



動物輔療服務巴金森

牠能做的，不僅只是陪伴

撫摸動物柔軟的皮毛，能降低血壓、舒緩身心；動物的體溫，甚至能減輕疼痛。巴金森病人需要的長時間的生活協助、心情慰撫，動物在很多地方可以幫得上忙，不但陪伴病人，也能讓照顧者輕鬆愉悅。

文／籃怡婷 臺大醫院神經部

常言道，「狗是人類最忠實的朋友」，這句話並非空穴來風。根據考古學家的研究，早在數千年前，人類就以犬隻幫忙看守家門，由此可知人與狗的密切關係由來已久。而在現今社會，養寵物更是十分普遍的風氣，甚至出現了「貓奴」、「毛小孩」等名詞，說明了動物在人類日常生活中扮演著極重要的角色。

近年來，動物與飼主的互動關係，更被應用在某些疾病的輔助治療，成效受到醫界肯定。

動物輔助療法的起源

動物輔助療法（Animal-Assisted Therapy, AAT）早期稱為寵物治療（Pet Therapy），

泛指所有以動物為輔助，在兼顧人與動物雙向福祉的前提下，將合乎條件的動物適當地納入人類健康照護或教育情境，以達到醫療、護理、復健、教育、諮商、情緒緩解及提升生活品質等目的。

其實這類輔助性治療方式並非新興療法。早在西元 9 世紀，比利時便有居家照顧者透過動物的協助，改善肢體障礙或智能障礙的案例；18 世紀，英國也有療養院讓病患透過照料動物、與動物互動的過程，喚起病患的社交動機與正向情感，並透過這類治療方式使病患恢復自尊、促進自我控制、重新社會化；而到了 19 世紀，兒童心理學家坡里

士萊文森（Boris Levinson）偶然地讓自己的狗與社交退縮個案相處，意外發現「動物陪伴」不僅有助於治療者和個案建立關係，原本沉默退縮的個案竟能主動和狗兒做深度的對話。萊文森藉此經驗，發表了將動物應用於心理治療的可能，被譽為「寵物協助療法之父」。其後，也有其他的研究論文支持動物輔助療法的效果。

動物參與治療的多面向效果

動物輔助治療是加入動物參與的一種療癒方式，經過特定條件篩選和訓練後的動物，都可以用於協助改善個案在認知、情緒、社會人際、教育、復健、壓力調適等方面的功能。

動物能讓病患適當轉移對病痛的注意力，透過撫摸、和動物對話的過程，可降低心跳、呼吸速率、血壓，並增加周邊溫度。換句話說，動物輔助治療能降低交感神經系統的興奮，並刺激副交感神經系統，緩解焦慮不安情緒，減

少神經方面的症狀所帶來的不適感（如：失眠、頭痛等），在老年人與兒童身心靈方面，更有顯著療效。此外，也能幫助穩定三酸甘油脂、減少心血管疾病的發生。

動物輔助治療可以運用在失智症、安寧緩和、多發性硬化症、心臟病等類的病人，對於改善認知功能、活動力、步態與平衡、降低交感神經系統興奮、復健等，都有效果。近年有更多研究顯示，動物輔助治療能緩解安寧病人承受的整體苦痛與不適感，例如：身體的不適、心靈上的壓力、死亡恐懼等。

動物輔療對巴金森病友的幫助

巴金森是一種病程很長的慢性病，且症狀涵蓋動作障礙及認知功能缺損等諸多面向，因此，動物們能幫得上忙的地方也很多。包含：

心理層面

1. 緩解焦慮：慢性病患者常合併許多情緒和心理健康問題。透過部分動物的鎮靜



多種動物輔療模式

動物在治療中參與的方式已發展出各種不同的模式，適合不同的治療需求或環境條件：

1. **伊甸園模式**：在醫療機構中飼養動物，營造出像家的感覺，住民可參與動物的照顧。這種模式的動物不必經過特別訓練，被治療者乃透過照料動物的過程，獲得被陪伴的安慰。
2. **動物輔助服務**：訓練合適的動物來協助理障人士進行生活自理工作，最為人熟知的就是導盲犬。
3. **動物輔助活動**：由經過篩選的動物同伴定期或不定期拜訪受治療者並進行某些活動，通常以娛樂、表演或單純陪伴為主，可提供人與動物間安全且愉悅的互動經驗。
4. **動物輔助治療**：將動物同伴納入治療歷程，無論協助治療的動物或被治療的對象，都經過嚴密篩選，選擇最適當的組合，以提升其效果。

特性與陪伴，有助於緩解焦慮感，透過撫摸動物柔軟的皮毛，有助於釋放腦內啡、減輕壓力。

2. 轉移對疾病之注意力：若以飼養動物的模式進行，病患為了照顧動物，很可能就轉移了生活重心，不再成天想著自己的病。若是養狗，因為每天要遛狗，有助於患者養成積極的習慣，迫使他們起身出門。

生理層面

1. 降低血壓和心率：透過動物的陪伴、撫摸動物，有助於降低血壓和心率；擁抱或撫觸動物時，動物微微偏高的體溫，有助於緩解疼痛。
2. 鍛鍊：經過訓練的動物（如：服務犬），可協助生理障礙人士生活自理。但服務犬仍然需要繼續鍛鍊，因此飼養服務犬會鼓勵飼主每天進行一些運動，長期下來有助於降低心血管疾病的發生。

行動／生活

1. 輪椅協助：體形狀碩的服務犬經過訓練，可以協助拉輪椅，幫助輪椅上坡道和人行道，必要時還可以協助飼主上下輪椅。
2. 取回物品：服務犬具有拾起掉落物品的能力，也能從其他房間拿取物品，對行動不便的病患是貼身好幫手。
3. 改善平衡能力：與服務犬一起散步可以幫助患者維持肢體平衡，必要時可幫忙支撐病患身體，防止跌倒或減輕跌倒的傷害。
4. 輔助克服凍凝步態：服務犬可於擁擠的區域協助清除道路中的阻礙物，或對飼

主的腿輕微施加壓力，促使飼主往前跨步或避免飼主前往擁擠有壓力的環境。

5. 居家協助：可透過簡易指令，讓動物幫忙一些日常小動作，如：接應門鈴、開關門、開關燈。

社交層面

1. 促進交流：動物有助於改善飼主表達及與他人交談的狀況。
2. 幫忙求助：當飼主需要幫助，自己卻無力呼救，無法引起旁人注意時，服務犬能吠叫吸引路人或鄰居的注意。

動物輔助治療團體

迄今，歐美地區已推動動物輔助療法 30 多年，在醫護工作中應用甚廣，對於慢性病患、精神疾患、失智症個案、遲緩兒及安寧病人等，皆有不同程度的慰藉效果。

台灣在 2000 年成立了第一個犬類動物輔助治療團體－「台灣動物輔助活動暨治療



擁抱、撫摸動物有助於釋放腦內啡、減輕壓力；動物偏高的體溫可緩解疼痛。

發展協會 Formosa Animal-Assisted Activity & Therapy Association; FAAATA」。這個俗稱「台灣狗醫生」的動物輔助治療團隊，由飼主與愛犬組成的狗醫生大使團隊共同出勤服務，服務內容分為「陪伴活動」及「復健治療」。

另一個單位是 2012 年成立的「台灣動物輔助治療專業發展協會（Professional Animal-Assisted Therapy Association of Taiwan）」，簡稱「治療犬協會（PATA）」，著重於「動物輔助治療 AAT」，針對服務對象設計其療

愈目標，在動輔師、動輔員（治療犬飼主）、治療犬三者一體的「金三角」合作模式下設計活動內容，引領個案和治療犬互動，以完成療愈目的。但這些團體所提供的動物輔助治療需由「團體」及「機構」提出申請；由於人力短缺，目前尚無法推行動物療愈團隊的單一對象服務。



接地氣的「療癒雞」

近年來，國內已有推廣動物輔療的民間單位開辦了在地化的「療癒雞」服務。

「療癒雞」服務透過餵食、撫摸、懷抱等與雞隻的互動，緩解內心孤獨感；而撫摸動物刺激感官，有助於穩定急躁及憂鬱的情緒；此外，讓人有「被依賴」的成就感，達到療愈的效果。

針對高齡者或行動不便者，也設計了「移動式雞舍」，經評估認為適合的對象，將雞舍移至家中或社區，配合養雞輔導，讓服務對象透過照顧雞，改善孤獨感受、增進生活樂趣，並重拾生活目標與自我價值感，達到陪伴療愈之效。

Pets Can Help

動物能幫巴金森病人什麼忙？



心理層面

- 幫助釋放腦內啡，緩解焦慮及壓力
- 照顧動物能轉移對疾病的注意力

生理層面

- 陪伴與撫摸動物可降低血壓和心率
- 動物的體溫有助於緩解疼痛
- 為了訓練動物，病人也跟著運動

行動／生活層面

- 為了遛寵物，培養積極、天天出門的習慣
- 協助上下輪椅或拉輪椅
- 幫忙跑腿拿東西
- 外出時協助改善平衡，避免跌倒
- 出門發生步態凍凝時，可進行提示
- 幫忙進行簡單的日常生活小動作

社交層面

- 促進病患與他人溝通交流
- 需要幫助時，幫忙引起旁人注意

| 參考資料 |

1. http://www.psynurse.org.tw/upload/Epaper/91/e_paper_03.htm 精神衛生護理雜誌 2015 年 12 月份第三十期電子報
2. Delta Society. (1996). Standards of practice for animal-assisted activities and animal-assisted therapy (2nd ed.). Renton, WA: Delta Society
3. 高齡者對於動物輔助療法的認知程度或接受度之研究 - 朝陽科技大學銀髮產業管理系 - 張家豪實務專題
4. 動物輔助治療在現代醫學扮演的角色 - 盧宜安; 林欣怡; 施培艾 家庭醫學與基層醫療 34:3 2019.03[民 108.03] 頁 87-91
5. 動物輔助治療團體對高關懷青少年心理適應之影響 - 王薇雅撰 - 104 年 5 月
6. <https://parkinsonsnewstoday.com/2017/05/18/10-benefits-service-therapy-dog-parkinsons/>
7. <https://nwpf.org/stay-informed/blog/how-can-service-dogs-help-parkinsons>
8. 黎明後山動物輔療中心網站 http://www.newdawn.org.tw/news/index.php?option=com_content&view=article&id=135&Itemid=1393