra Israel vilken innehöll ett mänskligt skelett med armarna kring ett valpskelett (Morrison, 2007). Vidare användes djur redan på 800-talet i dåtidens behandlingsplaner för funktionshindrade individer och under 1800-talet användes de för behandling av psykiskt sjuka patienter. Under senare delen av 1900-talet tog djuren allt större plats i vården och medverkade i fler olika vårdkontexter samt började figurera i forskning vilken visade på flera fördelar beträffande sällskapsdjur inom vård och omsorg (ibid.). Levinson, en av pionjärerna på området, hävdade redan år 1962 att djur är ett basbehov för människan (Norling, 2002).

Det är idag väldokumenterat att sällskapsdjur har positiva effekter på vitala parametrar såsom puls och blodtryck (Morrison, 2007; Beetz, Uvnäs-Moberg, Julius & Kotrschal, 2012) och annan forskning beskriver bland annat hur ett sällskapsdjur som hunden kan ge en känsla av normalitet till människor som befinner sig i en vårdssituation (Cangelosi & Embrey, 2006; Baldacchino & Bonello, 2013). I samband med olika kriser och livsomvälvande situationer, såsom exempelvis sjukdom, kan det vara av enormt stor betydelse för många människor att få ha en hund närvarande vilken då kan vara relevant för dessa personer vad gäller livskvalitet och välbefinnande (Beck-Friis et. al., 2007).

Hunden är det vanligaste sällskapsdjuret och idag det vanligaste djuret inom all form av vård- och omsorgsarbete (Morrison, 2007). Enligt Cirulli, Borgi, Berry, Francia och Alleva (2011) är hunden genom sin förmåga till olika kommunikativa och sociala färdigheter, ett utmärkt vårddjur. Hunden beskrivs som en hälsofaktor (Norling, 2002) och ett komplement till mänskliga relationer då denna har en förmåga att skapa starka känslomässiga band. Dessa band torde ha positiv effekt på hälsan då en harmonisk relation med chans till bekräftelse är förenat med hälsa och hög livslängd (Beck-Friis et. al., 2007).

Hultman (2008) påpekar att sällskapsdjur i stort på senare tid fått allt mer uppmärksamhet genom en ökad medvetenhet kring deras betydelse för hälsan. Trots denna forskning, vilken pekar på flera fördelar, är sällskapsdjur idag som terapiform fortfarande underskattat (Walsh, 2009).

I Sverige finns i nuläget ingen systematisk kartläggning eller statistik på i vilken omfattning sällskapsdjur används inom vården (Hultman, 2008). Beck-Friis et. al. (2007) beskriver istället hur begreppet besökshund, vilken ägs av närstående eller ett boendes personal, används inom bland annat äldreomsorg, servicehus och gruppboenden samtidigt som förekomsten ökar inom missbruksvården. Detta uppskattningsvis i ett 20-tal kommuner. Användningen av sällskapsdjur i sjukhusmiljö är däremot minimal (ibid.). Dock finns ett starkt intresse bland vårdpersonal och djurägare att utveckla detta område men ett vanligt argument, bland personal och ledningsgrupper inom vården, är att det saknas ytterligare forskningsbaserad kunskap om djurs hälsofrämjande egenskaper (Norling, 2002).

### **Djurassisterade Interventioner**

Djurassisterad Intervention (DAI), Animal-Assisted Intervention (AAI), är ett samlingsnamn på olika hälsofrämjande åtgärder inom vård- och omsorgsarbete och består huvudsakligen av två delar (Morrison, 2007):

Djurassisterad Terapi (DAT), Animal-Assisted Therapy (AAT), innebär att djuret ingår i en behandlingsprocess där sällskapsdjuret används på ett schemalagt sätt med avsikt att förbättra olika hälsorelaterade funktioner (Beck-Friis, Strange & Beck-Friis, 2007). Särskilda mål och syften är att förbättra mänsklig fysisk, social, känslomässig och kognitiv förmåga vilka mäts och utvärderas. Metoden genomförs av en licensierad och tränad djurterapispecialist vilken exempelvis kan vara en sjuksköterska (Morrison, 2007). Terapiformen har använts i över 50 år där Levinson var först ut genom sitt arbete med autistiska barn (Beck-Friis et. al., 2007;



Norling, 2002). Djurassisterad terapi har sedan använts främst inom äldre- och demensvården samt inom rehabilitering av stroke eller andra hjärnskador där terapin kan ge ett snabbare tillfrisknande då all traditionell träning går att kombinera med ett terapidjur. Vidare används djurassisterad terapi inom träning av empati och kommunikation (Hultman, 2008).

Djurassisterad Aktivitet (DAA), Animal-Assisted Activity (AAA), har en lägre ambitionsnivå och handlar om olika typer av aktivering och aktivitet (Norling, 2002). Djurassisterad aktivitet kan ge mångsidig stimulans för människor i olika åldrar (Beck-Friis et. al., 2007) och möjlighet till bland annat motivation, utbildning och rekreation för att öka livskvaliteten. Även här ingår en tränad specialist på området vilken kan vara någon form av vård- eller omsorgspersonal (Morrison, 2007). Användningsområden är exempelvis inom äldre- samt demensvården, på boenden för människor med kognitiva svårigheter samt inom kriminal- och missbruksvården (Hultman, 2008).

### **Hinder och krav för djurassisterade interventioner i vården**

Djurassisterade interventioner kräver att en utbildad specialistterapeut finns att tillgå. Internationellt satsas det på en standardiserad utbildning, Standards of Practice for Animal-Assisted Activities and Therapy, för vårdhundförare vari behovet av kunskap och skicklighet inom området betonas (Beck-Friis et. al., 2007). Terapihunden måste vara noga utvald med hänsyn till temperament, tillförlitlighet, stresskänslighet och mental styrka och patienter, personal och anhöriga måste bli informerade samt undervisade i hundens rättigheter och hantering av hunden.

En studie av Nahm et. al. (2010) visar på att hundrädsla bland patienter är ovanligt men ändå förekommer i viss mån varför detta alltid bör beaktas. Vidare krävs att hunden har tillgång till regelbundna veterinärbesök och hälsokontroller. Få äldre personer lider av pälsdjursallergi. Dock måste allergiska personer alltid beaktas vilket också är ett av de vanligaste hindren för djurassisterade interventioner trots att det i studier påvisats att allergirisken minskar med upp till 95 % vid noggrann hygien och omvårdnad av hunden. En annan aspekt är hundens eget välmående och det är av yttersta vikt att se till att hundens behov tillgodoses och att den aldrig far illa av arbetet som terapihund. Andra risker med djurassisterade interventioner är zoonoser, det vill säga djursjukdomar vilka kan överföras till människor, såsom exempelvis rabies vilket idag utgör en riskfaktor i och med insmuggling av hundar från bland annat Baltikum och Polen. Andra smittämnen vilka kan överföras är exempelvis bakterier, parasiter

och svampar. Tvärtom kan även människor smitta hunden med meticillinresistenta *Stafylococcus aureus* (MRSA). För att minska riskerna för smitta bör djuret i fråga alltid vara helt friskt och noggrann hygien hos både människa och hund bör alltid föregå kontakt sinsemellan (Beck-Friis, Strange & Beck-Friis, 2007). Lefebvre et. al. (2006) understryker hur grundläggande ett samarbete mellan vårdpersonal, djurägare, patienter, veterinärer och besökande på vårdavdelningen är för att få djurassisterade interventioner att fungera.

### **Teoretisk referensram**

Hälsa är ett centralt begrepp i omvårdnadsarbetet, vari det salutogena perspektivet utgör en viktig beståndsdel (Antonovsky, 1991). En av sjuksköterskans viktigaste uppgifter är att bedriva hälsofrämjande arbete genom att anpassa vården så att det i varje situation finns en känsla av meningsfullhet (Willman, 2010).

Antonovsky (1991) talar om KASAM, känsla av sammanhang, vilket återspeglar hur en person hanterar en påfrestande situation, coping, vilket i sin tur påverkar huruvida individen upplever hälsa och livskvalitet. Begreppet inbegriper delarna meningsfullhet, begriplighet och hanterbarhet. En hund kan enligt Beck-Friis et. al. (2007) medverka till en känsla av meningsfullhet i och med att en person med en relation till hunden känner sig behövd och upplever sig betyda någonting för någon annan. Hunden ger villkorslös kärlek vilket gör tillvaron begriplig för människan i dess närhet då livet, trots nya situationer eller motgångar, ter sig hanterbart. Detta kan i sin tur leda till upplevd hälsa för individen.

*”Han blir väldigt livlig ibland. Han kan bli väldigt sprallig och vill toka sig inför mig så att jag börjar skratta och så. Det är precis som om han vill att jag ska skratta”* (Beck-Friis et. al., 2007, s. 49)

### **Centrala begrepp**

Definitionen av sällskapsdjur är djur som hålls som sällskap och inte för annat syfte, exempelvis hunden enligt Norling (2002). Sällskapsdjuren har funktioner såsom att ge trygghet samt psykisk, social och fysisk stimulans.

Hälsa bör ses som ett tillstånd av fullkomligt fysiskt, psykiskt samt socialt välbefinnande och inte endast frånvaro av sjukdom enligt Världshälsoorganisationen (WHO, 1948). Definitionen innebär att alla dessa faktorer har betydelse för en individs hälsa och välbefinnande och fungerar som ett verktyg i den globala hälsoutvecklingen där avsikten är att bredda synen på möjliga orsaker till ohälsa (ibid.).

Hälsofrämjande beskrivs som något som stärker eller bibehåller människors fysiska, psykiska och sociala välbefinnande. Avsikten är att stärka människors möjlighet till delaktighet och tilltro till sin egen förmåga. En hälsofrämjande åtgärd kan vara individriktad och bidra till att stödja en individ att orientera sig i en förändrad livssituation vid långvarig sjukdom eller funktionsnedsättning. (Socialstyrelsen [SoS], 2009).

En effekt definieras som ett resultat av en viss, ibland påtaglig, påverkan (Nationalencyklopedin [NE], u.å.). En hälsofrämjande effekt bör därför ses som något som hjälper fram eller understödjer en aspekt vilken gör intryck eller verkan på hälsan (Svenska Akademiens Ordlista [SAOL], u.å.).

Begreppet fysisk hälsa syftar i detta arbete, i enlighet med WHO:s beskrivning, till frånvaro av sjukdom eller andra fysiska besvär vilka påverkar hälsan. Psykisk hälsa definieras på samma sätt där begreppet innebär frånvaro av psykosomatiska besvär, ångest samt annat lidande relaterade till olika psykiatriska sjukdomar (FHI, 2012). En definition av social hälsa står ej att finna i dagsläget men FHI (2010) beskriver begreppet med termer som sociala nätverk, socialt stöd, socialt deltagande, tillit, integrering och socialt kapital. Emotionell hälsa innebär här en upplevelse av att vara en känslomässigt trygg person och ha förmåga att uppleva olika känslor såsom glädje, rädsla, sorg och vrede samt en förmåga att hantera nya situationer (Ewles & Simnett, 2005) vilket då även innefattar påfrestande sådana såsom sjukdom.

## **PROBLEMFORMULERING**

Många individer inom vård och omsorg hamnar idag utanför sitt naturliga sammanhang och känner sig ensamma och otrygga. Sjukvårdspersonal har inte alltid tillräckligt med tid och resurser vilket kan leda till ohälsa för dessa personer. Sällskapsdjur såsom hunden kan ge hälsofrämjande effekter och djurassisterade interventioner skulle därför kunna vara ett komplement till den traditionella omvårdnaden.

## **SYFTE**

Syftet är att belysa vilka hälsofrämjande effekter hunden har på patienter inom vård och omsorg.

## **METOD**

### **Design**

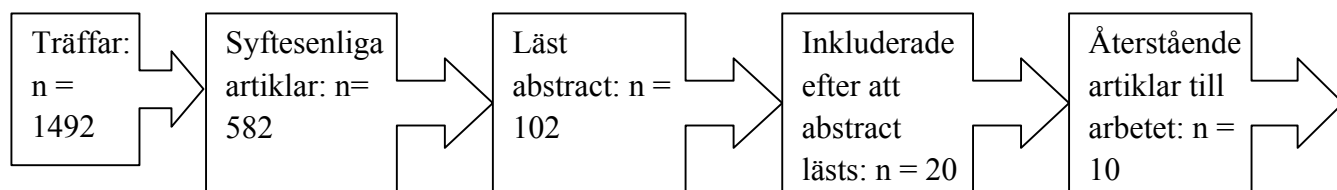
Som design valdes en litteraturöversikt grundat på analys av 10 vetenskapliga artiklar. Syftet med en litteraturstudie är att skapa en sammanställning av kunskapsläget inom ett område och metoden innebär en systematisk sökning, granskning och sammanställning av material (Friberg, 2012).

### **Urval**

För att finna vetenskapliga artiklar vilka överensstämde med litteraturöversiktens syfte utfördes en sökning i Cinahl, Medline, AMED - The Allied and Medicine Database, Academic search elite samt en sökning i PubMed med sökorden animal-assist\* och dog\*. Detta för att få uppslag och välja ut lämpliga sökord vilka visade sig vara animal-assist\*, health\*, car\*/care\*, nurs\* och dog\* som sedan användes i olika kombinationer. Sökningarna resulterade i 1492 träffar varav samtliga titlar lästes igenom. 910 sorterades bort omgående efter att titeln lästs då dessa ej upplevdes syftesenliga, varefter 582 artiklar återstod.

Urvalsprocessen bland de 582 artiklarna följde sedan Forsbergs och Wengströms (2013) beskrivning. I urvalet inkluderades primärkällor, det vill säga, vetenskapligt granskade artiklar, peer reviewed, vilka publicerats i en vetenskaplig tidsskrift. För att undvika inaktuell forskning sattes tidsramen till artiklar skrivna år 2004 eller därefter. Samtliga artiklar i arbetet är granskade och godkända av en etisk kommitté eller har en tydlig etisk argumentation. Exklusionskriterier innefattar artiklar skrivna på andra språk än engelska samt ej syftesenliga artiklar. 480 artiklar kunde efter detta exkluderas.

Av återstående 102 artiklar lästes abstract på samtliga varefter 20 återstod vilka lästes i sin helhet. De allra flesta av dessa 20 artiklar innefattade hunden som terapidjur varför andra sällskapsdjur, robotdjur, leksaksdjur eller plantor uteslöts ur arbetet. Även studier genomförda i annan miljö än sluten vårdmiljö uteslöts. Slutligen exkluderas studier utförda på endast en person under en kortare tid för att kravet på syftesenlighet skulle uppnås vilket resulterade i 10 vetenskapliga artiklar att använda till arbetet (se figur 1.).



Figur 1: Visar bortfallsprocessen fram till inkluderade artiklar.

### Datansamlingsmetod

Datansamlingen är genomförd i två steg, det första i databaserna Cinahl, Medline, AMED - The Allied and Medicine Database samt Academic search elite via sökmotorn Ebsco. Vidare gjordes en andra sökning i PubMed. Sökord, vedertagna efter Karolinska Institutets MeSH-termer (<http://mesh.kib.ki.se>), som använts är: *animal-assist\**, *health\**, *car\*/care\**, *nurs\** och *dog\**.

Databasen PubMed godtog ej endast *car\** som sökord då det ansågs för kort varför böjelsen *care\** här fick användas. De flesta artiklarna valdes sedan ut redan från det första sökordet, *animal-assist\**, i båda databaserna varför inga titlar eller abstract lästes då detta sökord kombinerades med något av de andra. Däremot valdes de sista artiklarna till litteraturöversikten ut då sökordet *dog\** kombinerades med flera av de övriga sökorden med hjälp av den booleanska sökoperatör AND.

Trunkering har använts på sökorden för att täcka in olika varianter av begreppet samt få en bredare sökning (Forsberg & Wengström, 2013). Slutligen har en sökmatrix utformats för att tydliggöra datansamlingsprocessen (bilaga 1).

### Dataanalys

Vid arbetet med en litteraturöversikt är kvalitetsgranskning av inkluderade artiklar nödvändig och innebär att kunna dra slutsatser om en studies övergripande evidens samt identifiera brister i underlaget (Polit & Beck, 2013). Det är av yttersta vikt att kunna tolka en artikels värde för att fastställa kunskapsläget inom det valda området och att därigenom, i slutändan, kunna påverka det praktiska vårdarbetet (Segesten, 2012). Vid granskning av de tio artiklarna till arbetet användes därför Statens beredning för medicinsk utvärderings (SBU) kvalitetsgranskningsmall för kvalitativa artiklar (bilaga 3). För kvantitativa artiklar och artiklar med mixed methods användes en modifierad kvalitetsgranskningsmall med delar från Forsberg och Wengströms (2013) samt Fribergs (2012) kvalitetsgranskningsmall för bedömning av studier med kvantitativ metod (bilaga 4). Artiklarna erhöll slutligen ett

kvalitetsbetyg i form av ”Låg”, ”Medelhög” eller ”Hög” vilket redovisas i en artikelmatris inspirerad av Willman, Stoltz och Bahtsevani (2011), (bilaga 2).

För att få en användbar struktur i analysarbetet granskades de utvalda artiklarna genom individuell genomläsning flera gånger vilket är viktigt för att få en bild av både innehåll och helhet samt för att hitta likheter och skillnader inför kategoriseringen (Friberg, 2012). I steg två identifierade författarna varje enskild artikels resultat med fokus på relevans mot syftet i detta arbete. Värdefull data ströks under av författarna var för sig och anteckningar gjordes vid sidan av. Vid jämförelse av författarnas anteckningar emellan kunde sedan sällskapsdjurs olika hälsofrämjande effekter identifieras och urskiljas. Resultatet av anteckningsarbetet sågs över flera gånger och slutligen utkristalliserades fyra kategorier under vilka resultat med liknande eller, i vissa fall, identisk innebörd sorterades in i olika underkategorier. Exempel på detta ses i tabell 1.

Tabell 1: Visar hur kategorisering med underkategorier utkristalliserats under analysprocessen

Exempel på analyserad text	Tillskriven innebörd	Tillskriven kategori	Tillskriven underkategori
“The sessions also provided a ”breath of fresh air” for the participants, through which they felt relief due to a break in their daily routine.” (Kawamura, Niiyama & Niiyama, 2009, s. 45).	Deltagarna uppskattade att göra något vilket inte annars ingick i deras dagliga tillvaro.	Emotionella hälsoeffekter	Positiva känslor och minnen som paus från den dagliga rutinen
”Physical activity increased when the patients played with the dogs.” (Chu, Liu, Sun & Lin, 2009, s. 46).	Andelen fysisk aktivitet ökade vid interaktion med sällskapsdjuret.	Fysiska hälsoeffekter	Ökad fysisk aktivitet
”Pain reduction was four times greater in those children undergoing AAT as compared to those relaxing quietly for 15 min.” (Braun, Stangler, Narveson & Pettingell, 2009, s. 107).	Smärtan var statistiskt signifikant mindre vid jämförelse med deltagare vilka inte medverkat i DAT-sessionen.	Fysiska hälsoeffekter	Smärtreducering
“After the assisted animal condition, the STAI score was found to be significantly decreased while it remained statistically unchanged in the control session.” (Hoffman et. al., 2009, s. 146).	Ångest hos deltagarna minskade statistiskt signifikant efter DAI.	Psykiska hälsoeffekter	Förändrad symtombild hos patienter diagnosticerade med psykiatriska sjukdomar

"Overall, results show a time-dependent increase in social behaviour and spontaneous interactions with the dogs." ( Berry et. al., 2012, s. 143).	Den sociala interaktionen ökade	Sociala hälsoeffekter	Högre interaktionsnivå
---	---------------------------------	-----------------------	------------------------

Att systematiskt och stegvis klassificera data under läsningen på ovanstående vis gör det enkelt att identifiera mönster, teman eller specifika fenomen (Forsberg & Wengström, 2008). Kategorier är ett viktigt inslag i litteraturöversikter och kan beskrivas som grupper av innehåll vilka delar en gemensam nämnare (Graneheim & Lundman, 2004). Information ska inte kunna falla mellan två kategorier och ej heller uteslutas på grund av brist på lämplig kategori varför de utkristalliserade kategorierna bör vara heltäckande samtidigt som de bör vara gemensamt uteslutande (ibid.).

Kategorierna med tillhörande underkategorier redovisas i löpande text samt i en matris (tabell 2) i slutet av resultatet där detta presenteras på ett lättöverskådligt vis. I tidigare nämnda artikelmatris (bilaga 2) redovisas metoder, analysprocesser och syften i samtliga tio artiklar vilka inkluderats i arbetet.

### **Etiska aspekter**

En studie bör vara etiskt motiverad samt utgå från en väsentlig forskningsfråga vilken är av nytta för individen, samhället och/eller professionen. Studien bör ha god vetenskaplig kvalitet och ett etiskt utförande (Kjellström, 2012). Därför är forskningsfrågans relevans diskuterad av författarna och vidare har, i enlighet med Forsberg och Wengström (2013), etiska överväganden gjorts i samband med urval. Samtliga vetenskapliga artiklar har ett etiskt godkännande eller en tydlig etisk argumentation vilket bör ses som en grundläggande faktor (Polit & Beck, 2010).

För att minimera feltolkning av data har författarna eftersträvat ett objektiva förhållningssätt för att förförståelse och egna värderingar inte ska inverka på resultatet. Engelskspråkiga artiklar har tolkats med största noggrannhet för att minska risken för felaktighet i översättningen.

### **RESULTAT**

De funna effekterna kunde delas in i fyra kategorier, med tillhörande underkategorier, vilka

utkristalliserats under analysprocessen; *fysiska hälsoeffekter, psykiska hälsoeffekter, sociala hälsoeffekter* samt *emotionella hälsoeffekter*.

### **Fysiska hälsoeffekter**

#### *Ökad fysisk aktivitet*

Den fysiska aktiviteten kunde ses öka bland deltagarna (Moretti et. al., 2011; Chu, Liu, Sun & Lin, 2009; Berry et. al., 2012). Denna bestod huvudsakligen i beröring såsom att klappa, krama och borsta terapihunden vilket bidrog till ökade armrörelser samt stretch- och vändningsrörelser (Berry et. al). Även vid promenader och lek med hunden ökade den fysiska aktiviteten jämfört med tidigare (Moretti et. al.; Chu et. al.; Berry et. al.).

#### *Minskning av kortisolnivåer i saliven*

Kortisolnivån mättes i saliven på deltagarna före och efter en djurassisterad intervention, dels i början av studien samt vid studiens slut för att kunna bedöma både kortsiktiga och långsiktiga resultat. Vid jämförelse sågs en minskning av kortisolnivåerna hos deltagarna på kort sikt. Långsiktigt sågs ingen större förändring (Berry et. al., 2012).

#### *Smärtreducering*

I två studier kunde minskad smärta hos deltagarna uppmätas i samband med en djurassisterad intervention (Braun, Stangler, Narveson & Pettingell., 2009; Coakley & Mahoney, 2009). Deltagarna uppgav upplevd smärta, innan och efter en intervention, där interventionsgruppen upplevde statistiskt signifikant mindre smärta efter att ha träffat terapihunden (Braun et. al.). Även Coakley och Mahoney's studie visade på statistiskt signifikant reducerad smärta hos deltagarna efter en djurassisterad intervention.

#### *Ökad energinivå och minskad trötthet*

Energinivå uppmättes hos deltagarna vilken efter en djurassisterad intervention var statistiskt signifikant ökad (Coakley & Mahoney, 2009).

#### *Vitala parametrar*

Ingen av studierna vilka mätte vitala parametrar fann att blodtryck eller puls sänktes efter en djurassisterad intervention (Braun et. al., 2009; Coakley & Mahoney, 2009). Vad gäller andningsfrekvens syntes en reducering av denna hos deltagarna i en studie (Coakley & Mahoney) medan den istället sågs öka, i snitt med 2,22 andetag/minut, hos deltagarna i Brauns et. al. studie.



Sammanfattningsvis sågs djurassisterade interventioner ha positiva effekter på fysisk aktivitet överlag genom att dessa ökade. Vidare skedde en statistiskt signifikant reducering av smärta samt ökad upplevd energi.

### **Psykiska hälsoeffekter**

#### *Förändrad symtombild hos patienter diagnosticerade med psykiatriska sjukdomar*

Ångest har uppmätts statistiskt signifikant reducerad i två studier efter en djurassisterad intervention (Lang, Jansen, Wertenaue, Gallinat & Rapp, 2010; Hoffman et. al., 2009). Även Coakley och Mahoney (2009) kunde, i samband med en djurassisterad intervention, se minskad ångest hos deltagarna.

Vad gäller depressionssymtom är resultaten tvetydiga. En studie fann ingen reducering av depressionssymtom hos deltagarna (Lutwack-Bloom, Wijewickrama & Smith, 2005) medan en annan studie fann att symtomen förblev oförändrade i interventionsgruppen där hunden förekom medan symtomen istället ökade hos kontrollgruppen (Majic, Gutzmann, Heinz, Lang & Rapp, 2013). En minskning av symtom hos depressionssjuka syntes i tre studier (Moretti et. al., 2011; Berry et. al., 2012; Coakley & Mahoney, 2009).

I en studie uppvisade deltagarna en förbättring av demenssymtom (Moretti et. al., 2011) medan en annan studie kunde visa på en reducering i aggressions- och agitationsproblematik (Coakley & Mahoney, 2009).

Djurassisterade interventioner hade sammantaget en hälsofrämjande effekt på flera psykiatriska sjukdomar samt på dess olika symtom.

### **Sociala hälsoeffekter**

#### *Högre interaktionsnivå*

Ökat socialt beteende kunde ses efter en djurassisterad intervention bland deltagarna i flera studier vilket exempelvis Chu, Liu, Sun och Lin (2009) beskriver som att interaktionen med forskarna ökade i terapihundens närvaro. Vidare beskrivs hur deltagarnas interaktioner med andra boende på ålderdomshemmet påverkades positivt av närvaro av en terapihund genom att dessa blev mer intresserade av personer i deras närhet och delade sina upplevelser av interventionen med andra (Kawamura, Niiyama & Niiyama, 2009). Deltagarna ökade även den sociala interaktionen med volontärstudenter vilka hade hand om de djurassisterade interventionerna och stärkte banden samt utvecklade tillit till dessa genom kommunikation.

Under interventionerna tenderade deltagarna att spontant öka sin sociala samvaro med både hundar och människor vilka deltog i studien (Berry et. al., 2012).

Djurassisterade interventioner visade sig därmed ha positiva effekter på den sociala tillvaron.

### **Emotionella hälsoeffekter**

#### *Livskvalitet och en mer sorgfri tillvaro*

Två studier, vilka mätte och utvärderade livskvalitet, visade på positiva effekter av djurassisterade interventioner (Moretti et. al., 2011; Berry et. al., 2012). Djurassisterade interventioner visade sig även vara effektivt för att öka glädjen i stort hos deltagarna (Chu, Liu, Sun & Lin, 2009). En klar skillnad i ansiktsuttryck och antal leenden kunde ses hos deltagarna vid interaktion med terapihunden (Berry et. al.) och deltagarna uttryckte citat som ”brought my spirit up”, ”brightens your day” och ”cheered me up” (Coakley & Mahoney). Deltagarna upplevde och visade på förhöjd sinnesstämning samt förbättrat humör i samband med djurassisterade interventioner i tre av studierna (Lutwack-Bloom, Wijewickrama & Smith, 2005; Coakley & Mahoney, 2009; Berry et. al., 2012).

#### *Ökat självförtroende och känsla av självbestämmande*

Deltagarna upplevde sig ha erhållit ett ökat självförtroende i samband med djurassisterade interventioner (Chu, Liu, Sun & Lin, 2009; Kawamura, Niiyama & Niiyama, 2009). Fler av deltagarna i Kawamuras et. al. studie uttryckte detta genom yttranden som stolthet av att ha uppfostrat terapihunden samt genom att låta mer självsäkra då de talade till hunden. Vidare framgick en ökad känsla av självförtroende och självbestämmande efter interaktion med en terapihund (Chu et. al.).

#### *Stresslindring*

I tre av studierna ansåg deltagarna att terapihundarna hade en lugnande effekt, det vill säga, de kände sig lugnare efter en djurassisterad intervention då detta verkade stresslindrande (Moretti et. al., 2011; Coakley & Mahoney, 2009; Kawamura, Niiyama & Niiyama, 2009).

#### *Positiva känslor och minnen som paus från den dagliga rutinen*

Känslor och minnen vilka upplevdes som positiva beskrevs återkommande. Deltagarna i en studie såg fram emot mötena med terapihunden då detta blev den mest angenäma stunden i tillvaron på ålderdomshemmet där deltagarna bodde. De djurassisterade interventionerna fick flera deltagare att glömma allt annat och upplevdes som en ”breath of fresh air” i vardagen

vilket fick dessa att känna lättnad över interventionerna som en paus från den dagliga rutinen. (Coakley & Mahoney, 2009; Kawamura, Niiyama & Niiyama, 2009).

”Even if we stay in the same room...we can’t really discuss something with our roommates. We just sit in the same room without saying a word. Since I do everything myself, I’m treated coldly by the staff, I think. Sometimes the staff doesn’t come to see me all day. I feel gloomy, so I go to see the dog.” (Kawamura et. al., 2009, s. 45)

Samtliga deltagare i en av studierna ansåg djurassisterade interventioner vara roligt samt intressant och rekommenderade detta. Vidare rapporterades hågkomst av gamla minnen och 80 % ville fortsätta behandlingen efter studiens slut (Moretti et. al., 2011). Uppskattande ord kring djurassisterad intervention flödade och det beskrevs bland annat som ”trevligt”, ”bra terapi”, ”oerhört njutningsfullt”, ”givande” och ”underbart” medan inte en enda negativa kommentar uppfattades under studiens gång (Coakley & Mahoney, 2009). Slutligen mindes deltagarna även tidigare positiva erfarenheter med djur och hundar genom interventionerna (Kawamura, Niiyama & Niiyama, 2009).

Sammanfattningsvis sågs djurassisterade interventioner ha flera hälsofrämjande effekter på den emotionella hälsan. Livskvaliteten ökade och likaså självförtroendet. Positiva känslor och minnen framkallades i samband med hundmötet som även verkade stresslindrade och beskrevs som en värdefull paus från den dagliga rutinen. Interventionerna bidrog till en mer sorgfri tillvaro vilket deltagare i studierna till litteraturöversikten beskrev som positivt.

Tabell 2: Matris över kategorier samt likheter och skillnader i artiklarnas resultat

Artikel	Teman	Fysiska hälsoeffekter	Psykiska hälsoeffekter	Sociala hälsoeffekter	Emotionella hälsoeffekter
1.	Kawamura et. al. 2009			X	X
2.	Majic et. al. 2013		X		
3.	Moretti et. al. 2011	X	X*		X
4.	Berry et. al. 2012	X	X	X	X
5.	Braun et. al. 2009	X*			
6.	Coakley et. al. 2009	X*	X		X*

7.	Hoffman et. al. 2009		X*		
8.	Lang et. al. 2010		X*		
9.	Chu et. al. 2009	X	X*	X	X*
10.	Lutwack-Bloom et. al. 2005		X		X*

\*= statistisk signifikans

## DISKUSSION

### Metoddiskussion

En litteraturoversikt är genomförd då detta anses vara ett lämpligt tillvägagångssätt för att få en inblick i tidigare forskning (Friberg, 2012). Detta förhöll sig här vara relevant för att skapa en bred sammanställning av kunskapsläget inom det valda området samt kunna besvara syftet. Vidare är en litteraturstudie och de kunskaper denna medför nödvändiga för att kunna utveckla förmågan att söka och värdera information på en vetenskaplig nivå samt utvecklas i den egna professionen (Granskär & Höglund-Nielsen, 2012).

I urvalsprocessen inkluderades endast primärkällor för att minska risken för att en artikel feltolkats eller färgats av andra författares förförståelse vilket anses som en styrka i arbetet. Kvaliteten på litteraturoversikten stärks ytterligare av att samtliga artiklar inkluderade i arbetet är peer reviewed, etiskt granskade och godkända av en etisk kommitté samt publicerade i en vetenskaplig tidsskrift. Detta anses vara av vikt för att felaktiga slutsatser ej skall kunna dras (Forsberg och Wengström, 2013).

Särskilda etiska aspekter för att undersöka sällskapsdjurs hälsofrämjande effekter för olika individer identifierades ej i denna litteraturoversikt och diskuteras därför inte.

Då vetenskapligt material är en färskvara (Östlundh, 2012) undveks inaktuell forskning samtidigt som den angivna tidsramen inte heller sattes för snäv, då data av vikt i och med det skulle kunna gå förlorad vilket då skulle bidra till brister i arbetet.

För att minimera feltolkning vid genomläsning av de engelskspråkiga artiklarna granskades dessa noga samt genomlästes med hjälp av lexikon i fall då risk förelåg. Emellertid bör anses att viktig data trots detta kan ha förbisetts vilket bör ses som en svaghet.

För att få en bred geografisk ansats samt kunna studera syftet från ett vidare perspektiv valdes att inkludera studier från fler olika länder och världsdelar, sammanlagt sex olika länder ifrån

tre olika världsdelar, vilket inte behöver vara en svaghet enligt Graneheim och Lundman (2004). Medvetenhet finns om att kulturella värderingar och tankesätt kan inverka på olika upplevelser av det som sker då sjukvården i dessa delar av världen sannolikt skiljer sig på flera olika plan. Däremot kan applicerbarheten i Sverige diskuteras då ingen av de slutgiltiga studierna härstammar från Sverige eller Norden. Det enda material härifrån vilket stod att finna var Norlings rapporter vilka uteslöts då dessa ej var vetenskapliga artiklar.

Då stress upplevts hos vårdgivare vilket påverkat patienter negativt i framförallt slutenvården lades fokus på att studera hundens hälsofrämjande effekter inom just detta område samt inom äldreomsorgen. Just hunden valdes att studeras då denna nästan uteslutande förekom i det funna materialet samt för att resultaten skulle kunna jämföras på ett mindre komplicerat sätt. Vidare var ett kriterium att djuret som använts i studien skulle vara levande varför bland annat robotdjur exkluderades.

I urvalet inkluderades både kvalitativa och kvantitativa artiklar vilket kan ses som en svaghet enligt Henricson (2012) då olika mätinstrument använts. Ett skäl till detta var att material vilket svarade mot syftet var begränsat. Detta medförde emellertid att syftet kunde studeras ur olika perspektiv, dels genom upplevda känslor hos deltagarna och dels genom mätbar kvantitativ data. Den kvantitativa datan är ofta utförd på en större mängd människor och kan bidra till att understryka resultat i kvalitativa artiklar. Detta sammantaget kan ge mer rättvisa samt medverka till en bättre förståelse av verkligheten (Axelsson, 2012). Endast en artikel var helt kvalitativ medan de rent kvantitativa artiklarna uppgick till sju stycken. Två artiklar använde både kvalitativ och kvantitativ data i resultatet. Detta upplevdes på intet sätt svårt att kombinera.

De vetenskapliga artiklarna inkluderade i arbetet har granskats och betygssatts med hjälp av granskningsmallar vilket antagligen färgats av författarnas egna tolkningar. En annan svaghet med kvalitetsgranskningen är den mall vilken använts för de kvantitativa artiklarna samt artiklar med mixed methods då den är egenhändigt modifierad efter andra förlagor (Forsberg & Wengström, 2013; Friberg, 2012). Medvetenhet finns om att granskningsmallen kan ha utformats till fördel för granskningen för att uppnå högre kvalitetsbetyg. Samtliga av de tio artiklarna inkluderades i studien trots kvalitetsbetyg lägre än ”HÖG” då materialet annars skulle blivit för knapphändigt.

Avväganden angående att ändra inklusions- och exklusionskriterier har gjorts vid åtskilliga tillfällen och vägts mot att på bästa möjliga vis kunna besvara studiens syfte.

En pilotsökning utfördes i Cinahl, Medline, AMED - The Allied and Medicine Database då dessa beskrivs som breda och specialiserade på omvårdnadsforskning (Forsberg & Wengström (2008). Även Academic search elite inkluderades i sökningen för att inte missa relevant data. Vidare gjordes en identisk sökning i PubMed vilken också är en stor databas för bland annat medicin och omvårdnad (Axelsson, 2012). Det första sökordet, *animal-assist\** är en vedertagen MeSH-term, ämnesord (ibid.) och användes redan initialt med trunkering för att få en bredare sökning och kunna täcka in fler olika varianter av begreppet vilket anses vara en bra metod (Forsberg & Wengström, 2013). Sökordet valdes mot bakgrund i att det är just denna företeelse vilken avsågs studeras. I detta skede insåg författarna att materialet till viss del var begränsat varför urvalsarbetet påbörjades redan här i och med att samtliga titlar genomlästes. Endast sju av dessa artiklar visade sig i slutändan vara användbara och svara mot studiens syfte. En sekundärsökning genomfördes då, i enlighet med vad Östlundh (2012) beskriver, genom att kombinera påträffade MeSH-termer med den booleanska sökoperatorn AND vilket medverkade till att ytterligare tre artiklar fanns och kunde inkluderas i arbetet.

Den begränsade mängden relevant data kan ha lett till ett selektivt urval av artiklar där detta urval riskerar att stödja den egna ståndpunkten och därmed påverka resultatet. Friberg (2012) menar att detta smala utbud i vissa avseenden även kan anses vara en styrka då det kan visa på att området inte är tillräckligt utforskat och därmed täcker in befintlig forskning.

Tiden samt bristande erfarenhet gällande att systematisera processen var i datainsamlingsarbetet en mycket begränsande faktor varför viktig data kan ha utelämnats. Exempelvis kunde ett mer grundläggande arbete lagts ner på att hitta relevanta sökord då en svårighet var att komma fram till de termer vilka slutligen tillämpades och vidare hade ytterligare sökningar kunnat göras i andra databaser. Likväl utfördes sökningarna med dessa avgränsningar för att erhålla en hanterbar mängd data samt för att hålla angiven tidsram vilket återges som nödvändigt (Willman, Stoltz & Bahtsevani, 2011).

Vid analysarbetet togs hjälp av att initialt utforma en artikelmatris (bilaga 2), vilket även Axelsson (2012) belyser som något vilket förenklar arbetet, samt en matris över funna kategorier i de tio valda artiklarna. Detta får anses öka trovärdigheten i arbetets slutgiltiga resultat vilket även stöds av litteraturen (Axelsson, 2012). Genom kategorisering finns en risk

för feltolkningar i och med att dessa är skapade utifrån författarna (Polit & Beck, 2013) och deras förförstående samt förhållningssätt. Under analysens gång har detta medvetandegjorts genom att fortlöpande diskutera artiklarnas resultat och de utkristalliserade kategorierna.

En vinst med litteraturöversikten ses genom att fördjupad kunskap erhållits inom valt område vilket ger en chans till förnyelse och utveckling av den verksamhet författarna inom snar framtid förväntas bli en del av.

### **Resultatdiskussion**

Resultatet visar att hunden har fler positiva effekter vad gäller fysiska, psykiska, sociala och emotionella hälsoaspekter hos individer med varierande sjukdomsbild eller hälsobesvär.

Hälften av de tio inkluderade artiklarna i arbetet beskrev positiva fysiska effekter i samband med djurassisterade interventioner och anmärkningsvärt är att i flera av dessa ökade den fysiska aktiviteten vilken är en av vår tids största utmaningar för hälsan då ett stillasittande liv blir allt vanligare (FHI, 2013). Norling (2002) menar att ökad fysisk aktivitet skulle få goda konsekvenser för befolkningens hälsoläge i stort. Ny forskning visar på att den fysiska aktiviteten samt motivation till denna ökar även bland överviktiga ungdomar i närvaro av en terapihund (Wohlfarth, Mutschler, Beetz, Kreuser & Korsten-Reck, 2013). Även Hultman (2008) påpekar hur sällskapsdjur och inte minst hundar, stimulerar till ökad fysisk aktivitet. Bland denna litteraturöversikts artiklar handlade det oftast om spontana rörelser i form av klappar och kramar med hunden samt spontan lek under interventionerna. Detta belyser Cangelosi och Embrey (2006) som en bidragande faktor till en känsla av normalitet hos deltagarna. Berry et. al. (2012), Moretti et. al. (2011) samt Chu, Liu, Sun och Lin (2009) använde sig av mer riktade aktiviteter samt uppmuntran till beröring av hunden vilket sedan visade sig förekomma alltmer spontant under studiens gång. Det kan därför diskuteras huruvida benägenheten att beröra ett sällskapsdjur som hunden ökar då ett starkare känslomässigt band utvecklas individerna emellan då dessa allt oftare involveras i samma kontext. Beck-Friis, Strange och Beck-Friis (2007) belyser att ett sådant känslomässigt band kan ge hälsofrämjande effekter i sig. Ytterligare ett perspektiv kan vara att beröring av eller interaktion med djur, i en tillitsfull relation och miljö, frisätter oxytocin vilket har fler hälsofrämjande effekter (Beetz, Uvnäs-Moberg, Julius & Kotrschal, 2012). Ett samband har bekräftats genom att hormonet stimulerar till ökad social interaktion, minskad stress, minskad

ångest och oro samt reducering av smärta (ibid.), det vill säga flera av de effekter detta arbete belyser.

Vad gäller resultaten vilka pekar på statistiskt signifikant smärtreducering är detta något även Marcus et. al. (2013) påvisat i en undersökning bland 133 patienter diagnosticerade med fibromyalgi samt Sobo, Eng och Kassity-Krich (2006) funnit i en studie vilken undersökte smärta hos barn. Intressant är att resultatet i samtliga studier syns efter endast ca 10 minuters interagerande med terapihunden varför även korta interventioner ses ge effekt. Att uppleva smärta kan ha stor betydelse för hälsan och en reducering av sådan bör ses som en hälsovinst vilket gör att livet kan kännas mer hanterbart och den drabbade personen lättare kan hantera den påfrestande situation en sjukdom innebär, något Antonovsky (1991) benämner coping.

Inget resultat har antytt att hunden kan ha direkt inverkan på de ensamhetskänslor vilka kan upplevas i samband med sjukdom och ohälsa (Banks, Willoughby & Banks, 2007) samt i samband med stress bland vårdpersonal (Halldorsdottir, 2008; Farquharson et. al., 2012; Beck-Friis, Strange & Beck-Friis, 2007). Däremot har hunden ökat deltagarnas sociala interaktion signifikant i flera av studierna (Chu, Liu, Sun & Lin, 2009; Kawamura, Niiyama & Niiyama, 2009; Berry et. al., 2012). Detta både genom att deltagarna interagerat mer med varandra då de bott tillsammans på ett boende samt genom att de upplevt hunden som ett sällskap i sig. Resultatet bekräftas även i andra studier där den sociala interaktionen ökade bland dementa patienter i samband med djurassisterad intervention (Perkins, Bartlett, Travers & Rand, 2008; Bernabei et. al., 2013). Sammantaget kan detta enligt författarna anses innebära trygghet och bekräftelse för en patient vilken annars upplever sig sakna ovanstående samt upplever sig förbisedd. Det kan dock diskuteras huruvida det är hunden eller om det är interventionen i sig som stimulerar till ökad social interaktion. Detta har undersökts genom att studera hur deltagarna reagerade på en besökande hund i jämförelse med en glad besökande person där det visade sig att deltagarna hade mer kroppskontakt och social interaktion med hunden (Kaiser, Spence, McGavin, Struble & Keilman, 2002). Vidare har undersökts huruvida andra typer av djurstimulin kan ha samma effekt som en levande hund där den senare sågs uppnå bäst effekt på kommunikationen hos dementa patienter i jämförelse med en robothund och en video med valpar (Marx et. al., 2008). Resultaten är i enlighet med vad Cirulli, Borgi, Berry, Francia och Elleva (2011) belyser i sin studie där hunden medges som ett utmärkt vårddjur då den stärker individens kommunikativa och sociala färdigheter.



Flera studier har hittats vilka mätt kortisolnivåer i saliv och litteraturen styrker resultatet i detta arbete. Exempelvis anses detta överförbart till barn med kroniska sjukdomar där en minskning av kortisol påvisats (Kaminski, Pellino & Wish, 2002). Resultatet kan tolkas som att deltagarnas stressnivå sjönk i samband med en djurassisterad intervention då kortisol är ett så kallat stresshormon vilket utsöndras i takt med stress. Hunden betraktas som en trolig stresslindrande faktor då deltagare i tre av studierna till arbetet (Moretti et. al., 2011; Coakley & Mahoney, 2009; Kawamura, Niiyama & Niiyama, 2009) även själva uttryckte att de kände sig lugnare efter kontakt med terapihunden och att deras stressnivå upplevdes sjunka. Effekten uppstår, enligt författarna till litteraturöversikten, både vid mer riktade aktiviteter såsom djurassisterad intervention samt vid spontant umgänge med hunden. Det vill säga att en så kallad besökshund också kan ha god hälsofrämjande effekt utan att en särskild åtgärd som djurassisterade interventioner måste vidtas för att uppnå ett stresslindrande resultat. Detta stöds också av Beck-Friis, Strange och Beck-Friis, 2007.

Vad som inte framgår av ovanstående studier är huruvida deltagarna upplevde uttalad stress innan interventionen, inte heller framgår om mätresultaten av kortisolnivåer visade på förhöjda värden vid studiens början varför det är svårt att avgöra hur pass stor hundens effekt på stress är. Resultaten av studierna är svåra att dra vidare slutsatser av vad beträffar det låga antalet deltagare samt det korta antalet veckor studien pågick (Moretti et. al., 2011; Coakley & Mahoney, 2009).

Den rådande oenigheten vad gäller resultatet av mätning av andningsfrekvens (Coakley & Mahoney, 2009; Braun, Stangler, Narveson & Pettingell, 2009) skulle möjligen kunna förklaras med att deltagarna i studien med förhöjda värden var barn. En rimlig förklaring anses vara upprymdheten och engagemanget i samband med hundmötet vilket kan ha gjort dem så pass ivriga att andningsfrekvensen ökat tillfälligt. Detta stöds även av Braun et. al. (2009). Vidare visade ingen av studierna vilka mätte vitala parametrar på minskning av blodtryck och puls vilket författarna håller för anmärkningsvärt då tidigare studier belyser nyttan av sällskapsdjur just i samband med reducering av dessa element (Morrison, 2007). Orsaken skulle kunna vara att deltagarna i Brauns et. al. (2009) studie antagligen inte hade förhöjda värden sedan innan då dessa var barn. Wood, Giles-Corti och Bulsara (2005) påtalar att confounders som ålder och antal barn bör beaktas vid studier av djurs inverkan på fysisk hälsa. I studien av Coakley och Mahoney (2009) där ingen minskning av blodtryck och puls visserligen heller sågs upplevde sig deltagarna ändå lugnare och värdesatte upplevelsen. Detta

skulle kunna innebära att närvaron av ett sällskapsdjur som hunden kan ha djupare mening för patienter, än endast mätbara resultat och på så sätt öka individens välmående och hälsa vilket även stöds av annan forskning (Johnson, Meadows, Haubner & Sevedge, 2008).

Hundens bidrag till en ökad emotionell hälsa kan anses skänka meningsfullhet till deltagarna vilket Antonovsky (1991) förklarar som en viktig del i det salutogena hälsoperspektivet. Deltagarna uttrycker detta genom att betona hur mötet med terapihunden blev den mest angenäma stunden i tillvaron på ålderdomshemmet där deltagarna bodde och sessionerna upplevdes som en paus från den dagliga rutinen (Kawamura, Niiyama & Niiyama, 2009). Dock kan det diskuteras även här huruvida det är hunden i sig vilken bidrar till den positiva upplevelsen eller om andra interventioner skulle uppnå liknande resultat. Det hålls för möjligt att andra gemensamma aktiviteter skulle kunna påverka deltagarna i samma positiva riktning.

En symtomreducering hos patienter diagnosticerade med psykiska sjukdomar skulle kunna bidra till en mer begriplig tillvaro varför detta resultat bör ses som något som ger en känsla av sammanhang, KASAM (Antonovsky, 1991). Även om resultaten är svåra att dra vidare slutsatser av med tanke på det låga deltagarantalet i studierna har en reduktion av depressionssymtom även påvisats i tidigare studier (Colombo, Buono, Smania, Raviola & De Leo, 2006; Stasi et. al., 2004). Dock visar Majic, Gutzmann, Heinz, Lang och Rapp (2013) på att symtomen vad gäller depression samt aggression/agitation förblev oförändrade i jämförelse med kontrollgruppen var dessa istället ökade. Detta till skillnad från en annan ny studie av Bernabei et. al. (2013) gjord på äldre patienter där djurassisterade interventioner hade positiva effekter på agitationsproblem. Författarna anser att interventionerna tycks ha hjälpt deltagarna att inte utveckla fördjupade symtom varför resultaten kan upplevas svårtolkade. Vikten av att här ha haft en kontrollgrupp anses vara ovärderlig då interventionens effekt annars icke skulle kunnat ha påvisats överhuvudtaget.

Vad gäller hinder för att införa ett sällskapsdjur som hunden i vården kunde inga hittas i de vetenskapliga artiklar vilka ligger till grund för detta arbete förutom att tre deltagare bortföll i studien av Chu, Liu, Sun och Lin (2009) på grund av hundrädsla vilket är en liten siffra i sammanhanget och i enlighet med studien av Nahm et. al (2010).

## **SLUTSATS**

Litteraturöversiktens resultat visar på att hundar, inverkar på människors hälsa i ett positivt avseende vad gäller fysisk, psykisk, social samt emotionell hälsa.

Resultatet speglar ett salutogent perspektiv (Antonovsky, 1991) och visar, enligt författarna, att djurassisterade interventioner är ett effektivt och lovande tillägg till traditionell vård. Interventioner med hundar har potential att lindra lidande och förbättra hälsa hos individer drabbade av sjukdom eller andra hälsobesvär. Sammantaget ger detta mycket goda skäl till att ytterligare introducera ett sällskapsdjur som hunden inom vård och omsorg.

### **KLINISK BETYDELSE**

Resultatet vänder sig till personal och beslutsfattare samt studerande inom vård och omsorg och syftar till att uppmärksamma sällskapsdjur såsom hundars potentiella värde inom dessa domäner. Detta för att inspirera fler inom omvårdnadsprofessionen att tillföra alternativa omvårdnadsmetoder vilka ytterligare kan främja hälsa. Kunskapen om hundens positiva effekter kan bana väg för en optimal omvårdnad viken gynnar både vårdtagare och vårdgivare samt bidrar till ökad hälsa.

### **FÖRSLAG PÅ VIDARE FORSKNING**

Den bristande kunskapen vad gäller sällskapsdjurs hälsofrämjande effekter utgör ett hinder för implementering i vården. Ytterligare kartläggning krävs därför i avseende att säkerställa hur och varför sällskapsdjur bidrar till ökad hälsa. Större och mer långsiktiga empiriska studier behövs inom området för att utvärdera huruvida sällskapsdjurens hälsofrämjande effekter kvarstår även då djuret ej längre finns tillgängligt för patienten.

Forskning på vilka underläggande biologiska mekanismer som sätts igång i närvaro av ett sällskapsdjur är av betydelse för att på så sätt utröna om det är djuret i sig eller möjligtvis andra faktorer som bidrar till en hälsofrämjande effekt. Även jämförelser med olika sällskapsdjur samt huruvida det rör sig om specifika individer inom djurvärlden vilka patienterna knutit an till kan vara av vikt. Sålunda krävs forskning kring i vilken utsträckning effekterna beror på individerna själva och hur en djurassisterad intervention då kan skräddarsys till olika typer av patienter, kulturer och kontexter för att på så sätt uppnå den mest gynnsamma hälsofrämjande effekten.

## REFERENSER

(\*) = ingår i litteraturoversiktens analys

Antonovsky, A. (1991). *Hälsans mysterium*. Stockholm: Natur och Kultur.

Axelsson, Å. (2012). Litteraturstudie. I M. Granskär & B. Höglund-Nielsen (red.). *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård* (s. 203-218). Lund: Studentlitteratur.

Baldacchino, D. R. & Bonello, L. (2013). Anxiety and depression in care homes in Malta and Australia: Part 2. *British Journal of Nursing*, 22(13), 780-785. Från <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=19&sid=2d8f288b-7485-4641-b657-1eb23cf7f674%40sessionmgr15&hid=11>

Banks, M. R., Willoughby, L. M. & Banks W. A. (2007). Animal-Assisted Therapy and Loneliness in Nursing Homes: Use of Robotic versus Living Dogs. *Journal Of The American Medical Directors Association*, 9(3), 173-177. doi: 10.1016/j.jamda.2007.11.007

Beck-Friis, B., Strang, P. & Beck-Friis, A. (2007). *Hundens betydelse i vården: Erfarenheter och praktiska råd*. Stockholm: Gothia Förlag

Beetz, A., Uvnäs-Moberg, K., Julius, H. & Kotrschal, K. (2012). Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: The possible role of oxytocin. *Frontiers in psychology*, 9(3), 1-15. doi: 10.3389/fpsyg.2012.00234

Bernabei, V., De Ronchi, D., La Ferla, T., Tonelli, L., Ferrari, B., Forlani, M. & Atti, A. R. (2013). Animal-assisted interventions for elderly patients affected by dementia or psychiatric disorders: A review. *Journal of Psychiatric research*, 47(6), 762-73. doi: 10.1016/j.jpsychires.2012.12.014

\*Berry, A., Borgi, M., Terranova, L., Chiarotti, F., Alleva, E. & Cirulli, F. (2012). Developing effective animal-assisted intervention programs involving visiting dogs for institutionalized patients: A pilot study. *Psychogeriatrics: The Official Journal of the Japanese Psychogeriatric Society*, 12(3), 143-150. doi: 10.1111/j.1479-8301.2011.00393.x

\*Braun, C., Stangler, T., Narveson, J. & Pettingell, S. (2009). Animal-assisted therapy as a pain relief intervention for children. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 15(2), 105-109. doi: 10.1016/j.ctcp.2009.02.008

Cangelosi, P. R. & Embrey, C. N. (2006). Aging matters: Addressing issues related to geropsychiatry and the well-being of older adults. The healing power of dogs: Cocoa's story. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 44(1), 17-20. Från <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=24&sid=2d8f288b-7485-4641-b657-1eb23cf7f674%40sessionmgr15&hid=11>

\*Chu, C. I., Liu, C. Y., Sun, C. T. & Lin, J. (2009). The Effect of Animal-Assisted Activity on Inpatients with Schizophrenia. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental health Services*, 47(12), 42-48. doi: 10.3928/02793695-20091103-96

Cirulli, F., Borgi, M., Berry, A., Francia, N. & Alleva, E. (2011). Animal-Assisted Interventions as Innovative Tools for Mental Health. *Annali Dell'istituto Superiore Di Sanità*, 47(4), 341-348. doi: 10.4415/ANN\_11\_04\_04

\*Coakley, A. B. & Mahoney, E. K. (2009). Creating a therapeutic and healing environment with a pet therapy program. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 15(3), 141-146. doi: 10.1016/j.ctcp.2009.05.004

Colombo, G., Buono, M. D., Smania, K., Raviola, R. & De Leo, D. (2006). Pet therapy and institutionalized elderly: A study on 144 cognitively unimpaired subjects. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 42(2), 207-216. doi:10.1016/j.archger.2005.06.011

Ewles, L & Simnett, I. (2005). *Hälsoarbete*. Lund: Studentlitteratur.

Farquharson, B., Bell, C., Johnston, D., Jones, M., Schofield, P., Allan, J., Ricketts, I., Morrison, K. & Johnston, M. (2012). Nursing stress and patient care: real-time investigation of the effect of nursing tasks and demands on psychological stress, physiological stress, and job performance: Study protocol. *Journal of Advanced Nursing*. 69(10), 2327-2335. doi: <http://dx.doi.org/10.1111/jan.12090>

Forsberg, C. & Wengström, Y. (2013). *Att göra systematiska litteraturstudier*. Stockholm: Natur och Kultur.

Friberg, F. (2012). *Dags för uppsats: Vägledning för litteraturbaserade examensarbeten*. (2. uppl.) Lund: Studentlitteratur.

Friedmann, E., Son, H. & Tsai, C-C. (2010). The animal/human bond: Health and wellness. I A. H. Fine (red.) *Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice* (s. 85-107). London: Academic Press.

Graneheim, U. & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: Concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24(2), 105-112. doi:10.1016/j.nedt.2003.10.001

Granskär, M. & Höglund-Nielsen, B. (2012). *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård*. Lund: Studentlitteratur.

Halldorsdottir, S. (2008). The dynamics of the nurse-patient relationship: Introduction of a synthesized theory from the patient's perspective. *Scandinavian Journal Of Caring Sciences* 22(4), 643-652. doi: 10.1111/j.1471-6712.2007.00568.x

Henricson, M. (2012). Diskussion. I M. Henricson (red.). *Vetenskaplig Teori och metod: Från idé till examination inom omvårdnad* (s. 471-479). Lund: Studentlitteratur.

\*Hoffmann, A. O. M., Lee, A. H., Wertenaue, F., Ricken, R., Jansen, J.J., Gallinat, J. & Lang U. E. (2009). Dog-assisted intervention significantly reduces anxiety in hospitalized patients with major depression. *European Journal of Integrative medicine*, 1(3), 145-148. doi: 10.1016/j.eujim.2009.08.002

Hultman, S.-G. (2008). *Djur i vården*. [Elektronisk]. Vårdalinstitutets Tematiska rum: Kultur i vård och omsorg. Från <http://www.vardalinstutet.se/sites/default/files/tr/kultur/kulturdocs/kulturartikelpdf/7551.pdf>

Johnson, R. A., Meadows, R. L., Haubner, J. S. & Sevedge, K. (2008). Animal-Assisted Activity Among Patients With Cancer: Effects on Mood, Fatigue, Self-Perceived Health and Sense of Coherence. *Oncology Nursing Forum*, 35(2), 225-232. doi: 10.1188/08.ONF.225-232

Kaiser L., Spence, L. J., McGavin, L., Struble, L. & Keilman, L. (2002). A dog and a "happy person" visit nursing home residents. *West Journal of Nursing Research*, 24(6), 671-683. doi: 10.1177/019394502236640

Kaminski, M., Pellino, T. & Wish, J. (2002). Play and pets: The physical and emotional impact of child-life and pet therapy on hospitalized children. *Children's Health Care*, 31(4), 321-335. doi:10.1207/S15326888CHC3104\_5

\*Kawamura, N., Niiyama, M. & Niiyama, H. (2009). Animal-Assisted Activity: Experiences of Institutionalized Japanese Older Adults. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 47(1), 41-47. Från <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=38&sid=af4098da-0b20-4b02-bbef-7154845131e0%40sessionmgr13&hid=9>

Kjellström, S. (2012). Forskningsetik. I M. Henricsson (red.). *Vetenskaplig teori och Metodik: Från idé till examination inom omvårdnad* (s. 69–94). Lund: Studentlitteratur.

\*Lang, U. E., Jansen, J. B., Wertenaue, F., Gallinat, J. & Rapp, M. A. (2010). Reduced anxiety during dog assisted interviews in acute schizophrenic patients. *European Journal of Integrative medicine*, 2(3), 123-127. doi:10.1016/j.eujim.2010.07.002

Lefebvre, S. L., Waltner-Toews, D., Peregrine, A., Reid-Smith, R. Hodge, L. & Weese, S. (2006). Characteristics of Programs Involving Canine Visitation of Hospitalized People in Ontario. *Infection Control and Hospital Epidemiology*, 27(7), 754-758. doi: 10.1086/505099

\*Lutwack-Bloom, P., Wijewickrama, R. & Smith, B. (2005). Effects of Pets versus People visits with Nursing Home Residents. *Journal of Gerontological Social Work*, 44(3/4), 137-160. doi: 10.1300/J083v44n03\_09

\*Majic, T., Gutzmann, H., Heinz, A., Lang, U.E. & Rapp, M. A. (2013). Animal-Assisted Therapy and Agitation and Depression in Nursing Home Residents with Dementia: A Matched Case-Control Trial. *American Journal of Geriatric Psychiatry*, 21(11), 1052-1059. doi: 10.1016/j.jagp.2013.03.004

Marcus, D. A., Bernstein, C. D., Constantin, J. M., Kunkel, F. A., Breuer, P. & Hanlon, R. B. (2013). Impact of Animal-Assisted Therapy for Outpatients with Fibromyalgia. *Pain Medicine*, 14(1),43-51. doi: 10.1111/j.1526-4637.2012.01522.x

Marx, M. S., Cohen-Mansfield, J., Regier, N. G., Dakheel-Ali, M., Srihari, A. & Thein K. (2008). The Impact of Different Dog-related Stimuli on Engagement of Persons With

Dementia. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias*, 25(1), 37-45. doi: 10.1177/1533317508326976

\*Moretti, F., De Ronchi, D., Bernabei, V., Marchetti, L., Ferrari, B., Forlani, C., Negretti, F., Sacchetti, C. & Atti, A. R. (2011). Pet therapy in elderly patients with mental illness. *Psychogeriatrics: The Official Journal of the Japanese Psychogeriatric Society*, 11(2), 125-129. doi: 10.1111/j.1479-8301.2010.00329.x

Morrison, M. L. (2007). Health Benefits of Animal-Assisted Interventions. *Complementary Health Practice Review*, 12(51), 50-62. doi: 10.1177/1533210107302397

Nahm, N., Lubin, J., Lubin, J., Bankwitz, B. K., Castelaz, M. Chen, X., Shackson, J. C., Aggarwal, M. N. & Totten, V. Y. (2010). Therapy Dogs in Emergency Department. *Western Journal of Emergency Medicine*, 13(4), 363–365. doi: 10.5811/westjem.2011.5.6574

Nationalencyklopedin. (u.å.). *Effekt*. Hämtad 27 november, 2013, från Nationalencyklopedin, <http://www.ne.se/sok?q=h%C3%A4lsfr%C3%A4mjande+effekt>

Norling, I. (2002). *Djur i vården: Om hur sällskapsdjur kan påverka äldres hälsa och livskvalitet, egenvård och oberoende, avlasta och förbättra vård och omsorg, sänka vårdkostnader och förbättra vårdpersonalens arbetsmiljö*. Stockholm: Svenska Kommunalarbetsförbundet.

Perkins, J., Bartlett, H., Travers, C & Rand, J. (2008). Dog-assisted therapy for older people with dementia: A review. *Australasian Journal on Ageing*, 27(4), 177-82. doi: 10.1111/j.1741-6612.2008.00317.x

Polit, D.F & Beck, C.T. (2010). *Essentials of Nursing Research: Appraising Evidence for nursing Practice*. Philadelphia: Lippincott.

Prosser, L., Townsend, M. & Staiger, P. (2008). Older people's relationship with companion animals; A pilot study. *Nursing older people*, 20(3), 29-32. Från [http://wca2.uow.edu.au/call/companion\\_animals\\_files/images/A17721095813.pdf](http://wca2.uow.edu.au/call/companion_animals_files/images/A17721095813.pdf)

Segesten, K. (2012). Att bidra till evidensbaserad omvårdnad med grund i analys av kvantitativ forskning. I F. Friberg (red.). *Dags för uppsats: Vägledning för litteraturbaserade examensarbeten*. (2., rev. uppl.). (s. 121-132). Lund: Studentlitteratur.



Sobo, E. J., Eng, B. & Kassity-Krich, N. (2006). Canine visitation (pet) therapy pilot data on decreases in child pain perceptions. *Journal of Holistic Nursing*, 24(1), 51-57. doi: 10.1177/1043454212455697

Socialstyrelsen. (2009). *Socialstyrelsens termbank: Hälsofrämjande åtgärd*. Hämtad 27 november, 2013, från Socialstyrelsen, <http://app.socialstyrelsen.se/termbank/ViewTerm.aspx?TermID=4610>

Stasi, M. F., Amati, D., Costa, C., Resta, D., Senepa, G., Scarafioiti, C., Aimonino, N. & Molaschi, M. (2004). Pet-therapy: A trial for institutionalized frail elderly patients. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 38(0), 407-412. doi:10.1016/j.archger.2004.04.052

Statens Folkhälsoinstitut. (2010). *Levnadsvanor: Lägesrapport 2010*. Stockholm: Statens Folkhälsoinstitut. Från <http://www.fhi.se/Documents/Statistik-uppfoljning/Folkhalsoenkaten/Resultat%202010/Levnadsvanor-l%c3%a4gesrapport-2010.pdf>

Statens Folkhälsoinstitut. (2012). *Hälsa på lika villkor*. Stockholm: Statens Folkhälsoinstitut. Från <http://www.fhi.se/Statistik-uppfoljning/Nationella-folkhalsoenkaten/Fysisk-halsa/Allmant-halsotillstand/>

Statens Folkhälsoinstitut. (2013). *Folkhälsan i Sverige: Årsrapport 2013*. Stockholm: Statens Folkhälsoinstitut. Från <http://www.fhi.se/PageFiles/17183/Folkhalsan-i-Sverige-Arsrapport-2013.pdf>

Svenska Akademiens Ordlista (u.å.). *Effekt*, s. 170. Hämtad 27 november, 2013, från Svenska Akademien, [http://www.svenskaakademien.se/svenska\\_spraket/svenska\\_akademiens\\_ordlista/saol\\_pa\\_natet/ordlista](http://www.svenskaakademien.se/svenska_spraket/svenska_akademiens_ordlista/saol_pa_natet/ordlista)

Svenska Akademiens Ordlista (u.å.). *Främja*, s. 242. Hämtad 27 november, 2013, från Svenska Akademien, [http://www.svenskaakademien.se/svenska\\_spraket/svenska\\_akademiens\\_ordlista/saol\\_pa\\_natet/ordlista](http://www.svenskaakademien.se/svenska_spraket/svenska_akademiens_ordlista/saol_pa_natet/ordlista)

Walsh, F. (2009). Human-Animal Bonds I: The Relational Significance of Companion Animals. *Family Process*, 48(4), 462-480. doi: 10.1111/j.1545-5300.2009.01296.x.

World Health Organization. (1948). *WHO: Definition of health*. Hämtad 21 november, 2013, från Världshälsoorganisationen, <http://www.who.int/about/definition/en/print.html>

Willman, A. (2010). Hälsa och välbefinnande. I B. Edberg, A.-K., Ehrenberg, A., Friberg, F. Wallin, L., Wijk, H. & Öhlén, J. (Red.), *Omvårdnadens grunder: En specialutgåva för sjuksköterskor* (s. 39-54). Lund: Studentlitteratur.

Willman, A., Stoltz, P. & Bahtsevani, C. (2011). *Evidensbaserad omvårdnad: En bro mellan forskning & klinisk verksamhet* (3. rev. uppl.). Lund: Studentlitteratur.

Wolfarth, R., Mutschler, B., Beetz, A., Kreuser, F. & Korsten-Reck, U. (2013). Dogs motivate obese children for physical activity: Key elements of a motivational theory of animal-assisted interventions. *Frontiers in Psychology*, 4(796), 1-11. doi: 10.3389/fpsyg.2013.00796

Wood, L., Giles-Corti, B. & Bulsara, M. (2005). The pet connection: Pets as a conduit for social capital? *Social Science & Medicine*, 61(6), 1159-1173.  
doi:10.1016/j.socscimed.2005.01.017

Östlundh, L. (2012). Informationssökning. I F. Friberg (red.). *Dags för uppsats: Vägledning för litteraturbaserade examensarbeten*. (2. rev. uppl.). (s. 57-79). Lund: Studentlitteratur.



## BILAGOR

### Bilaga 1: Sökmatrix 1 och 2

Databas	Datum	Sökord	Antal träffar	Antal lästa abstract	Antal lästa artiklar	Antal inkluderade artiklar
Cinahl, Medline, Amed, Academic search elite	2014-01-17	<sup>1</sup> animal-assist*	707	75	17	7
Cinahl, Medline, Amed, Academic search elite	2014-01-17	animal-assist* AND health*	292	0	0	0
Cinahl, Medline, Amed, Academic search elite	2014-01-17	animal-assist* AND car*	309	0	0	0
Cinahl, Medline, Amed, Academic search elite	2014-01-17	animal-assist* AND nurs*	189	0	0	0
Cinahl, Medline, Amed, Academic search elite	2014-01-17	animal-assist* AND health* AND car* AND nurs*	68	0	0	0
Cinahl, Medline, Amed, Academic search elite	2014-01-17	dog*	440,585	0	0	0
Cinahl, Medline, Amed, Academic search elite	2014-01-17	animal-assist* AND dog*	301	0	0	0
Cinahl, Medline, Amed, Academic search elite	2014-01-17	<sup>1</sup> dog* AND health* AND car* AND nurs*	547	11	2	2

Databas	Datum	Sökord	Antal träffar	Antal lästa abstract	Antal lästa artiklar	Antal inkluderade artiklar
PubMed	2014-01-17	<sup>1</sup> animal-assist*	238	16	1	1
PubMed	2014-01-17	animal-assist* AND health*	112	0	0	0
PubMed	2014-01-17	animal-assist* AND care*	90	0	0	0
PubMed	2014-01-17	animal-assist* AND nurs*	88	0	0	0
PubMed	2014-01-17	animal-assist* AND health* AND care* AND nurs*	26	0	0	0
PubMed	2014-01-17	dog*	330,688	0	0	0
PubMed	2014-01-17	animal-assist* AND dog*	133	0	0	0
PubMed	2014-01-17	dog* AND health* AND care* AND nurs*	136	0	0	0

<sup>1</sup> = Träffar vilka ingår i urvalsprocessen

Författare (År) Titel Land Nummer	Design  Undersökningsgrupp  (bortfall)	Datainsamlingsmetod  Analysmetod	Huvudresultat	Kvalitet
Kawamura, N., Niiyama, M. & Niiyama, H. (2009) <i>Animal-Assisted Activity: Experiences of Institutionalized Japanese Older Adults</i> Japan 1	Kvalitativ studie  8 kvinnor, 67-94 år diagnosticerade med demens på ett äldreboende.	Semi-strukturerade intervjuer efter DAA två gångar/månad under två års tid.  Transkriptioner av intervjuerna analyserades med Colaiazzis fenomenologiska metodologi.	Sex teman utkristalliserades; Positiva känslor om hunden, Självförtroende, Kära minnen om hundar, En paus från den dagliga rutinen, Interagera med andra boenden med hundens hjälp, Förbättrad kommunikation med volontärer. Deltagarna influerades positivt av DAA med en förändring i det dagliga livet och en ökad kontakt med samhället.	HÖG
Majic, T., Gutzmann, H., Heinz, A., Lang, U. E. & Rapp, M. A. (2013) <i>Animal-Assisted Therapy and Agitation and Depression in Nursing Home Residents with Dementia: A Matched case- Control trial</i> Tyskland 2	Kvantitativ randomiserad kontrollerad studie.  75 demensdiagnosticerade deltagare från åtta äldreboenden. Medelålder 81.8 år. Interventionsgruppen (I = 30) erhöll DAT medan Kontrollgruppen (K = 35) fick ordinär behandling.  (10 p. g. a. flytt, död, eller sjukhusvård).	Cohen-Mansfield Agitation Inventory (CMAI) mätte depression och Dementia Mood Assessment Scale (DMAS) mätte agitation/aggression vid studiens början samt efter 4 veckor med DAT.  Paired t-tests.	Ingen symtomförbättring hos någon grupp. Agitations/aggressions symtomen förblev oförändrade i interventionsgruppen ( $p < 0.05$ ). Detsamma gäller för depressionssymtomen ( $p < 0.001$ ). Detta jämfört med kontrollgruppen var symtomen istället ökade.	HÖG
Moretti, F., De Ronchi, D., Bernabei, V., Marchetti, L., Ferrari, B., Forlani, C., Negretti, F., Sacchetti, C. & Atti, A. R. (2011) <i>Pet therapy in elderly patients with mental illness</i> Italien 3	Kvantitativ kontrollerad studie.  21 deltagare under 65 år sjukhusvarande minst två månader, diagnosticerade med psykisk sjukdom. I (=10), K (=11).	MMSE och Geriatric Depression Scale (GDS) samt ett frågeformulär med självuppskattade, flervals QoL-frågor mättes och utvärderades innan studiens början samt efter interventionen på 6 veckor.  Independent och paired t- tests.	Båda grupperna förbättrades i MMSE och GDS. MMSE i interventionsgruppen gav ( $p = 0.060$ ) och GDS visade en statistisk signifikans på ( $p = 0.013$ ). De flesta deltagarna visade på förbättring av QoL.	HÖG
Berry, A., Borgi, M., Terranova, L., Chiarotti, F., Alleva, E. & Cirulli, F. (2012) <i>Developing effective animal- assisted intervention programs involving visiting dogs for institutionalized geriatric patients: A pilot study</i>	Kvalitativ och kvantitativ pilotstudie med crossoverdesign.  19 deltagare på ett äldreboende. Medelålder 85 år.	DAI videofilmades två gångar/vecka i 5 månader. Kortisolnivåer i saliven samt GDS mättes före och efter DAI.  Innehållsanalys. ANOVA	Resultaten visar en tidsberoende ökning av socialt beteende och spontana interaktioner med hundarna.  Kortisolnivåerna minskade på kort sikt.  GDS förbättrades.	HÖG

Italien 4				
Braun, C., Stangler, T., Narveson, J. & Pettingell, S. (2009) <i>Animal-assisted therapy as a pain relief intervention for children</i> U. S. A. 5	Kvantitativ kvasiexperimentell studie.  57 deltagare, 3-17 år i barnakutvården. I (=18) och K (=39).	FACES pain scale användes för smärtmätning. Puls, blodtryck och andningsfrekvens mättes vid studiens början och sedan månadsvis. Studien varade i 3 år.  SPSS (16.0)	Interventionsgruppen upplevde statistiskt signifikant mindre smärta (p=.006) än kontrollgruppen. Blodtryck och puls påverkades inte medan andningsfrekvensen ökade i interventionsgruppen (p=0.11).	HÖG
Coakley, A. B. & Mahoney, E. K. (2009) <i>Creating a therapeutic and healing environment with a pet therapy program</i> U. S. A. 6	Kvalitativ och kvantitativ kvasiexperimentell studie.  61 deltagare på tre avdelningar med DAT.  (2)	Jämförelser gjordes innan och efter DAT. Blodtryck, puls och andning mättes som stressindikatorer.  Visuell Analog Skala (VAS) mätte smärtnivå. The Profile of Mood States survey (POMS) mätte sinnesstämning. Slutligen ställdes tre öppna frågor till deltagarna.  Paired t-tests, innehållsanalys	Deltagarna hade en statistiskt signifikant minskning av smärta (p=0.001), andningsfrekvens (P=0.000) och negativa humörspekter (p=0.000). Vidare upplevde patienterna en ökad energinivå med statistisk signifikans (p=0.001).	HÖG
Hoffman, A. O. M., Lee, A. H., Wertenaue, F., Ricken, R., Jansen, J. J., Gallinat, J. & Lang, U. E. (2009) <i>Dog-assisted intervention significantly reduces anxiety in hospitalized patients with major depression</i> Tyskland 7	Kvantitativ kontrollerad crossover studie.  12 akut deprimerade patienter.	Jämförelser gjordes innan och efter två 30 minuters sessioner med DAT.  State-Trait Anxiety Inventory (STAI) användes för att mäta ångest.  Wilcoxon test	STAI-poängen reducerades statistiskt signifikant (p= 0.016) efter DAT.	MEDELHÖG/HÖG
Lang, U. E., Jansen, J. B., Wertenaue, F., Gallinat, J. & Rapp, M. A. (2010) <i>Reduced anxiety during dog assisted interviews in acute schizophrenic patients</i> Tyskland 8	Kvantitativ kontrollerad crossover studie.  14 akutsjuka schizofrena patienter	Jämförelser gjordes innan och efter två 30-minuters intervjuer med DAT.  STAI användes för att mäta ångest.  ANOVA	STAI-poängen reducerades statistiskt signifikant (p=0.0001) efter DAT.	MEDELHÖG/HÖG
Chu, C. I., Liu, C. Y., Sun, C. T. & Lin J. (2009) <i>Animal-Assisted Activity on Inpatients with Schizophrenia</i> Taiwan 9	Kvantitativ randomiserad kontrollerad studie.  30 deltagare under 60 år boendes på en psykiatrisk klinik vilka varit diagnostiserade med schizofreni i minst 10 år. I (=15), K (=15).	Frågeformulär angående självkänsla, självbestämmande, socialt stöd samt psykiska negativa, positiva och emotionella sjukdomssymtom ifylldes innan och efter två månader med DAA.	Interventionsgruppen uppvisade statistiskt signifikant förbättring i självkänsla (p=0.025), självbestämmande (p=0.020), positiva psykiska sjukdomssymtom (p=0.005) och emotionella symtom	MEDELHÖG/HÖG

<p>Chu, C. I., Liu, C. Y. Sun, C. T. &amp; Lin J. (2009)  <i>Animal-Assisted Activity on Inpatients with Schizophrenia</i>  Taiwan  9</p>	<p>Kvantitativ randomiserad kontrollerad studie.</p> <p>30 deltagare under 60 år boendes på en psykiatrisk klinik vilka varit diagnosticerade med schizofreni i minst 10 år. I (=15), K (=15).</p> <p>(3, p. g. a. hundrädsla)</p>	<p>Frågeformulär angående självkänsla, självbestämmande, socialt stöd samt psykiska negativa, positiva och emotionella sjukdomssymtom ifylldes innan och efter två månader med DAA.</p> <p>Mann-Whitney U Test.</p>	<p>Interventionsgruppen uppvisade statistiskt signifikant förbättring i självkänsla (p=0.025), självbestämmande (p=0.020), positiva psykiska sjukdomssymtom (p=0.005) och emotionella symtom (p=0.048).</p>	<p>MEDELHÖG/HÖG</p>
<p>Lutwack-Bloom, P.,</p>	<p>Kvantitativ</p>	<p>Humörförändringar samt</p>	<p>Resultatet visade</p>	<p>MEDELHÖG</p>

## Bilaga 2: Artikelmatris

## Mall för kvalitetsgranskning av studier med kvalitativ forskningsmetodik – patientupplevelser

Författare: \_\_\_\_\_ År: \_\_\_\_\_ Artikelnummer: \_\_\_\_\_

Total bedömning av studiekvalitet:

Hög  Medelhög  Låg

Anvisningar:

- Alternativet ”oklart” används när uppgiften inte går att få fram från texten.
- Alternativet ”ej tillämpligt” väljs när frågan inte är relevant.
- Det finns förtydligande kommentarer till vissa delfrågor. Dessa anges med en fotnot.

	Ja	Nej	Oklart	Ej tillämpl
<b>1. Syfte <sup>1</sup></b>				
a) Utgår studien från en väldefinierad problemformulering/frågeställning?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>2. Urval <sup>2</sup></b>				
a) Är urvalet relevant?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Är urvalsförfarandet tydligt beskrivet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Är kontexten tydligt beskriven?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Finns relevant etiskt resonemang?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Är relationen forskare/urval tydligt beskriven?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kommentarer syfte, patientkaraktäristika, kontext etc				
<b>3. Datainsamling <sup>3</sup></b>				
a) Är datainsamlingen tydligt beskriven?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Är datainsamlingen relevant?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Råder datamättnad?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Har forskaren hanterat sin egen förförståelse i relation till datainsamlingen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kommentarer urval, datainsamling, datamättnad etc				



	Ja	Nej	Oklart	Ej tillämpl
<b>4. Analys <sup>4</sup></b>				
a) Är analysen tydligt beskriven?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Är analysförfarandet relevant i relation till datainsamlingsmetoden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Råder analysmättnad?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Har forskaren hanterat sin egen förförståelse i relation till analysen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kommentarer analys, analysmättnad etc				
<b>5. Resultat <sup>5</sup></b>				
a) Är resultatet logiskt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Är resultatet begripligt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Är resultatet tydligt beskrivet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Redovisas resultatet i förhållande till en teoretisk referensram?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Genereras hypotes/teori/modell?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Är resultatet överförbart till ett liknande sammanhang (kontext)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Är resultatet överförbart till ett annat sammanhang (kontext)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kommentarer resultatens tydlighet, tillräcklighet etc				

Kommentarer till mallen finns att ladda ner från [www.sbu.se/metodbok](http://www.sbu.se/metodbok).

<sup>4</sup> Modifierad version av Bahtsevani 2002-06-18

### Checklista för granskning av kvantitativa artiklar

Checklistan innehåller 18 frågor, varje JA ger 1 poäng.

Låg 0-6

Max 18 poäng

Medel 7-13

Poängen graderas låg/medel/hög kvalitet

Hög 14-18

#### Syftet med studien

1. Är syftet med studien tydligt beskrivet?

JA

NEJ

---

2. Är metoden tydligt beskriven?

JA

NEJ

---

#### Undersökningsgruppen

3. Redovisas inklusionskriterier?

JA

NEJ

---

4. Redovisas exklusionskriterier?

JA

NEJ

---

5. Redovisas studiens lokalisering?

JA

NEJ

---

6. Redovisas vilket år studien genomfördes?

JA

NEJ

---

7. Är undersökningsgruppen/grupperna representativa?

JA

NEJ

---

8. Är interventionen tydlig beskriven?

JA

NEJ

---

9. Är målet med interventionen beskrivet?

JA

NEJ

---

#### Mätmetoder

10. Är mätmetoderna tydligt beskrivna?

JA

NEJ

---

11. Är reliabiliteten beräknad?

JA

NEJ

---

12. Är validiteten beräknad?

JA

NEJ

---

**Analys**

13. Är bortfallet beskrivet?

JA

NEJ

---

14. Är resultatet beskrivet?

JA

NEJ

---

15. Är studien etiskt granskad eller finns det etiska aspekter medtagna?

JA

NEJ

---

16. Redovisas författarnas slutsatser?

JA

NEJ

---

**Värdering**

17. Kan resultatet generaliseras till en annan population?

JA

NEJ

---

18. Överväger nyttan risken?

JA

NEJ