

セラピー犬に会える病院

— アニマルのちから —

平成 28 年 2 月

沼尾 利郎

1 きっかけ



セラピー犬たち

2年前から犬を飼っています。そのきっかけは、高齢になり犬を飼えなくなった犬好きの実家の親のために、「自分たちで犬を飼い、ときどき連れて行けば少しは喜んでくれるかも…」と思ったからでした。そんな軽い気持ちで犬を飼い始めた訳ですが、病気になったりケガをしたり連続で、たかが子犬一匹のために振り回される大変な毎日となりました。しかし、私や妻の両親は思いのほか喜んでくれて、表情が明るくなり活気が出てきたのです。80歳を過ぎた高齢者にとって犬を育てるのは大変でも、ときどき犬と散歩をしたり無邪気に遊ぶ子犬の姿を眺めるだけでも心が和むのでしょう。また、いつも誰かに世話をしてもらう立場から、反対に自分が世話してあげる立場になることで、自分の役割が出来て生活に張りが出てきたのかもしれません。定期的に犬を連れて行くことで実家との行き来も増え、犬の話題で親と連絡を取る機会も多くなりました。高齢者にとっては、「子供や孫が来ることはあまり期待しないが、かわいい犬にはいつでも来てほしい」ということのようなのです。

2 当院のアニマルセラピー

実家での経験から、「入院が長期化している患者さんや在宅復帰に向けてリハビリテーションに励んでいる患者さんに、少しでも喜んでもらえることはないか？」と考え、私が勤務する

国立病院機構宇都宮病院の一般病棟（地域包括ケア病棟）の患者さんを対象に、平成 27 年 9 月からアニマルセラピーを導入しました。アニマルセラピーはがん終末期の緩和ケア病棟やこども病院、障害者施設などで主に実施されてきましたが、一般病棟での導入は当院が栃木県内で初めてとのことでした。

アニマルセラピーは人と動物との触れ合いを通じて医療や介護、教育の現場などで広く活用されている活動のことであり、その目的により動物介在医療 (Animal-assisted therapy:AAT)、動物介在活動 (Animal-assisted activity:AAA)、動物介在教育 (Animal-assisted education:AAE) の 3 つに分かれます。AAT は病気の治療を目的として医療従事者が主導する動物を介在させた医療行為の一種であり、欧米でアニマルセラピーといえば一般にこれを指します。一方、AAA はボランティアを基盤として生活の質 (QOL) や情緒的な安定などを目的とするもので医療従事者は介入せず、日本のアニマルセラピーは一般にこれを意味します。さらに、AAE は動物の飼育などを通じて命の大切さや社会性、協調性、思いやりの心などを子供たちに学ばせるための活動であり、教育の一環として採用されています。アニマルの種類は犬や猫だけでなく、馬やイルカ、うさぎ、小鳥などが活躍しています。

当院では NPO 法人日本アニマルセラピー協会のご協力により、入院中の患者さんのストレス緩和を主たる目的に、トレーニングを受けた認定セラピー犬によるアニマルセラピーを実施しています。

3 アニマルのちから



アニマルセラピーの様子

アニマルセラピーの効果には、(1)生理的効果、(2)心理的効果、(3)社会的効果の 3 つがあるとされています。生理的効果は、脳内伝達物質「ドパミン」や「オキシトシン」の分泌が増え、「動物と接すると楽しい」という感情になります。また副交感神経が優位となり、いわゆる「リラックスした状態」(落ち着く、癒されるという感情)になります。心理的効果としては、動物と接した時の楽しい感情が日常生活で増えると抑うつ症状が改善したり、「動物と

触れ合いたいから学校へ行こう！」「犬と散歩したいからリハビリをがんばろう！」という前向きな気持ちになり、回復に向かう動機づけとなります。一方、社会的効果には非社会的な高齢者が動物との触れ合いを通じて他人との会話が増えたり、動物を介して人と人との交流が円滑になる効果などがあります。

アニマルセラピーを実施して、患者さんからは「昔飼っていた犬を思い出して懐かしかった」とか「犬の毛の“フワフワ・もふもふ”が何とも言えず気持ちよかった」などと大変喜ばれました。意外だったのは、病棟スタッフが患者さんと同じくらい（それ以上？）喜んだことです。涙を流して喜ぶ患者さんや普段は硬い表情の患者さんが笑顔で犬と触れ合う姿を見て、スタッフもまた幸せな気持ちになるのですね。人間と喜怒哀楽を共有できるような情緒性の高い哺乳類には、人間にはない不思議な力があるのかもしれない。

4 犬と暮らせば



わが家の愛犬メイ（柴、メス、2歳）

わが家に犬が来てから、単調で変化に乏しい中年夫婦の暮らしがにぎやかになり、犬の話題で夫婦の会話も増えました。私にとって愛犬は一緒に散歩をしてくれる相手だけでなく、仕事のグチや妻への不満も（黙って）聞いてくれ、時には慰めてくれます（！）。犬という存在は単なるペット以上に忠実な相棒であり、日常の貴重な話し相手であり、時には生きる支えにもなり、そして何より無条件に愛することのできる人生の同伴者とも言えます。「喜びは大げさに、怒りは短く、哀しみは静かに、楽しさは無邪気に表す」これらは愛される犬の共通点ですが、人間も学ぶべき点があるようです。

（栃医新聞 平成 28 年 1 月 25 日掲載）