

Djurens inverkan på den äldre människans välbefinnande

Alexsina Gustafsson

Examensarbete

Vård

2016

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Vård
Identifikationsnummer:	5436
Författare:	Alexsina Gustafsson
Arbetets namn:	Djurens inverkan på den äldre människans välbefinnande
Handledare (Arcada):	Annika Skogster
Uppdragsgivare:	Lovisa stad
<p>Sammandrag:</p> <p>Detta examensarbete var ett beställningsarbete av Lovisa stad. Syftet med arbetet var att ta reda på hur djuren påverkar den äldre människans välbefinnande. Frågeställningarna var två stycken och de löd; 1. Hur påverkar djuren den äldre människans välbefinnande? 2. Hur kan man använda sig av djur för att uppnå välbefinnande hos äldre människor? Den teoretiska referensramen för arbetet var Katie Eriksson och hennes teori om hälsa, med fokus på välbefinnande. Arbetet gjordes som en litteraturstudie med tio vetenskapliga artiklar från databaserna Ebsco host och Pubmed. Metoden för arbetet var en innehållsanalys. Artiklarna lästes igenom och färgkoder användes för att understödja saker som uppkom i de flesta artiklar och som svarade på forskningsfrågorna. Kategorier bildades och dessa sattes ihop till större huvudkategorier. Efter detta formulerades resultatet för arbetet. Resultatet visade att djuren hade en inverkan på den äldre människans välbefinnande på olika sätt. Djurägare motionerade mer, hade lägre blodtryck, puls och stressnivå. Djuren fungerade också som ett socialt stöd för de äldre. Resultatet visade också att man kan använda sig av djur i olika terapier, besöka äldre på anstalter och även skola djur till att känna av olika sjukdomstillstånd. Resultatet visade att djur har en stor betydelse för den äldre människan och minskar på ensamhetskänslan, isolering och ger mening i livet och en känsla av välbefinnande.</p>	
Nyckelord:	Djurens betydelse, hälsa, välbefinnande, äldre människan, Katie Eriksson, Lovisa stad
Sidantal:	35
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	29.04.2016

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Nursing
Identification number:	5436
Author:	Alexsina Gustafsson
Title:	Animals impact on older people's well-being
Supervisor (Arcada):	Annika Skogster
Commissioned by:	City of Loviisa
<p>Abstract:</p> <p>This degree thesis was a commissioned work by the city of Loviisa. The aim of this study was to find out how the animals affect the older people's wellbeing. There were two research questions; 1. How do animals affect the older people's wellbeing? 2. How can we use animals to achieve wellbeing in older people? The theoretical framework for the study was Katie Eriksson's theory of health, with focus on wellbeing. The study was done as an overview of literature with ten scientific articles from databases Ebsco host and Pubmed. The method of this study was a content analysis. Articles were read through and color codes were used to stretch things that occurred in most articles and which responded to the research questions. Categories were formed and these were put together into larger main categories. After that the result of the study were drafted. The results showed that the animals had an impact on older people's wellbeing in many different ways. The results showed that pet owners exercised more, had lower blood pressure, pulse and stress level. The animals also worked as a social support for the elderly. The results also showed that the animals can be used in various therapies, visit the elderly in institutions and even train the animals to detect various diseases. The results showed that the animals had a great importance for older people and reduce the feeling of loneliness, isolation and gives purpose in life and a sense of wellbeing.</p>	
Keywords:	The importance of animals, health, wellbeing, elderly people, Katie Eriksson, City of Loviisa
Number of pages:	35
Language:	Swedish
Date of acceptance:	29.04.2016

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Hoitotyö
Tunnistenumero:	5436
Tekijä:	Alexsina Gustafsson
Työn nimi:	Eläinten vaikutus ikäihmisen hyvinvointiin
Työn ohjaaja (Arcada):	Annika Skogster
Toimeksiantaja:	Loviisan kaupunki
<p>Tiivistelmä: Tämä opinnäyte oli tilaustyö Loviisan kaupungilta. Työn tarkoitus oli selvittää miten eläimet vaikuttavat ikääntyvien ihmisten hyvinvointiin. Tutkimuskysymyksiä oli kaksi: 1. Miten eläimet vaikuttavat ikääntyvien ihmisten hyvinvointiin? 2. Miten eläimiä voi hyödyntää saavuttaakseen hyvinvoinnin ikääntyvillä ihmisillä? Katie Erikssonin teoria terveydestä ja painotus hyvinvointiin oli tämän työn teoreettinen lähde. Työ tehtiin kirjallisena katsauksena, työhön käytettiin kymmenen tieteellistä artikkelia tietokannoista Ebsco host ja Pubmed. Työn menetelmänä käytettiin sisällön analyysia. Artikkelit luettiin läpi ja värikoodeja käytettiin alleviivatessa asioita jotka toistuivat useimmissa artikkeleissa ja jotka vastasivat tutkimuskysymyksiin. Eri asiat luokiteltiin eri luokkiin ja ne koottiin isompiin pääluokkiin. Tämän jälkeen työn tulosta lähdettiin kirjoittamaan. Tuloksessa ilmeni että eläimillä on vaikutus ikääntyvien ihmisten hyvinvointiin eri tavoin. Lemmikkieläinten omistaja kuntoili enemmän, hänellä oli alhaisempi verenpaine, pulssi ja stressitaso kuin ei- omistajat. Eläimet toimivat myös sosiaalisena tukena. Tuloksessa ilmeni myös että eläimiä voi käyttää eri terapiamuodoissa, tervehtiessä ikääntyviä ihmisiä laitoksissa ja kouluttaessa tunnistamaan eri sairaustiloja. Tuloksessa ilmeni että eläimillä on iso merkitys ikääntyvälle ihmiselle ja yksinäisyudentunne vähenee, samoin kuin eristäytyminen ja eläimet antavat elämälle merkityksen ja luovat hyvinvoinnin tunnetta.</p>	
Avainsanat:	Eläinten tärkeys, terveys, hyvinvointi, iäkäs henkilö, Katie Eriksson, Loviisan kaupunki
Sivumäärä:	35
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	29.04.2016

INNEHÅLL

1	Inledning.....	8
2	Bakgrund.....	9
2.1	Den äldre människan	9
2.2	Relationen mellan människan och djuren	9
2.3	Djur i vården	10
2.4	Centrala begrepp.....	11
3	Forskningsöversikt.....	12
3.1	Djurens effekt på människans hälsa och välbefinnande	12
4	Teoretisk referensram	13
4.1	Hälsa	13
4.1.1	<i>Sundhet</i>	14
4.1.2	<i>Friskhet</i>	14
4.1.3	<i>Välbefinnandet</i>	14
5	Syfte och frågeställning	15
6	Etik.....	15
7	Metod.....	16
7.1	Innehållsanalys.....	16
7.2	Datainsamling.....	16
7.2.1	<i>Inkluderingskriterier</i>	17
7.2.2	<i>Exkluderingskriterier</i>	17
7.3	Data analys.....	17
8	Resultat	18
8.1	Hur påverkar djuren den äldre människans välbefinnande.....	18
8.1.1	<i>Sundhet</i>	18
8.1.2	<i>Friskhet</i>	19
8.1.3	<i>Välbefinnande</i>	19
8.2	Användning av djur med syftet på bättre välbefinnande hos den äldre människan....	20
8.2.1	<i>Sundhet</i>	20
8.2.2	<i>Friskhet</i>	20
8.2.3	<i>Välbefinnande</i>	21
8.3	Sammanbandet till den teoretiska referensramen	22
9	Diskussion	23

10	Kritisk granskning.....	24
	Källor	26
	Bilagor.....	29

Tabeller

Tabell 1. Sökning av artiklar	29
Tabell 2. Kategorier i den deduktiva innehållsanalysen över forskningsfråga 1.....	35
Tabell 3. Kategorier i den deduktiva innehållsanalysen över forskningsfråga 2.....	35

FÖRORD

Det har varit en lång och givande process att skriva detta examensarbete. Under denna tid har det funnits mycket skratt och tårar. Det har inte varit lätt och det har funnits stunder då allt verkat hopplöst men tack vare det stöd jag fått under vägens gång är arbetet nu färdigt.

Jag vill tacka mina handledare på skolan, Annika Skogster och Gun-Britt Lejonqvist för all stöd och hjälp under arbetets gång. Jag vill även tacka min sambo och min fina familj för att de orkat lyssna och kämpat mig att orka få arbetet klart.

Tack!

Alexsina Gustafsson

Sjukskötarestuderande, Arcada 2016

1 INLEDNING

Hösten 2015 presenterades olika projektarbeten som studeranden kunde delta i och få sitt examensarbete skrivet i inom projektet. Lovisa stad har ett pågående projekt var de vill förbättra äldrevården i staden. Detta arbete är ett beställningsarbete av Lovisa stad. Idén till detta arbetets innehåll väcktes då jag jobbat inom äldrevården som sommarvikarie i många år och sett hur de äldre ofta är ensamma och inåtvända och de känner som om dagen aldrig tar slut.

De flesta äldre har haft djur någon gång i livet. Någon har bott i en familj där jordbruket varit livlinan och haft med hästar, kor, katter och andra djur att göras med enda sedan barnsben. Andra kanske har haft en hund på äldre dagar innan de blivit i så dåligt skick att de inte klarat av att sköta den mer.

Inom en del äldre boende besöker s.k. kompishundar de äldre med jämna mellanrum, även där jag jobbat. Att få se glädjen som strålar i den äldres ögon och ansikte då en lurvig kamrat slickar den äldres hand är obeskrivlig. Därför vill jag med detta arbete ta reda på hur djuren egentligen påverkar den äldres välbefinnande och bidra till att äldrevården i Lovisa och på alla andra alla ställen skall förbättras, så att den äldre får ett meningsfullt och värdigt slutskede i livet.

2 BAKGRUND

I detta kapitel kommer jag att redovisa för människans och djurens bakgrund, användningen av djur i vården och allmänt om människans åldrande. Även de centrala begreppen i arbetet presenteras i detta kapitel.

2.1 Den äldre människan

När människan uppnår 30 års ålder börjar det hända olika försämringar inne i kroppen, vilka gör att kroppen inte har sin fulla styrka och effekt som när man var yngre. Vid detta skede har det kroppsliga åldrandet börjat. Denna process är långsam och sker sakta hela tiden genom åren. (Dehlin m.fl. 2000)

Man kan inte fastställa ett visst årtal då en människa blir åldring, men man har använt sig av pensionsåldern som en gräns var efter människan blir kallad äldre. Man delar in begreppet äldre i två olika grupper. Det finns de yngre-äldre som är människor från 65 till 79 år och den andra gruppen kallas äldre-äldre då människan är 80 år eller mer. (Skog & Grafström 2013)

Med stigande ålder och när kroppens funktioner sakta börjar försämrans finns även risken att insjukna i olika sjukdomar och tillstånd. Det är vanligt att hjärtats förmåga att pumpa ut blodet i kroppen saktar av. Kroppen sjunker även ihop vilket leder till att man blir kortare. Detta beror på att brosket som finns mellan kotorna blir mindre och tunnare. Det är inte heller ovanligt att de flesta åldringar faller och slår sig, vilket oftast beror på att balansen blivit försämrad med åren och man faller lättare än tidigare. (Dehlin m.fl. 2000)

2.2 Relationen mellan människan och djuren

Redan långt tillbaka i historien har människan använt sig av djur och bildat relationer till djuren. Det var för 30 000 år sedan som människan tämjde hunden till sitt husdjur och för ca 9000 år sedan blev katten människans husdjur. (Catanzaro 2003)

Människan använde sig av djur till nödvändigheter, men kontakten de hade bidrog till att en relation bildades. Människan använde sig av en del djur till nödvändigheter, t.ex. ormen för att få bort möss och andra gnagare, andra djur till att få pälsen så de höll värmen och användningen av djur som en näringskälla. Dessa djur bildade människan ingen relation till. I dagens samhälle lever detta fenomen ännu. På stora bondgårdar föder man upp djur för att sedan slakta dem och använda dem till näring. Användningen av arbetsdjur och människans krav på att djuren måste arbeta har med tiden minskat. Nu för tiden har man djur mera som sällskap än för andra syften. Då man umgås med djur bildas det en negativ eller positiv upplevelse både hos människan och hos djuret. Denna upplevelse lever kvar hos båda parterna och om upplevelsen varit negativ kan det ta länge innan båda finner ett förtroende och kan förlåta varandra. I en del fall kan den negativa upplevelsen bidra till aggressivitet eller hat hos människan eller djuret. (Grandgeorge & Hausberger 2011)

För flera hundra år sedan har forskare kommit fram till att människan behandlar sitt djur och djur överlag på det sätt som han känner om sig själv d.v.s. är han nöjd och stolt över sig själv behandlar han djuren på samma sätt. Det har även visat sig att en del människor får en helande effekt och det ger människan en chans att förstå sig själv då hon får umgås med djur. Även om djuren har en inverkan på den enskilda människan så påverkar de också människor från olika kulturer. (Levinson 1978)

2.3 Djur i vården

Människan började använda sig av djur inom vården som en terapeutisk hjälp redan långt tillbaka i tiden. Det var för över 12 000 år sedan man fann de första bevisen på att människan och djuren hade en speciell relation. Detta hände i norra Israel där man i gamla ruiner har funnit ett människoskelett som höll en hundvalp i famnen. Efter detta har användningen av djur inom vården ökat och blivit allt vanligare. På 1800-talet användes djuren inom vården av handikappade personer. Människan har också provat på att använda djuren som terapeuter vid vård av psykiskt sjuka människor. Hönor och kanner använde man i slutet av 1700-talets England vid vård av psykiskt sjuka människor. Även vid vård av epileptiska patienter har man använt sig av djur. (Morrison 2007)

I dagens samhälle är användningen av djur i vården vanligt; djur används främst på äldreboenden och bland psykiskt sjuka människor. På många äldreboenden eller anstalter finns det akvarium eller en katt. Det äldre besöks även av hundar med jämna mellanrum. Interaktionen mellan den äldre och djuren ökar på den äldres välbefinnande och motiverar den äldre att bli mer aktiv. Användning av animal-assisted therapy AAT har blivit allt vanligare. Då fungerar djuret som en terapeut och som ett stöd i vårdsituationen. Djuren lugnar ner den sjuka människan och det kan vara lättare att kommunicera och berätta om sina problem då man har ett djur att klappa eller hålla i. (Uvnäs Moberg 2009)

Även andra djur används inom vården. Djuren på bondgården, framför allt kor och hästar används för att skapa en bättre hälsa. Kor och hästar ger en chans för den sjuka att berätta om sina problem och kunna klappa eller rida på hästar och på det sättet skapa en relation med varandra som främjar välbefinnandet hos dessa människor. En fysisk och psykisk nära kontakt med djuren ger en känsla av välmående både åt människan och djuren. Hundar, hästar och kor blir lugnare av att bli klappade och det sänker deras puls och blodtryck samt stresshormonet kortisol. (Uvnäs Moberg 2009)

2.4 Centrala begrepp

Animal assisted therapy (AAT) innebär att man använder sig av djur som en del av vården. Användningen av djuren i AAT sker på ett schemalagt sätt och är välplanerat. (Beck-Friis m.fl. 2007)

Animal assisted activity (AAA) innebär att man utför olika aktiviteter och program tillsammans med djuren. (Beck-Friis m.fl. 2007)

3 FORSKNINGSOÖVERSIKT

I detta kapitel kommer jag att redovisa för vad som tidigare forskats om relationen mellan människan och djuren samt om djurens inverkan på människans hälsa.

3.1 Djurens effekt på människans hälsa och välbefinnande

Människan är väldigt förtjust i djur och i de allra flesta hem finns det eller har det funnits djur av något slag. Det har forskats en del om vilken effekt djuren har på människans hälsa och välbefinnande. Den första studien som gjorts om djurens effekt på människan var en studie med 92 patienter som lidit av hjärtinfarkt. Av dem som ägde djur var det 28 % som överlevde 1 år eller mer. Av dem som inte var djurägare var det endast 6 % som överlevde. Efter denna studie började det forskas mera om djurens positiva inverkan på människan. Att umgås, smeka eller se på djur har visat sig sänka blodtrycket och stressnivån hos individerna. Man har också kommit fram till att de personer som äger djur har bättre självsäkerhet, de är mer positiva, ambitiösa, känner sig mindre ensamma och har överlag en bättre livskvalitet. Djurägare har även bättre hälsa och välbefinnande. I en studie på 11000 människor kommer det fram att djurägare är i bättre fysisk kondition än de som inte har djur. En annan studie av kinesiska kvinnor visar att djurägare utförde mer fysisk träning, hade en sundare livsstil och var mindre sjuklediga från sitt jobb. (Herzog 2011)

Det har visat sig att hundägare har mindre hjärt- och kärlsjukdomar, eftersom de är mer fysiskt aktiva än de som inte har hund. Även de som har katt löper mindre risk att insjukna i hjärt- och kärlsjukdomar. Djuren är också ett slags socialt stöd. De lyssnar och man kan diskutera till dem om sina problem. (Grandgeorge & Hausberger 2011)

Ett flertal studier har visat att djuren har en positiv inverkan på människans välbefinnande då denna lider av hjärt- och kärlsjukdomar, demens och cancer. (Walsh 2009)

Det har även gjorts forskning där man inte funnit någon effekt av djuren på människans hälsa. I en studie där 1179 äldre människor deltog, visade resultatet inga märkbara skillnader i blodtryck eller i risken för att få högt blodtryck bland djurägare och inte djurägare. I en finsk studie visade det sig att djurägare löpte risk att insjukna i högt

blodtryck, högt kolesterol, migrän, depression och panikattacker. För många människor är djuren en vän och ett psykiskt stöd, men studierna visar motstridigheter om djuren verkligen har en inverkan på människors hälsa och välbefinnande. (Herzog 2011)

Det har också forskats vilka negativa effekter på hälsotillståndet djurägaren kan få av sina djur. I en studie framkom det att djurägare hade högre BMI-värde och var oftare rökare än icke djurägare. Som hundägare måste man gå ut och gå med hunden och på det sättet får man mer fysisk träning, men studier har visat att även de flesta icke djurägare uppnår denna fysiska aktivitet dagligen med hjälp av vanliga promenader. Även risken för fallolyckor och olika frakturer ökar hos katt- och hundägare då dessa oftast ligger på golven så att den äldre människan inte ser dem eller katter går oftast runt benen och på så sätt tappar den äldre balansen och faller. Allergier kan också utvecklas hos djurägare. (Winefield m.fl. 2008)

4 TEORETISK REFERENS RAM

I detta arbete har det teoretiska perspektivet valts på basen av arbetets frågeställningar. Teorin som valts för arbetet är Katie Erikssons teori om hälsa. Arbetets fokus ligger på begreppet välbefinnande i denna teori men skribenten beskriver även sundhet och friskhet i Katie Erikssons teori om hälsa.

4.1 Hälsa

Eriksson talar i sin teori om hälsa att alla människor är hälsa. Hälsan hos varje människa skall ses som en helhet men att helheten är uppbyggd av mindre element som utgör grunden för hälsa. Sundhet, friskhet och välbefinnande är dessa mindre element. Även om man lider av någon sjukdom men upplever sig ha en känsla av sundhet, friskhet och välbefinnande betyder det inte att människan inte kunde ha hälsa ändå. För någon människa innebär att få spela fotboll hälsa. Att få spela fotboll ger då en känsla av välbehag och välbefinnande som i sin tur gör att människan har en form av hälsa. Begreppet hälsa är unikt för varje människa och det går inte att jämföra hälsa mellan två olika individer.

Dessa element av sundhet, friskhet och välbefinnande varierar hos alla individer. Man behöver inte uppfylla alla element för att uppnå hälsa, utan en dag kan man känna mer välbefinnande än sundhet. Att ha hälsa kännetecknas av att inte lida av någon sjukdom eller handikapp och ha en känsla av välbefinnande, medan ohälsa är raka motsatsen. (Eriksson 1984)

Hälsan upplevs som en känsla av den egna psykiska och fysiska tillvaron. Begreppet välbefinnande innebär att människans egna tankar och upplevelser, om han tycker att han har det bra eller inte. (Eriksson 1984)

4.1.1 Sundhet

Eriksson delar upp sundheten i två olika delar. Den första delen handlar om den psykiska sundheten vilket innebär de mentala färdigheter människan har. Den andra delen är hälsosamhet. Detta innebär de val människan gör gällande saker som påverkar dennas hälsosamhet. (Eriksson 1984)

Både friskheten och sundheten handlar om kroppens olika funktioner och om de är i funktion eller finns det någon sjukdom som hindrar dennas funktioner. Människan själv eller de närmaste anhöriga kan uppskatta om människan i fråga upplever sundhet och friskhet. (Eriksson 1984)

4.1.2 Friskhet

I Erikssons teori om hälsa innebär fysisk hälsa friskhet. Friskheten fungerar som människans biologiska system. Även om människan är fysiskt frisk behöver det inte betyda att allting är bra inombords. (Eriksson 1984)

4.1.3 Välbefinnandet

Eriksson talar i sin teori om hälsa att hälsa är en blandning av sundhet, friskhet och välbefinnande. Välbefinnande beskrivs som en känsla av glädje och tillfredsställelse. Välbefinnandet är ett begrepp som grundar sig på erfarenheter och människan kan antingen ha denna känsla eller inte. Man bör även lyssna till människans inre upplevelser, då man

definierar vad välbefinnandet betyder för den människan, eftersom välbefinnandet berättar hur människan upplever hälsa hos sig själv. När människan vet och förstår vad välbefinnandet innebär för henne symboliserar det hennes grad av medvetenhet, framtida mål och hennes känsla av att ha betydelse i sin tillvaro. (Eriksson 1984)

5 SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNING

Syftet för detta arbete är att ta reda på hur djuren påverkar den äldre människans välbefinnande och att kunna använda sig av arbetets resultat i Lovisa stad för att utveckla en bättre service för äldre.

Forskningsfrågorna har som mål att besvara syftet för arbetet.

Frågeställningen lyder på följande vis:

1. Hur påverkar djuren den äldre människans välbefinnande?
2. Hur kan man använda sig av djur för att uppnå välbefinnande hos äldre människor?

6 ETIK

Arcadas regler om god vetenskaplig praxis har använts som grund för etiken i detta arbete. I arbetet bör inte framkomma någon form av fusk eller oärlighet. (Arcada 2012) Skribenten bör vara ärlig och respektfull i arbetets undersökningsfas och i det material man använt sig av, samt i hela arbetsprocessen. (TENK 2012) Att ge respekt åt de personer som skrivit de artiklar och material man sedan som skribent använt sig av i det egna arbetet. Att man som skribent kommer ihåg att vara ärlig i källhänvisningar och källförteckning, samt att rapportera fakta i dem på ett korrekt sätt hör också till god vetenskaplig praxis. (Arcada 2012)

7 METOD

Arbetet är en litteraturstudie och som metod har jag valt en innehållsanalys med en deduktiv ansats.

7.1 Innehållsanalys

Innehållsanalys är en metod som används för att analysera det insamlade data som används i arbeten. Innehållsanalysen beskriver det man forskat i. (Kyngäs m.fl. 2011)

En innehållsanalys kan göras antingen deduktivt eller induktivt, detta beror oftast på vad syftet i arbetet är. I den induktiva innehållsanalysen jobbar man med färdigt insamlad data, medan i den deduktiva innehållsanalysen söker man innehåll från insamlad data som passar den deduktivas grund. I den deduktiva analysen innehåller analys grunden huvudkategorier som sedan splittras till mindre begrepp utgående från datainsamlingen i arbetet. I den induktiva analysen är processen motsatt. Där finns dessa mindre begrepp i de insamlade data och man jobbar istället med att forma huvudkategorier för analysen, där de mindre begreppen passar in. (Kyngäs m.fl. 2011)

Med hjälp av goda kvalitetskriterier granskas arbetets tillförlitlighet och samtidigt granskas hur bra resultatet för arbetet är. För att en innehållsanalys skall lyckas och bli tillräckligt tillförlitlig krävs det av skribenten att hon kan formulera begrepp och kategorier utgående från datainsamlingen och använda sig rätt av dem i analysen. (Kyngäs m.fl. 2011)

7.2 Datainsamling

Skribenten har använt sig av Arcadas bibliotek libguides och sökt artiklar via olika databaser. Artiklarna som valdes till studien är hittade på databaserna Pubmed och Ebsco host. Sökord som användes var; *elderly*, *health benefits*, *companion animals*, *older people*, *pets*, *animal assisted therapy*, *therapy* och *elderly people*. Skribenten har också kombinerat dessa sökord med varandra för att få ett mer specifikt resultat.

Sökprocessen av artiklarna är beskriven i tabellformat och är bifogad som en bilaga till detta arbete. (Bilaga 1) De artiklar som valdes finns som en bifogad bilaga till detta arbete. (Bilaga 2)

7.2.1 Inkluderingskriterier

Artiklarna som valdes skulle vara publicerade från år 2005 framåt. Andra kriterier för artiklarna var att de skulle tangera forskningens frågeställning; hur djuren påverkar den äldres välbefinnande samt hur man kan använda sig av djur för att uppnå välbefinnande hos äldre människor. Även språket spelade stor roll vid val av artiklar. Artiklarna skulle vara skrivna på svenska, finska eller engelska.

7.2.2 Exkluderingskriterier

Artiklarna som inte valdes till forskningen var äldre forskningar och forskningar som inte berörde vuxna eller äldre människor. Även forskningar som enbart fokuserade på det ena könet och forskningar av främmande språk exkluderades. Forskningar som tog upp allergier och rädslor mot djur valdes inte.

7.3 Data analys

Att analysera arbetet är en av de mest utmanande sakerna i ett forskningsarbete tillsammans med tolkning och beskrivning. Eftersom syftet med att analysera är att göra det insamlade data mer konkret och förståbart för en själv och för andra och för att kunna se ett mönster i analysen gör denna process utmanande. I analysfasen bör skribenten också beskriva sin egna tillvägagångsprocess i analyseringen av de insamlade data. (Forsberg & Wengström 2013)

Först lästes artiklarnas abstrakt igenom och ifall de lät intressant och innehållet tangerade forskningsfrågorna sparades dessa artiklar. Efter att ha hittat tio artiklar vars abstrakt intresserade och var passande kopierades dessa artiklar ut och lästes igenom. När artiklarna var lästa började en ny genomläsning av artiklarna men denna gång användes markeringspennor för att stryka över saker i texten som svarade på forskningsfrågorna.

Färgkod på markeringspennorna användes för att frångilja forskningsfrågorna. Även olika kategorier och gemensamma saker söktes i artiklarna. Detta arbete görs med en deduktiv innehållsanalys så skribenten började plocka ut saker ur artiklarna som återkom i de flesta artiklar. Dessa saker sattes ihop till större helheter och helheterna bildade huvudkategorierna i innehållsanalysen. Dessa huvudkategorier är; *sundhet, friskhet och välbefinnande* och hänger på så vis också ihop med arbetets teoretiska perspektiv. När denna process var färdig började skribenten formulera resultatet.

8 RESULTAT

I detta kapitel kommer skribenten att framföra resultatet ur artiklarna så att de besvarar arbetets forskningsfrågor. Resultatet är uppdelat i två kapitel, ett kapitel per forskningsfråga. Förhållandet mellan resultatet och den teoretiska referensramen presenteras i slutet av detta kapitel. Den deduktiva innehållsanalysens kategorier är beskrivna i tabellformat och är bifogade som en bilaga till detta arbete. (Bilaga 3)

8.1 Hur påverkar djuren den äldre människans välbefinnande

8.1.1 Sundhet

Den första huvudkategorin i detta arbetes innehållsanalys är sundhet. I de olika forskningarna framkom det att djurägare och fram för allt hundägare är mer fysiskt aktiva än icke-hundägare. Detta på grund av att hundägare oftare går ut på promenader (Cherniack & Cherniack 2014). Med hjälp av motion och fysisk aktivitet förbättras konditionen och människan blir mer hälsosam.

8.1.2 Friskhet

Friskheten står för den andra huvudkategorin i innehållsanalysen för detta arbete. Det har visats att umgås med djur sänker på blodtrycket, pulsen och stressnivån hos människan. Även mindre besök hos läkaren och annan vårdpersonal framkommer då man umgås med djur (Motooka m.fl. 2006). Dessa hälsoeffekter bidrar till mindre risk för att insjukna i olika sjukdomar och kostnaderna inom hälso- och sjukvården minskar. Flera forskningar har visat att djur med stark lukt och även de andra sinnen kan hitta och varna människan om förstadier till cancer eller till andra sjukdomar och tillstånd. Hypoglykemi, lågt blodsocker är ett av dessa andra tillstånd. Dessa djur har gått en skild skolning för att kunna identifiera olika sjukdomstillstånd. (Walsh 2009)

8.1.3 Välbefinnande

Den sista huvudkategorin för innehållsanalysen i detta arbete är välbefinnande. Äldre människor med djur och i sällskap med djur är mer aktiva i olika aktiviteter som ordnas. (Dimitrijevic 2009). Det har visat sig att djurägare känner sig mindre ensamma än icke-djurägare. (Stanley m.fl. 2014) Att få vara delaktig och socialt aktiv med djur ger den äldre en känsla av betydelsefullhet.

Beröring är en sak som framkommer i de flesta valda artiklar. Den äldre människan använder sig av syn och känsel sinnen till största delen. Att få klappa och krama om ett djur ger lycka och förhöjd livskvalitet både åt djuret och den äldre människan och bringar välbefinnande. (Presser m.fl. 2008)

Det framkommer också i studier att den äldre människan anser djuren vara en del av familjen och är väldigt kärt. Djuret är en nära vän som finns till då släkt och vänner gått bort. Att få tala med någon som inte skäller eller klagar och finns till som ett emotionellt stöd. Djuren kan talas till men de är också en bra sak att tala om tillsammans med andra och på det sättet upprätthålla den sociala kompetensen och kanske bilda nya vänskapsförhållanden. Att kommunicera med djuret eller med andra människor ökar på den sociala förmågan och känslan av meningsfullhet och välbefinnande växer. (McColgan &

Schofield 2007) Beröring och känsla av meningsfullhet bidrar till omtanke. Att man som äldre också behövs för att ta hand om sitt djur vän och att människorna omkring en bryr sig om och bjuder med den äldre till olika evenemang för att kunna vara aktiva, både socialt och fysiskt ger den äldre känslan av omtänksamhet och värdefullhet.

8.2 Användning av djur med syftet på bättre välbefinnande hos den äldre människan

8.2.1 Sundhet

Att använda sig av hundar i AAI (animal assisted interventions) har visat på förbättrade sociala kunskaper och dagarna får en annan betydelse då de finns program, detta speciellt för de äldre som bor på anstalt. (Berry m.fl. 2012)

Det finns endast ett visst antal forskningar om djurens inverkan på den äldre människans hälsa, men forskningen håller på och går framåt och man hittar hela tiden mer information. Därför är det mest frivilliga människor och professionella människor med djur som yrke, som introducerar djur på ålderdomshem och andra tillställningar, men också inom vården som djurterapeuter. (Cirulli m.fl. 2011)

Dagarna på anstalter blir långa och tunga för den äldre människan, därför är det viktigt med underhållning. Underhållningen gör den äldre mer socialt aktiv och varierande program gör så att dagarna inte känns så långa och tunga.

8.2.2 Friskhet

Vid rehabilitering och behandling av olika sjukdomar är det relativt vanligt att använda sig av AAT. Det förhållande som bildas mellan patienten, vårdaren och djuret under dessa terapier är väldigt viktiga för patienten. Både med tanke på rehabilitering och genom att studier har visat att AAT höjer på patientens livskvalitet och välbefinnande. Samtidigt hör rehabilitering till sundhet och friskheten. Djuren finns där för att motivera

den äldre människan eller patienten att berätta och hjälpa. Detta har visats ha positiva effekter på det psykologiska och psykosociala hos äldre människor då AAT använts. Men även fysiska och lärande effekter framkommer. Koncentrationen förbättras, ensamheten minskar och minnet förbättras. (Dimitrijevic 2009)

Hunden är till sitt lynne aktiv och social, detta har visat sig vara till nytta för människan då hunden bringar energi och ger människan något att tala om eller någon att tala till. Detta är orsaken till varför hunden används mest av alla djur i rehabiliterande syfte. Äldre människor som bor på olika anstalter blir oftast deprimerade och isolerade. I dessa fall är det bra att använda sig av en form av hundterapi. Det har visat sig att efter att få träffa hundar ökar kommunikationen och känslan av ensamhet, depression och isolering minskar. (Cirulli m.fl. 2011)

En annan studie vars deltagare insjuknat i cancer och hade behandlingarna på gång delades in i två grupper. I den ena gruppen hälsade en hund på i en timme och i den andra gruppen deltog inga djur. Resultatet i denna studie visade att de äldre patienter som hade blivit besökta av en hund sjönk depressionsnivån och oroligheten med 50 % mot dem som inte hade besök av hund. (Cherniack & Cherniack 2014)

Djuren inverkar på människans hälsa på många olika sätt. Den fysiska konditionen, koncentrationen och minnet förbättras. Även livskvaliteten blir bättre då olika sjukdomstillstånd minskar eller botas helt och hållet tack vare djurens närvaro.

8.2.3 Välbefinnande

På ett ålderdomshem i Australien besökte olika djur (katter, hundar, hundvalpar, kattungar, kaniner och marsvin) de äldre en och en halvtimme en gång i veckan under en sex veckor lång period. I studien deltog 18 äldre, två frivilliga djurskötare och två vårdare. Innan processen började fyllde alla i ett frågeformulär med frågor främst på mentala hälsan och känslan av depression. Under dessa sex veckor observerade vårdpersonalen och de frivilliga arbetarna de äldre. Efter att denna process var avslutad fick alla deltagare fylla i en liknande frågeformulär. Svaren av frågeformulären gemfördes och de kunde konstateras att inga märkvärdiga förändringar skett. Resultatet från observat-

ionen gav mer. Deltagarna hade blivit mer sociala och kommunicerade mer med de andra människorna. Deltagarna hade också lättare att visa känslor efter dessa sex veckor. (Presser m.fl. 2008) Denna studie visar att även om det inte fanns någon skillnad på deltagarnas mentala hälsa så gav detta projekt annat åt de äldre. Att få kommunicera och bilda förhållanden med andra och inte behöva vara ensam och isolerad ger den äldre en känsla av att han betyder något och mening i livet, allt detta hänger sedan ihop med välbefinnandet.

Människor med Alzheimers sjukdom kan ha svårt att uttrycka sig och det kan bli missförstånd i kommunikationen mellan vårdare och patient. Det har forskats hur djuren påverkar dessa människor och deras sätt att uttrycka sig på. Resultatet av att få träffa en hund gjorde att dessa människor visade sina känslor lättare och gamla minnen steg fram. (Swall m.fl. 2014) Att kunna visa känslor oberoende av sjukdom är viktigt och förbättrar självkänslan, meningsfullheten och känslan av välbefinnande ökar.

8.3 Sammanbandet till den teoretiska referensramen

Den teoretiska referensramen för detta arbete är Katie Erikssons teori om hälsa och med fokus på välbefinnande delen.

Eriksson talar om att välbefinnande är en känsla av glädje och välbehag. (1984) Dessa känslor framkom i fyra av de valda artiklarna. Artiklarna visade att få umgås, klappa och prata med djur ger den äldre känslan av glädje och välbehag. (Presser m.fl. 2008) Djuren bidrog även till att den äldre hade lättare att visa sina känslor. (Swall m.fl. 2014) Detta hjälper anhöriga och vårdpersonal att bättre förstå klienten och dennas behov, vilket ger den äldre välbehag då människorna runt omkring förstår henne och inga missuppfattningar uppstår.

Välbefinnandet är unikt för varje människa och känslan av att ha välbefinnande kommer inifrån varje människa. (Eriksson 1984) I detta arbete framkommer det att djuren har en betydelse på den äldre människans välbefinnande. Enligt Erikssons teori om hälsa kan man döma att djuren påverkar den äldre människans välbefinnande.

9 DISKUSSION

Syftet med denna studie var att ta reda på hur djur inverkar på den äldre människans välbefinnande.

Som teoretisk referensram användes Katie Erikssons teori om hälsa, med fokus på begreppet välbefinnande. Eriksson talar om att hälsa är en blandning av sundhet, friskhet och välbefinnande. I teorin står sundheten för de val människan gör för sin egen hälsa. Friskheten innebär den fysiska hälsan och välbefinnandet beskrivs som en känsla av välbehag. (Eriksson 1984)

I detta arbete användes tio vetenskapliga artiklar för att svara på arbetets två forskningsfrågor. Forskningsfrågorna blev besvarade och resultatet visade att även om det inte finns så mycket forskat om djur så har de en inverkan på människans hälsa och välbefinnande. I resultatet framkom att djuren inverkar på blodtryck, puls och stressnivån. Djurägare är mer fysiskt aktiva och mindre ensamma än icke-djurägare. Den andra forskningsfrågan blev också besvarad. I resultatet framkom det att man kan använda sig av djur i olika former av terapier, det finns besökshundar och andra djur som besöker de äldre på olika anstalter med jämna mellanrum, samt att man kan skola djur till att känna av olika sjukdomstillstånd.

Arbetets resultat och tidigare forskning har visats ha många gemensamma kopplingar. I tidigare forskning har man kommit fram till att djuren sänker på människans blodtryck och stressnivå. Människan är mer fysiskt aktiv och är mindre ensamma.(Herzog, 2011) Dessa saker kom även upp i detta arbetets resultat. Tidigare forskning visar också att

beröring och att få klappa eller smeka ett djur ger människan välbefinnande. Detta framkom också i de flesta artiklar som valdes till arbetet.

Som det framkommer i tidigare forskning och i resultatet är djur en viktig del av den äldre människans liv och borde därför vara mer aktiv i deras liv. Att man inom vården skulle satsa mera på djur och olika terapier med djur för de äldre som annars är väldigt ensamma och uttråkade på olika anstalter. Mycket av besöksdjurens verksamhet drivs av frivilligt arbete och de borde belönas och användas mera av deras verksamhet. De flesta äldre människor som bor på anstalt har haft något djur tidigare i livet och i barndomen. Att ge dessa åldringar en chans att få träffa och klappa djur skulle stärka deras välbefinnande enormt.

10 KRITISK GRANSKNING

Metoden för detta arbete var en litteraturstudie med en innehållsanalys. Valet av metoden kunde ha varit en annan eller en kombination av två olika eftersom utbudet av material var begränsat. Arbetet skulle också ha fått lite mer kött på benen med en kombination av två olika metoder. Innehållsanalysen var ett bra val och skribenten anser att den fungerar korrekt i arbetet. (Forsberg & Wengström 2013)

I bakgrunden tar skribenten upp om människans åldrande, relationen mellan människan och djuret, djur i vården och centrala begrepp. Skribenten anser bakgrunden vara en fungerande helhet som styr läsaren in i själva arbetet och är lättförstådd.

Forskningsöversikten ger en bra blick över vad som tidigare forskats om människa-djur relationen och hur den påverkar människans välbefinnande.

Inkluderings och exkluderingskriterierna var relevanta och passande för arbetet. Till arbetet valdes tio artiklar och alla artiklar var skrivna på engelska. Detta var en utmaning att översätta samt att förstå och tolka artiklarna på ett rätt sätt.

Datainsamlingen var krävande då det inte finns så mycket forskat om djurens inverkan på den äldre människans välbefinnande. Men de artiklar som hittades och valdes till arbetet var alla relevanta och svarade på forskningsfrågorna.

Resultat redovisningen svarar på forskningsfrågorna samt är tydlig och klar. Även en anknytning mellan den teoretiska referensramen och resultatet tas upp i resultat kapitlet. (Forsberg & Wengström 2013)

KÄLLOR

Arcada. 2012, *God vetenskaplig praxis i studier vid Arcada*. Tillgänglig: https://start.arcada.fi/sites/default/files/dokument/ovriga%20dokument/god_vetenskaplig_praxis_i_studier_vid_arcada_2014.pdf

Hämtat: 25.01.2016

Beck-Friis, Barbro; Strang, Peter & Beck-Friis, Anna. 2007, *Hundens betydelse i vården- erfarenheter och praktiska råd*, Gothia Förlag AB, 111 s.

Berry, Alessandra; Borgi, Marta; Terranova, Livia; Chiarotti, Flavia; Alleva, Enrico & Cirulli, Francesca. 2012, Developing effective animal-assisted intervention programs involving visiting dogs for institutionalized geriatric patients: a pilot study. *Psyhogeriatrics*, nr.12, s. 143-150.

Catanzaro, Thomas. 2003, Human-animal bond and primary prevention. *American behavioral scientist*, nr 1 vol. 47, s. 29-30.

Cherniack, Paul & Cherniack, Ariella. 2014, The benefit of pets and animal-assisted therapy to the health of older individuals. *Current gerontology and geriatrics research*, s. 1-29.

Cirulli, Francesca; Borgi, Marta; Berry, Alessandra; Francia, Nadia & Alleva, Enrico. 2011, Animal-assisted interventions as innovative tools for mental health. *Ann Ist super sanita*, nr 47, s. 341-348.

Dehlin, Ove; Hagberg, Bo; Rundgren, Åke; Samuelsson, Gillis & Sjöbeck, Barbro. 2000, *Gerontologi*, Bokförlaget Natur och Kultur, 314 s.

Dimitrijevic, Ivan. 2009, Animal-assisted therapy – A new trend in treatment of children and adults. *Psychiatria Danubina*, nr 21, s. 236-241.

- Eriksson, Katie. 1984, *Hälsans idé*, Stockholm: Almqvist & Wiksell Förlag AB, 100 s.
- Forsberg, Christina & Wengström, Yvonne. 2013, *Att göra systematiska litteraturstudier*, 3 uppl., Stockholm: Bokförlaget Natur & Kultur, 219 s.
- Grandgeorge, Marine & Hausberger, Martine. 2011, Human-animal relationships: from daily life to animal-assisted therapies. *Ann ist super sanita*, nr 47, s. 397-408.
- Herzog, Harold. 2011, The impact of pets on human health and psychological well-being: fact, fiction, or hypothesis? *Current directions in psychological science*, nr 20, s. 236-239.
- Kyngäs, Helvi; Elo, Satu; Pölkki, Tarja; Kääriäinen Maria; Kanste Outi. 2011, Sisällönanalyysi suomalaisessa hoitotieteellisessä tutkimuksessa. *Hoitotiede*, 23 (2), s. 138-148.
- Levinson, Boris. 1978, Pets and personality development. *Psychological Reports*, nr 42, s. 1031-1038.
- McColgan, G; Schofield, I. 2007, The importance of companion animal relationships in the lives of older people. *Nursing older people*, nr 19, s. 21-23.
- Morrison, Michele L. 2007, Health benefits of animal-assisted interventions. *Complementary health practice review*, nr 12, s. 51-62.
- Motooka, Masahiko; Kennedy, Nell; Koike, Hiroto & Yokoyama, Tomoyuki. 2006, Effect of dog-walking on autonomic nervous activity in senior citizens. *The medical journal of Australia*, nr 184, s. 60-63.
- Presser, Lauren; Townsend, Mardie & Staiger, Petra. 2008, Older peoples relationships with companion animals: a pilot study. *Nursing older people*, nr 20, s.29-32.

Skog, Margareta & Grafström, Margareta. 2013, *Äldres hälsa och livskvalitet*. Stockholm, Sanoma Utbildning AB, 376 s.

Stanley, Ian; Conwell, Yeates & Van Orden, Kimberly. 2014, Pet ownership may attenuate loneliness among older adult primary care patients who live alone. *Aging ment health*, nr 18, s. 394-399.

Swall, Anna; Ebbeskog, Britt; Lundh, Carina & Fagerberg, Ingegerd. 2014, Can therapy dogs evoke awareness of one's past and present life in persons with Alzheimer's disease? *International journal of older people nursing*, nr 10, s. 84-93.

TENK. 2012, *God vetenskaplig praxis*. Tillgänglig: www.tenk.fi/sv/god-vetenskaplig-praxis-anvisningar/god-vetenskaplig-praxis

Hämtat: 26.04.2016

Uvnäs Moberg, Kerstin. 2009, *Närhetens hormon – oxytocinets roll i relationer*. Stockholm: Natur & Kultur, 208 s.

Walsh, Froma. 2009, Human-animal bonds I: the relational significance of companion animals. *Family process*, nr 48, s. 462-480.

Winefield, Helen R.; Black, Anne & Chur-Hansen, Anna. Health effects of ownership of and attachment to companion animals in an older population. *International Journal of Behavioral Medicine*, nr. 15, s. 303-310.

Bilaga 1. Sökning av artiklar

Tabell 1. Sökning av artiklar

Databas	Sökord	Avgränsning	Träffar	Valda artiklar
Pubmed Januari 2016	Elderly AND health benefits AND com- panion ani- mals	-	33	3
Ebsco host Januari 2016	Older people AND pets	-	26	2
Pubmed Januari 2016	Pets AND health bene- fits	10 years old →	60	1
Pubmed Januari 2016	Animal as- sisted thera- py AND el- derly	10 years →	118	1
Ebsco host Januari 2016	Therapy AND com- panion ani- mals	2005 - 2015	30	1
Pubmed Januari 2016	Animal as- sisted thera- py AND el- derly people	10 years →	112	2

Bilaga 2. Presentation av valda artiklar

Artikel 1: The benefit of pets and animal-assisted therapy to the health of older individuals

Artikeln är skriven av E.Paul Cherniack och Ariella R. Cherniack. Artikel är från USA och den publicerades år 2014.

Artikeln handlar om vilka positiva hälsoeffekter djuren har för den äldre människans fysiska och psykiska hälsa. Forskningen tar även upp negativa sidor med djur t.ex. att de kostar att ha djur. Forskningen är en litteraturstudie som baserar sig på ett antal valda artiklar ur databasen Pubmed. Resultatet av forskningen visar att AAT har en positiv inverkan på äldre människors beteende. (Cherniack & Cherniack, 2014)

Artikel 2: Pet ownership may attenuate loneliness among older adult primary care patients who live alone

Artikeln är skriven av Ian A. Stanley, Yeaks Conwell, Connie Bowen och Kimberly A. Van Orden. Forskningen är från Amerika och den publicerades år 2013.

Forskningens syfte är att redogöra kopplingen mellan att ha djur och känslan av ensamhet. Data till forskningen samlades in av 830 äldre personer som vårdades av öppenvården. Resultatet visar att djurägare var 36 % mindre ensamma än icke djurägare. (Stanley m.fl., 2013)

Artikel 3: *Effect of dog walking on autonomic nervous activity in senior citizens*

Artikeln är skriven av Masahiko Motooka, Nell L. Kennedy, Hiroto Koike och Tomoyuki Yokoyama. Forskningen kommer från Japan och publicerades år 2006.

Denna forskning utreder vilken effekt det har på autonomiska nervsystemet när 13 friska äldre personer går tillsammans med hund och utan. Metoden för denna forskning är en CT-studie (mätning av en intervention). Resultatet visade att promenera med hund ger bättre hälsoeffekter och stressnivån sjunker. (Motooka m.fl., 2006)

Artikel 4: *Older peoples relationships with companion animals: a pilot study*

Prosser, Lauren & Staiger, Petra är skribenterna till denna artikel och den publicerades år 2008.

Forskningens syfte är att utreda vilken effekt djur har på den äldre människans välbefinnande och dennas förmåga att skapa relationer då hon bor på äldreboende eller någon annan form av institution. Data till denna forskning har samlats in på ett äldreboende i Australien där det regelbundet blev besökt av sällskapsdjur för att förbättra de äldres känsla av hälsa och välbefinnande samt för att låta de äldre bilda nya relationer med djur. Resultatet av denna studie visade en ökad social kommunikation bland de äldre boende. De önskade sig att sällskapsdjuren skulle i fortsättningen också besöka dem. (Prosser & Staiger, 2008)

Artikel 5: The importance of companion animal relationships in the lives of older people

Artikeln är skriven av Gillian McColgan; & Irene Schofield. Artikel är publicerad 2007.

Syftet med forskningen var att visa vilken effekt djuren har på den äldre människans fysiska och psykiska hälsa och hur umgänge med djur ökar den äldres känsla av välbefinnande. Metoden för forskningen var intervjuer och observationer av människor som bodde ensamma och deras hundar. Resultatet av forskningen visade att människorna hade husdjur för att ha någon att umgås med och djuren var en familjemedlem. Människorna ansåg djuren bringa mer aktivitet och var en vän att tala med. (McColgan & Schofield, 2007)

Artikel 6: Animal-assisted interventions as innovative tools for mental health

Artikeln är skriven av Francesca Cirulli, Marta Borgi, Alessandra Berry, Francia Enrico och Enrico Alleva. Forskningen kommer från Italien och den publicerades år 2011.

Forskningen är en litteraturstudie som har som syfte att utreda om sällskapsdjuren kan höja livskvaliteten och välbefinnandet hos äldre människor. Resultatet visade att interventioner med hund har en positiv inverkan på den äldre människan genom att minska på känslan av ensamhet och förbättring av kommunikationen. (Cirulli m.fl., 2011)

Artikel 7: Animal assisted therapy- a new trend in the treatment of children and adults

Artikeln kommer från Serbien och är skriven av Ivan Dimitrijevic. Artikeln publicerades år 2009.

Forskningen är en litteraturöversikt över den litteratur som redan forskats om relationen mellan människan, djuren och terapeuter och hur de förbättrar fysiska och psykiska färdigheter och ger en bättre livskvalitet och välbefinnande. Resultatet för denna forskning visar att umgänge med djur sänker på blodtryck, puls och stressnivå och förbättrar den emotionella sidan hos människan. (Dimitrijevic, 2009)

Artikel 8: *Human animal bonds: the relational significance of companion animals*

Artikeln publicerades år 2009 och är skriven av Froma Walsh.

Denna forskning berättar kort om historien mellan människans och djurens relation samt deras påverkan på människans fysiska och psykiska välmående. Resultatet av denna forskning visar att djuren framkallar många olika fysiska och psykiska positiva effekter på människan. (Walsh, 2009)

Artikel 9: *Can therapy dogs evoke awareness of one's past and present life in persons with Alzheimer's disease?*

Denna artikel är skriven av Anna Swall, Britt Ebbeskog, Carina Lundh och Ingegerd Fagerberg. Artikeln publicerades på nätet år 2014.

Att lida av Alzheimers sjukdom kan orsaka svårigheter med kommunikationen och det blir lätt missförstånd mellan vårdare och patienten. Med denna studie vill forskaren visa vilken stor betydelse terapihundarnas närvaro har och hur de kan underlätta patienten i att bli förstådd som lider av Alzheimers. Metoden för denna forskning var en observationsstudie var man filmade in mötet mellan patienten och hunden. Resultatet av forskningen visade att umgänge med hunden hämtade tillbaka minnen och känslor från patientens förflutna. (Swall m.fl., 2014)

Artikel 10: *Developing effective animal-assisted assisted intervention programs involving visiting dogs for institutionalized geriatric patients: a pilot study*

Skriventerna för denna artikel är Alessandra Berry, Marta Borgi, Livia Terranova, Flavia Chiarotti, Enrico Alleva och Francesca Cirulli. Artikeln publicerades på nätet år 2012.

För att förbättra livskvaliteten hos äldre människor har det undersökts i denna forskning om besök av terapihundar kan öka den äldres livskvalitet. I studien deltog 19 klienter med en medelålder på 85 år. Resultatet visade att sociala färdigheterna förbättrades och vardagen blev mer innehållsrik då hundarna kom på besök. (Berry m.fl., 2012)

BILAGA 3. Deduktiva innehållsanalysens kategorier

Tabell 2. Kategorier i den deduktiva innehållsanalysen över forskningsfråga 1

HUVUDKATEGORI	UNDERKATEGORI	HANDLING
Sundhet	Hälsosamhet	<ul style="list-style-type: none">- Motion- Fysisk aktivitet
Friskhet	Hälsoeffekter	<ul style="list-style-type: none">- Mindre sjukdom- Kostnader sjunker
Välbefinnande	Omtanke	<ul style="list-style-type: none">- Beröring- Meningsfullhet
	Betydelsefullhet	<ul style="list-style-type: none">- Social aktivitet- Delaktighet

Tabell 3. Kategorier i den deduktiva innehållsanalysen över forskningsfråga 2

HUVUDKATEGORI	UNDERKATEGORI	HANDLING
Sundhet	Underhållning	<ul style="list-style-type: none">- Program- Dagarna kortare
Friskhet	Hälsoeffekter	<ul style="list-style-type: none">- Bättre fysisk kondition- Förbättrat minne
	Bättre livskvalitet	<ul style="list-style-type: none">- Mindre depression och orolighet
Välbefinnande	Betydelsefullhet	<ul style="list-style-type: none">- Alla är viktiga- Känslor- Meningsfullhet