



12. Stress en stress signalen

- De begeleider:
 - beschouwt de hond niet als een oplossing voor alle kwalen of verantwoordelijk voor het geluk van de patiënt. Dergelijke onrealistische verwachtingen leggen onnodige druk op de hond wat tot stress kan leiden.
 - dwingt de hond nooit deel te nemen aan een sessie als hij tegenzin uitstraalt of geen plezier lijkt te beleven aan de sessies (Delta Society, 2012).
 - beschermt steeds de hond. Hij verwijderd het dier van stressvolle situaties zoals het foutief behandelen van de hond door de patiënt (IAHAIO, 2014).
 - neemt voor (en tijdens) de AAI-sessie de leiband af en laat de hond even acclimatiseren in zijn nieuwe omgeving voor de start van de sessie. Als dit niet goed lukt, wordt de hond bij voorkeur niet ingezet (Ophorst et al., 2014).
 - vermijdt tijdens de sessies het gebruik van een leiband bij de hond (Glenk et al., 2013).
 - vermijdt het opsluiten van de hond in een bench, in een wachtzaal, in de wagen of in een afgezonderde kamer.
 - zorgt dat elke sessie op tijd eindigt, namelijk voor dat de hond stress-signalen vertoont. (Butler, 2004). Dit komt meestal overeen met een tijdsspanne van 45 minuten, maximum één uur (Iannuzzi et Rowan, 1997).
 - beperkt het inzetten van de hond bij AAI tot twee à drie sessies per dag, tweemaal per week. Zorgt ook voor voldoende langere rustperiodes, zoals bv. een jaarlijks verlof (Kohler, 2011). Uiteraard is dit afhankelijk van wat de individuele hond aankan.
 - houdt de gedragssignalen van acute stress in het oog maar ook gedragssignalen van chronische stress die veroorzaakt kunnen worden door het te frequent of gedurende een te lange periode deel te nemen aan AAI sessies (Karatsoreos & McEwen, 2011).
 - vermijdt onvoorspelbaarheid en verlies van controle bij de hond (bv. regelmatig nieuwe honden aanwezig, onvoorspelbare reacties van patiënt, ...) dat kan leiden tot chronische stress.
 - moet ook geduld hebben: aan sommige stressvolle situaties kan een hond leren wennen mits correcte training door de begeleider (Fine, 2015).
 - beperkt nieuwe situaties en omgevingen (Ng, 2014), of verspreidt deze in de tijd zodat de hond telkens tijd heeft om eraan te kunnen wennen.
 - spreekt op een kalme en zachte toon om de hond rust te geven (Herron & Schreyer, 2014) in lichte stress-situaties.
 - vermijdt straffen of aversieve intonaties die kunnen leiden tot stress en hierdoor agressie kunnen uitlokken (Herron & Schreyer, 2014).
 - legt aan patiënten uit hoe zich te gedragen ten opzichte van de hond en probeert hierin sturend op te treden indien nodig.
 - vermijdt hypostimulatie van de hond (bv. constant dezelfde oefening herhalen, te weinig interactie met de hond, altijd dezelfde omgeving,...) dat op lange termijn kan leiden tot een *bore out*.
 - vermijdt hyperstimulatie van de hond (bv. continu lawaai, veel heen en weer, overvloedige commando's, te veel afwisselende oefeningen,...) dat op lange termijn kan leiden tot een *burn out*.



Zorgbeest

- Ideaal zouden gedurende een AAI-sessie zowel de gedragsparameters (stressgedragingen) als de fysiologische parameters (cortisolgehalte) van de hond geëvalueerd moeten worden om mogelijke stresservaringen te detecteren en bijgevolg te vermijden (Pastore et al., 2011). Vaak is dit niet haalbaar, maar wees ervan bewust dat ook dieren die geen duidelijke stress-signalen vertonen, toch stress kunnen ervaren. Dit onderlijnt het belang van de begeleider: hoe meer vertrouwd hij is met de hond, hoe beter hij dit kan inschatten.
- De hond:
 - De ervaringen van een puppy tijdens de eerste levensweken zijn cruciaal voor het leren omgaan met toekomstige stress-situaties (Foyer et al., 2013).
 - Indien de hond stereotypieën ontwikkelt, is dit een alarmsignaal en moet zijn omgeving dringend aangepast worden (Fine, 2015).
 - Het is belangrijk dat een hond die meerdere uren in een zorginstelling verblijft (semi-residentiële hond), zijn eigen rustplaats heeft waar hij zich steeds kan terugtrekken.
 - Wanneer de hond stress-signalen vertoont (bv. lage lichaamshouding, piepen, hijgen, staart ingetrokken...) (Serpell et al., 2010), moet hij de kans krijgen om te rusten (Hatch, 2007; Fine & Eisen, 2008). Als een korte rustperiode onvoldoende is om de stress te laten afnemen, moet de sessie beëindigd worden en de hond terug naar huis genomen worden (Lefebvre et al., 2008).
 - Hondveilige kauwspeeltjes (bv. van het merk Kong) kunnen goed gebruikt worden om milde acute stress te verminderen. De kauwbeweging geven honden een meer ontspannen gevoel.
 - Vervoer geeft altijd enige stress. Het is daarom belangrijk dat het vervoer niet te lang duurt en zo comfortabel mogelijk is (denk hierbij ook aan de temperatuur) (Ophorst et al., 2014). Vervoer enkel honden die daaraan gewend zijn.
 - Fel licht en een gladde ondergrond kunnen stresserend zijn voor honden. Ze worden dus best getraind om hier mee om te gaan.
- De kuisploeg:
 - Wanneer een hond stress heeft, laat hij stress-geuren achter die als alarmerend kunnen opgevat worden door een volgende hond. Reinig daarom de omgeving na een sessie indien de hond stress vertoonde (Herron & Schreyer, 2014).
 - Beperk het gebruik van reinigings- of behandelingsproducten met alcohol omdat hun sterke geur een hevig aversie kan oproepen bij honden (Herron & Schreyer, 2014), omdat honden een veel sterker geurvermogen hebben dan de mens.
- De projectverantwoordelijke:
 - Tip: hang de figuur van de agressie ladder op een goed zichtbare plaats om alle betrokkenen te helpen de stresssignalen van de hond te herkennen.
 - Tip: hang posters op in de kamers, therapieruimte, wachtzaal, ... betreffende het correct benaderen van een hond, het herkennen van stress-signalen, ...



Zorgbeest

Aanvullende richtlijnen voor bezoek van de eigen hond van de patiënt.

- Tip: neem eventueel de volgende zin op in het instellingsreglement of contract met de patiënt: “indien nodig kan, voor het welzijn van het dier, het dier op elk moment terug naar zijn thuis gebracht worden” zodat de eigenaars/patiënten zich ervan bewust zijn dat een bezoek aan de instelling voor sommige honden teveel kan worden.

Aanvullende richtlijnen voor AAI in ziekenhuizen.

- Indien palliatieve patiënten afscheid wensen te nemen met een (eigen of AAI)-hond aan hun zijde, wordt een afscheidsritueel aangeraden in plaats van het sterven zelf in aanwezigheid van de hond. Het is moeilijk in te schatten welk effect de sterk emotionele sfeer op de hond heeft en daarom is het belangrijk dat de hond nadien de spanning weer kan afbouwen door een stevige wandeling. In ziekenhuizen is er bij stervensbegeleiding vaak een buddy voorzien. Deze persoon zou goede informatie moeten krijgen over hoe dergelijk afscheidsritueel te begeleiden en ook de rol van de hond hierin te respecteren (stress-signalen van hond herkennen enz).



Zorgbeest

Stress signalen in acute stress situatie

Lijst gedragingen

Hieronder vindt men een lijst stress-gerelateerde gedragingen die gewoonlijk getoond worden door honden in reactie op acute stressvolle situaties:

- Activiteitsverhoging
- Rusteloosheid / regelmatig van houding veranderen
- In kleine cirkels lopen alsof de hond zijn staart achterna zit
- Vocalisaties zoals blaffen, janken, grommen...
- Lage houding
- Beven
- Snuffelen
- Geeuwen
- Neus likken /lippen likken
- Hijgen
- Overmatig speeksel produceren
- Blick ontwijken
- Gedilateerde pupillen
- Oogwit tonen
- Poot opheffen
- De vloer schrapen met de voorpoten alsof de hond een hol aan het graven is
- Plassen en ontlasten / diarree.

Deze lijst gedragingen is gebaseerd op de volgende referenties: Beerda et al., 1997, 2000; Horwitz et Mills, 2009; Pastore, 2011; King et al., 2011.



Zorgbeest

Schaal die het niveau van stress aanduidt

Een hond zal altijd bepaalde signalen vertonen afhankelijk van hoe hij zich voelt. Het is belangrijk om deze signalen te kunnen herkennen maar ook juist te kunnen interpreteren. We refereren hiervoor naar de signalenladder opgesteld door "[De Blauwe Hond](#)". Deze ladder bevat de gedragingen die suggereren hoe bedreigd de hond zich voelt (*The Blue Dog, 2016*).

Hoe reageert een hond als hij zich gestresst voelt of wanneer hij zich bedreigd voelt?



Protocol from Kendall Shepherd, BSAVA Manual of Canine and Feline Behavioural Medicine, © BSAVA



Zorgbeest

Stress signalen in chronische stress situatie

Lijst gedragingen

Indien een hond op lange termijn aan stress blootgesteld wordt, kan de hond aan chronische stress lijden en specifieke gedragingen uiten zoals hieronder vermeld.

Het is belangrijk dat de hond altijd in zijn geheel bekeken wordt. Het is de combinatie van verschillende gedragingen die tonen dat een hond aan stress lijdt, wat dikwijls moeilijk in te schatten is. Om u te helpen, stel u de vraag: “Constateer ik een algemene gedragsverandering bij mijn hond tussen vroeger en nu?”

- Vermindering van verkenningsgedrag
- Vermindering of vermeerdering van sociaal gedrag
- Vermindering of vermeerdering van seksueel gedrag
- Vermindering van eetgedrag (anorexie)
- Verdrukking van onderhoudsgedrag zoals grooming, plassen en ontlasting
- Passief gedrag
- Minder gedragsvariatie (minder spel, minder nieuwsgierig)
- Verhoging van slaap gedrag
- Overspronggedrag (=een gedrag uiten dat niet hoort bij de situatie. Dit gedrag komt voort uit het conflict van twee relevante gedragsystemen)
- Herhaalde of stereotype gedragingen (=steeds herhalen van exact hetzelfde functieloze gedrag; vb in cirkels lopen)
- Verhoging van agressief gedrag
- Verhoogde locomotorische activiteit
- Een algemeen verhoogde activiteit (schudden, geeuwen, ambivalent en displacement gedrag)
- Vocalisatie
- Lage lichaamshouding
- Autogrooming
- Coprofagie
- Urineren
- Snuffelen
- Voorpoot opheffen.

Deze lijst gedragingen is gebaseerd op de volgende referenties: Beerda et al. 2000; Horwitz et Mills, 2009.