

ВПЛИВ ДОМАШНІХ ТВАРИН НА ЛЮДИНУ

Тиднюк Ірина Василівна

студент-магістр

Житомирський державний університет
імені Івана Франка, м. Житомир, Україна

Анотація: У статті розглядаються види позитивного і негативного впливу домашніх тварин на людину, зокрема описується вплив тварин на фізичне здоров'я, настрій та здоров'я людини взагалі.

Також виділяються причини впливу домашніх улюбленців на людей, дається відповідь чому люди заводять домашніх тварин. Акцентується увага на тому, що домашні тварини приносять користь і радість своїм господарям, позитивно впливають на настрій та їх самопочуття.

Ключові слова: Домашні тварини, улюбленці, настрій, здоров'я, любов, турбота, стрес.

Актуальність. Домашні улюбленці вже давно стали не просто частиною наших сімей, але і справжніми друзями у нашому повсякденному житті. Вони не тільки приносять радість і веселощі у наше життя, але також мають суттєвий вплив на наше психічне здоров'я.

У цій статті ми розглянемо, як саме домашні улюбленці впливають на наше емоційне становище та чому вони можуть бути важливими для нашого психічного здоров'я. Існують різні причини, для чого заводять домашніх тварин: одні рятуються від самотності, інші хочуть про когось піклуватися. Вихованці дарують безумовну любов. І тому в кожній другій родині живе вихованець.

Позитивний вплив домашніх тварин на фізичне здоров'я людини:

1. Спілкування з тваринами піднімає рівень гормону окситоцину, який у свою чергу дає змогу зменшити рівень гормону, що спричиняє стрес-кортизолу.

Тому медики при виникненні стресових станів рекомендують завести улюбленця.

2. Зміцнення серцево-судинної системи та стабілізація кров'яного тиску. Згідно з кардіологічними дослідженнями, власники домашніх тварин значно менше схильні до перепадів тиску та проблем із серцем.

3. Підвищення фізичної активності. Наявність домашнього вихованця змушує людину більше рухатися. Це відбувається не тільки завдяки вигулу і прогулянок, але також купання і прибирання за тваринами.

4. Діагностика захворювань людини. Визначити найменші зміни в організмі людини, можливо завдяки дивовижному тваринному нюху. Домашні улюбленці, відчувши такі зміни, різко змінюють свою поведінку поруч із господарями.

5. Зменшення ризику виникнення захворювань. Доведено, що можливо підвищити імунітет, якщо утримувати домашніх тварин, також це значно знижує ризик розвитку алергічних захворювань і хвороб серця.

6. Цілющий вплив тварин на людину. У всьому світі давно вже використовують терапію тваринами, так звану зоотерапію. До неї належать іпотерапія (спілкування з кіньми), гірудотерапія (лікування п'явками), апітерапія (лікування продуктами бджільництва), дельфінотерапія, каністерапія (спілкування з собаками), фелінотерапія (спілкування з кішками), а також терапія пташиним співом і спостереження за акваріумними рибками. Спілкування з тваринами дає змогу хворим відволікатися від проблем і швидше відновлюватися після перенесених захворювань [1].

Позитивний вплив домашніх тварин на настрій людини:

1. Вихованці підтримують. На співчуття здатні не тільки люди – домашні улюбленці відчувають і зчитують почування господаря. Вони розуміють багато слів, розпізнають тон голосу, реагують на жести, проявляють ніжність – і не тільки коли їм хочеться їсти. Лише одна присутність домашнього улюбленця допомагає заспокоїтися, а просте погладжування і муркотіння у відповідь – підбадьоритися.

2. Підвищують самооцінку власників, оскільки їм байдужі статус, зовнішність та успіхи господаря. Вони потребують догляду і тому прив'язуються до людини природно, а водночас впливають на її психоемоційний стан: нейтралізують стрес, зменшують тривожність і депресивність.

3. Розширюються соціальні зв'язки. Спільні інтереси зближують і об'єднують людей. За допомогою домашніх тварин людині набагато легше розговоритися, завести нові знайомства або підтримати розмову. Господарі вихованців часто знайомляться і починають спілкуватися під час прогулянок, у зоомагазинах і в інтернеті. Отже, наші домашні тваринки допомагають нам впоратися з самотністю і позбутися сором'язливості [2].

Негативний вплив на здоров'я людини:

Будь-яка тварина, дика чи домашня, може становити загрозу для життя і здоров'я людини. Кішки. Мають здатність переносити деякі небезпечні захворювання людини. Потрібно дотримуватися правил гігієни, частіше мити руки після контакту з улюбленцем, не цілувати його.

Собаки. Можуть переносити небезпечні захворювання, тому профілактичних заходів потрібно дотримуватися всім домочадцям. Серйозну небезпеку становлять великі та бійцівські собаки.

Кролики. За зовнішністю чарівного звірка ховаються дуже гострі та сильні зуби. Крім цього кролики є переносниками багатьох хвороб.

Птахи. Пернаті є переносниками орнітозу, що передається повітряно-крапельним шляхом. Тільки регулярні візити до ветеринара допоможуть уникнути цього.

Рибки. Любителям рибок необхідно обережно ставитися до акваріумної води, де утворюється сприятливе середовище для розвитку збудників різних хвороб.

Гризуни. Можуть бути розповсюджувачами інфекційних захворювань. Основне з них – лістеріоз, що передається через контакт із фекаліями вихованця. Прибирання кліток потрібно проводити з використанням гумових

рукавичок.

Будь-яка домашня тварина може завдати відчутних ран своїми зубами, пазурами або дзьобом, тому під час спілкування з ними потрібно бути дуже уважними і дотримуватися заходів безпеки [3].

Методи дослідження. Учні 6 класу, у кількості 15 дітей, Непедівського ліцею Глуховецької селищної ради Вінницької області провели соціологічне опитування в рамках учнівського дослідницького проєкту про вплив домашніх тварин на людину серед однокласників, чи знають вони про те, як домашні тварини впливають на здоров'я і настрій людей. Усі опитані однокласники мають вдома домашніх улюбленців.

У 8 учнів удома живе кішка, у 6 – собака, також мають 3 папути, 1 кролика, 2 морські свинки, 4 хом'яки. Тільки 5 осіб з опитуваних знають, як тварини впливають на людину, їхні відповіді: знімають стрес, заспокоюють, піднімають настрій. За результатами опитування видно, що багато дітей не знають про те, як їхні улюбленці впливають на господарів.

В рамках дослідницької роботи учні проаналізувала джерела інформації про вплив домашніх тварин на людину і довели, що якщо за домашніми тваринами правильно доглядати і дотримуватися техніки безпеки під час спілкування з ними, то потрібно брати до уваги їхній характер і особливості проживання, тоді вони принесуть величезну користь для здоров'я і настрою. Домашні вихованці добре знімають стрес, зміцнюють серце, спонукають господарів рухатися і спілкуватися з іншими людьми, лікують і підтримують.

Висновок. Для того, щоб улюбленець жив довго і сам не хворів, за ним потрібно дуже добре доглядати, вчасно показувати ветеринару і робити необхідні щеплення. Любов між вихованцем і господарем має бути взаємною, тоді їхні стосунки будуть міцними, а здоров'я обох – у повному порядку.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Коршевніук Т, Ярошенко О. Пізнаємо природу. Підручник за 6 клас, 2023. НУШ.

2. Кириленко Н. І., Лаховська О. В. Матеріали до міні-проєкту "Тварини-рекордсмени". Біологія. 2019.

3. Роберт І. Сучасні інформаційні технології в утворенні: дидактичні проблеми; перспективи використання. М: Школ-Пресс, 1994. 205с.