

افسردگی در حیوانات خانگی



حیوانات هم مانند ما سرشار از احساسات هستند و عوامل زیادی بر آن‌ها تأثیر می‌گذارد. افسردگی حیوانات به هیچ وجه پدیده‌ای غیر عادی نیست.

حیوانات نیز مانند انسان‌ها روزهای خوب و روزهای بد را تجربه می‌کنند و احساسات متغیری دارند. در واقع تعریف بیماری افسردگی در حیوانات با چیزی که ما تجربه می‌کنیم یکسان است. آن‌ها هم تحت شرایطی، دیگر روند عادی زندگی را طی نمی‌کنند که به این حالت افسردگی گفته می‌شود.

"الیور برتون" اعتقاد دارد افسردگی در حیوانات نیز رایج است اما با افسردگی انسان‌ها متفاوت است؛ افسردگی در انسان‌ها علائمی ذهنی و غیر عینی دارد و با احساساتی مانند از دست دادن علاقه، احساس پوچی و افکار مرگ و خودکشی همراه است؛ اما تشخیص افسردگی در حیوانات به دلیل این که آن‌ها نمی‌توانند صحبت کنند، منوط به تشخیص آن بر اساس علامت‌های رفتاری حیوانات است؛ به همین دلیل شخصی که از آن‌ها نگهداری می‌کند و زمان زیادی را با آن‌ها می‌گذراند می‌تواند راحت‌تر افسردگی‌شان را تشخیص دهد.

عوامل افسردگی در حیوانات چیست؟

افسردگی در حیوانات دلایل متفاوتی دارد:

۱- تغییر محیط زندگی

وقتی محل زندگی حیوانات را تغییر می‌دهید، روی آن‌ها بسیار تأثیر می‌گذارد؛ به‌خصوص اگر محل زندگی خود را دوست

داشته باشند. این مورد در سگ و پرنده‌ها بیشتر صادق است.



۲- محیط تکراری خانه

وقتی حیوانات مدت زیادی در خانه تنها می‌مانند دچار افسردگی می‌شوند. سگ‌ها و حیوانات اجتماعی، بیشتر تحت تأثیر این مورد قرار می‌گیرند؛ چون آن‌ها به پیاده روی و گردش روزانه احتیاج دارند.



۳- از دست دادن نزدیکیان

بعضی از حیوانات به دلیل تغییر عادات روزانه، مرگ یکی از اعضای خانواده، از دست دادن همبازی و صاحب خود و تغییر در روند دیدارهای روزانه، دچار افسردگی می‌شوند. حیوانات بسیار سریع به دیگران دلبسته می‌شوند و این فقدان روی آن‌ها تأثیر زیادی دارد.

۴- تغییر در آب و هوا

تغییرات آب و هوایی بر خلق و خوی بعضی حیوانات مانند سگ تأثیر می‌گذارد؛ برای مثال در فصل زمستان علائم افسردگی در سگ‌ها بیشتر گزارش شده است.

محیط تاریک و بی‌روح خانه نیز بر میزان افسردگی حیوانات خانگی بسیار مؤثر است.

۵- بیماری‌های جسمانی

گاهی وجود برخی بیماری‌ها مانند دیابت و بیماری‌های کلیوی و قلبی بلند مدت، باعث افسردگی در حیوانات می‌شود.

علت اصلی هم، درد و رنج و عدم تحرک این موجودات دوست داشتنی است!

عدم تعادل هورمونی هم می‌تواند یکی از دلایل افسردگی حیوانات باشد.

علائم افسردگی در حیوانات

حیوانات مختلف علائم متفاوتی را در افسردگی نشان می‌دهند که تا حدودی با نشانه‌های افسردگی در انسان‌ها متفاوت است.

بر اساس یافته‌های علم روانشناسی حیوانات، بهترین راه برای تشخیص علائم افسردگی، توجه به تغییر عادات و رفتار آن‌هاست؛ مثلاً حیوانی که فعال است، بی توجه می‌شود یا حیوانی که آرام است پرخاشگر و عصبی می‌شود. این‌ها مهم‌ترین نشانه‌های افسردگی حیوانات هستند.

بر اساس یافته‌های "اولیور برتون"، یکی از رفتارهایی که معمولاً برای سنجش افسردگی حیوانات به کار رفته، میزان آمادگی آن‌ها برای تسلیم شدن در مواجهه با شرایط پر استرس است.

برخی دیگر از رفتارهایی که حیوانات هنگام افسردگی از خود نشان می‌دهند شامل موارد زیر است:

- بی قراری و اضطراب
- پرخاشگری و عصبانیت
- خواب آلودگی مفرط و بی حالی که از علائم افسردگی شدید در حیوانات خانگی است
- عدم تمایل به بازی و عدم علاقه به فعالیت و اسباب بازی
- کاهش وزن و کم نوشی آب
- کاهش فعالیت های جنسی

- از دست دادن اشتها و از دست دادن علاقه به غذا و خوراکی‌های محبوب



بهترین روش‌های درمان افسردگی در حیوانات

درمان افسردگی حیوانات بسیار ساده‌تر از درمان افسردگی انسان‌هاست. زمانی که علائم افسردگی در حیوان دیده شد با دامپزشک مشورت کنید.

در پاره‌ای اوقات بر اساس تجویز دامپزشک، از داروهای شیمیایی ضد افسردگی در درمان افسردگی حیوانات استفاده می‌شود.

اغلب برای درمان افسردگی باید حیوان را وادار به فعالیت کنید و به طور منظم با او بازی کنید. می‌توانید برای او جفت یا همبازی بیاورید تا ترغیب به فعالیت بیشتر شود.

در نظر داشته باشید که توجه، ابراز علاقه و محبت به حیوان را افزایش دهید و وقت بیشتری برای او بگذارید.

برای مثال اگر سگ دارید تعداد دفعات پیاده روی با او را افزایش دهید و برای بازی کردن با سگ‌های دیگر ترغیبش کنید. برای حیوان خود یک دوست واقعی باشید و به‌عنوان یکی از اعضای خانواده او را بپذیرید و در فعالیت‌ها او را شرکت دهید، با این کارها می‌توانید تغییر را رفتار در حیوان‌تان ببینید.

در نظر داشته باشید که باید به‌طور منظم از سلامتی فیزیکی حیوان‌تان مطمئن شوید زیرا رابطه‌ی مستقیمی میان سلامت بدنی و سلامت روانی حیوان وجود دارد.

فاطمه صبوری پور

ویرایش، تنظیم و تصویر گذاری: پرتال آموزش و ترویج سازمان دامپزشکی کشور

منبع: حکیم مهر - wikicat - پارسی پت