

Korzyści z bycia opiekunem zwierząt

Istnieją dobrze zbadane i udokumentowane korzyści związane z posiadaniem zwierząt domowych dla wszystkich, od dzieci po osoby starsze i osoby o szczególnych potrzebach.

Na poziomie społecznym, zwierzęta towarzyszące są często dla nas ludzi potężnym środkiem do rozwijania pozytywnych interakcji z innymi - w wielu różnych kontekstach i kulturach. Korzyści te często trafiają do szerszej społeczności i sąsiedztwa. Opiekunowie psów deklarują na przykład większe poczucie bezpieczeństwa podczas spacerów lub w domu, przebywając ze swoimi psami. Ponadto, dzieci, które ukształtowały silne więzi ze swoimi zwierzętami, wykazują rozwiniętą empatię i troskę o innych, co jest ważne w okresie dorosłości. Z punktu widzenia zdrowia psychicznego wykazano, że zwierzęta towarzyszące mogą być pomocne, gdy dorośli odczuwają stres lub depresję. W przypadku

osób starszych, zwierzęta mogą łagodzić wpływ stresu, takiego jak żałoba, gdy umiera współmałżonek, szczególnie w przypadku osób o stosunkowo niewielkiej liczbie powierników. Dzieci często szukają kontaktu ze zwierzętami domowymi, gdy są zdenerwowane i postrzegają swoje zwierzęta jako „przyjaciół”.

Z punktu widzenia zdrowia, obecność zwierząt domowych w życiu człowieka zostało powiązane z poprawą ogólnej odporności, a także faktem, że dzieci z gospodarstw domowych, w których mieszkają psy są również bardziej aktywne fizycznie. Dorośli opiekunowie psów angażują się również bardziej w aktywność fizyczną, mają zwykle niższe ciśnienie krwi, stężenie trójglicerydów i cholesterolu we krwi. Starsi ludzie opiekujący się zwierzętami domowymi, rzadziej odwiedzają lekarzy.



Stwierdzono również, że obecność zwierząt towarzyszących jest korzystna w takich miejscach jak: sale lekcyjne, domy wypoczynkowe i placówki medyczne. Wzrasta również akceptacja i zrozumienie korzyści wynikających z możliwości zabrania psa do pracy. Psy pomagają osobom z różnymi niepełnosprawnościami fizycznymi np. osobom niewidomym, poruszającym się na wózkach inwalidzkich, chorym na cukrzycę. Posiadanie zwierzęcia towarzyszącego okazało się korzystne w zespołach takich jak autyzm i cięższe sytuacje psychiczne. Krajowe badania zdrowotne w Wielkiej Brytanii, Niemczech i Australii wykazały, że korzyści zdrowotne uzyskane przez opiekunów zwierząt domowych pozwalają zaoszczędzić miliony dolarów w krajowych wydatkach na opiekę zdrowotną.