

DIPLOMAMUNKA

Cseh Zsófia

2024

ÁLLATORVOSTUDOMÁNYI EGYETEM

Törvényszéki Állatorvostani és Gazdaságtudományi Tanszék



Szeparációs szorongás diagnosztikája és a kezelés lehetőségei

Separation anxiety diagnosis and treatment options

Készítette:

Cseh Zsófia

Témavezető: Dr. Sátori Ágnes PhD

külső előadó

ÁTE, Törvényszéki Állatorvostani és Gazdaságtudományi Tanszék

Budapest

2024

Absztrakt

A szeperációs szorongás, amely a családi kutyák leggyakoribb viselkedési zavarai közé tartozik, jelentős kihívást jelent mind a kutyák, mind a gazdáik számára. A dolgozat célja, hogy feltárja ennek a viselkedési problémának a kiváltó okait, tüneteit, valamint a lehetséges kezelési módokat. Kutatásomban kérdőíves felmérés alapján vizsgáltam a magyar kutyatulajdonosok hozzáállását a szeperációs szorongáshoz és a kezeléshez való viszonyulásukat. Az eredmények rávilágítottak, hogy bár a gazdák nagy része felismeri a problémát, mégis kevesen kérnek szakmai segítséget.

Abstract

Separation anxiety, one of the most common behavioural disorders in family dogs, is a major challenge for both dogs and their owners. The aim of this paper is to explore the causes, symptoms and possible treatments for this behavioural problem. In my research, I used a questionnaire survey to investigate the attitudes of Hungarian dog owners towards separation anxiety and their attitudes towards treatment. The results showed that although most owners recognise the problem, few seek professional help.

Tartalomjegyzék

1. Bevezetés.....	5
2. Szakirodalmi áttekintés	7
2.1. A kutya eredete	7
2.2. A kutya fejlődése	7
2.2.1. Prenatális periódus (-63-0.nap).....	7
2.2.2. Neonatális periódus (0-14.nap).....	8
2.2.3. Átmeneti periódus (14-21.nap).....	8
2.2.4. Szocializációs periódus (3-12.hét).....	8
2.2.5. Fiatal felnőttkor (12. hét –ivarérésig).....	9
2.2.6. Felnőttkor.....	9
2.2.7. Időskor	10
2.3. Kutya és ember kötődése.....	10
2.4. A kutya viselkedési problémái	11
2.4.1. Frusztráció	11
2.4.2. Szorongás.....	12
2.4.3. Félelem.....	12
2.4.4. Fóbia	12
2.4.5. Pánik	12

2.5. Kutyák szeparációs szorongása	12
2.5.1. Kialakulás tényezői.....	13
2.5.2. Lehetséges tünetei.....	14
2.6. Macskák szeparációs szorongása.....	14
2.7. Kezelési módszerek és kiegészítő terápia lehetőségek	15
3. Anyag és módszer	17
4. Eredmények.....	19
5. Következtetések	49
6. Összefoglalás.....	51
7. Summary	52
8. Irodalomjegyzék.....	53
9. Köszönetnyilvánítás	56
10. Nyilatkozatok	57

1. Bevezetés:

Világszerte nő a kutyapopuláció, egyre többen tartanak kutyát, akivel szoros érzelmi kapcsolatot alakítanak ki a gazdik, ami miatt a kutya a családban teljes jogú családtagnak minősül. Az ember-kutya kapcsolatnak azonban van egy sötétebb oldala is, amely legrosszabb esetben az állatról való lemondással jár együtt. A kapcsolat kudarcának egyik fő oka a kutyák viselkedési problémái, mint például a szeparációs szorongással kapcsolatos probléma (Separation-Related Problems-SRP). Ez a családi kutyák leggyakoribb viselkedési zavarai közé tartozik, amely nem csak a kutyát érinti, hanem az embert és a környezetét is [1]. A teljes kutyapopuláció akár 56%-a szenvedhet a betegség klinikai tüneteitől élete valamely szakaszában, ami körülbelül 85 millió kutyát jelent az Egyesült Államokban és Európában együttevve [2].

Kutatók megfigyelték a gazda távollétében mind a specifikus, mind a nem specifikus viselkedéseket. Ezek közé tartoznak a tárgyak megsemmisítése, a szökési kísérletek, az intenzív vokalizálás és nyálzás, valamint a nem megfelelő vizelet és székletürítés. Ezek a jelek változhatnak az egyének megfelelően, tekintettel az súlyosságukra, gyakoriságukra és időzítésükre is [3]. Az SRP-k mögött feltételeznek többféle lehetséges okot és érzelmi tényezőt, beleértve a szorongást is [4].

Szeparációs szorongásnál bizonyos esetekben a stressz szintje olyan erős, hogy komoly kihívások elé állítják mind a kutyák, mind a gazdák jólétét [5].

Szerencsére ma már jobban megértjük a kutyák viselkedését. Az olyan pozitív megerősítésű tanítási módszerek, amelyek jutalmazásra épülnek, elterjedtek, és ezeknek az alkalmazásával hatékonyabban tudunk megoldani adott helyzeteket.

Engem mindig is nagyon érdekelt az állatok viselkedésével foglalkozó tudomány, az etológia. Ha tudjuk valamilyen viselkedési problémának az okát és megoldását, akkor miért ne tennénk meg mindent azért, hogy megoldjuk és a szeretett állattal boldog életet élhessünk. Mivel ez ma már gyakran előforduló probléma, úgy gondolom, hogy állatorvosként nagyobb hangsúlyt kellene fektetni ezekre a területekre is és segítséget kellene nyújtani a gazdáknak, hogy hogyan tudják leküzdeni ezeket a nehéz helyzeteket.

A városi környezetben való kutyatartás elterjedése azt jelenti, hogy a kutyák ma gyakran kisebb területen élnek, és szükség van a fizikai és mentális stimulációra. A modern életmód gyakran magában foglalja, hogy az emberek hosszú időt töltenek távol az otthonuktól. Ezek a tényezők

növelhetik a kutyák szeparációs szorongásának kockázatát, emiatt kiemelkedő fontosságú a megelőzés és az esetleges kezelés.

Kutatásom fő célkitűzése az volt, hogy átfogóan megértessem a beteg kutyák egészségi állapotával kapcsolatos fontos információkat. Ennek keretében elemeztem a kutyák általános adatait, életkörülményeit, a betegség lefolyását és tüneteit. Emellett vizsgáltam a diagnózis felállításához kapcsolódó tényezőket és a választott kezelés típusát és annak hatásosságát. Továbbá a gazdákra is nagyobb hangsúlyt fektettem, hogy ők hogyan látják ezt a problémát és hogyan élik meg.

Kutatási célok: A szakdolgozat lehetőséget nyújthat a kutyák szeparációs szorongásának mélyebb megértésére, például annak okainak, tüneteinek vagy hatékony kezelési módszereinek tanulmányozásával. Azt remélem, hogy az összefüggések megtalálásával és az abból következő ismeretek segítségével hamarabb felismerhető és könnyebben kezelhető lesz az adott probléma és ezáltal hozzájárulhatok az állatok és a gazdák jólétének javításához.

2. Szakirodalmi áttekintés

2.1. A kutya eredete

A kutya házasítása, azaz az ősi farkastól való különválása 10.000-100.000 évvel ezelőttre vezethető vissza. A mai napig vitatott, hogy mikor és hol történt, mert többféle teória is létezik és a mitokondriális szekvenálás nem ad elegendő információt ennek megállapítására. A legkorábbi bizonyított kutya csontmaradványok 14.000 évesek, amit a németországi Bonn-Oberkasselben fedeztek fel. Izotópos, genetikai és morfológiai bizonyítékok is alátámasztják, hogy ebben az esetben nem farkasról beszélünk [6].

A kutya és az ember fejlődése párhuzamos evolúciót mutat, alkalmazkodniuk kellett a különböző környezeti feltételekhez, ami a genomjukban is megmutatkozik. A kutyák őse és az ember között kialakult egy szoros kapcsolat. Eleinte az ember számára csak élelmet jelentett, viszont később rájött, hogy ha együttműködnek, akkor az mindkét faj számára előnyös lehet. Mivel az ételmaradékot elfogyasztotta a kutya őse, az ember közelében menedékre lelt, de ezalatt meg tudta védeni az embert a többi állattól, ragadozóktól. Egyre közelebb kerültek egymáshoz és jobban megértették egymás kommunikációját [6, 7, 8].

2.2. A kutya fejlődése

Fontos megértenünk, hogy egy eb egyedfejlődése során rengeteg változáson megy keresztül és minden időszaknak fontos jelentősége van. Minden életkornak megvannak a normál viselkedés elemei, ha ilyenkor valami negatívabb hatás vagy erős stressz éri a kiskutyát, akkor nem megfelelően tud fejlődni és ez kihat a későbbi viselkedésére is.

2.2.1. Prenatális periódus (-63-0.nap)

Az első időszak már a születés előtt elkezdődik. A vemhes anyakutyát ért hatások befolyásolják a születendő kölyköket is. Fontos a megfelelő táplálás, foglalkozás, biztonságos környezet. Kerülni kell a felesleges és túlzott stresszt. Rágcsálókön és főemlősökön végeztek kísérleteket, amelyek bebizonyították, hogy a születés előtti stressz ronthatja a stressztűrő képességet, viselkedészavart okozhat a fiatal és felnőtt utódoknál. Továbbá visszamaradt a mozgásfejlődés, csökkent a játékos, felfedező viselkedés, károsodik a szexuális, anyai viselkedés, rosszabb a tanulási képesség is [9].

2.2.2. Neonatális periódus (0-14.nap)

Az elléstől számítva a kölykök körülbelül 2 hetes korukig tartó időszak. Az újszülöttek egészségének vizsgálatára rendelkezésre állnak különböző klinikai monitorozási eszközök, mint például a születési súly, a súlygyarapodás és az APGAR pontszámok. Ez a rendszer a szívritmust, légzési frekvenciát, reflexeket, izomtónust és a nyálkahártya színét értékeli. Ezek objektív adatok, és könnyű ezeket alkalmazni otthoni környezetben is. Az egészséges kiskutya aktív, hangos, igyekszik minél több tejet szopni, az anya közelében van az idő nagy részében [10]. Ha ebben az időszakban a kölykök nem tapasztalták meg az érintést és bármilyen kapcsolatot az emberrel, akkor később érzékenyek lehetnek az érintésre [5].

Egyes tudományos kutatások alapján a születés után 3-16. napos kor között végzett ENS (Early Neurological Stimulation) csökkenti a stresszt, szorongást és félelmet a kutyák későbbi élete során.

Ez egy 5 gyakorlatból álló program [11]: (minden nap 3-5 másodperc)

- lábujjak közötti terület stimulálása fültisztító pálcikával
- kölyökkutya fejének felfelé tartása
- fejének lefelé lógatása
- hanyatt fektetése
- hűvös, nedves törölközőre helyezése

2.2.3. Átmeneti periódus (14-21.nap)

Ez az időszak a 3-4. hét végéig tart. Ilyenkor a látás, hallás, érzékelés, tapintás 4 hetes korra fejlődik ki teljesen. Kialakul a saját hőszabályozása, elhagyja már az almot és elkezd önállóan üríteni az alomtól távolabb. Megjelennek a kommunikáció újabb formái az anyával és az alomtársakkal, mint például a morgás, ugatás, farokcsóválás [12].

2.2.4. Szocializációs periódus (3-12.hét)

Ez az egyik legmeghatározóbb időszak, az itt megélt tapasztalatok nagy hatással vannak a későbbi viselkedésre. Ebben az időszakban adaptálódnak a környezethez, ezért fontos az explorációs viselkedés, ilyenkor tanulják meg elkülöníteni a veszélyt jelentő és a közömbös helyzeteket. Ez a periódus két részre osztható: van egy elsődleges szocializáció, ami az 5. hétig tart, utána pedig a másodlagos szocializációról beszélünk, ami a 12. hétig tart.

A korai periódusban alakulnak ki a viselkedési minták, nő a szociális válaszkészség. Az alom csoportként működik, keresik az alomtársak közelségét, játékkal megtanulják a ragadozó, agresszív és szexuális viselkedés elemeit. A kölykök a 3. héttől nagyon kíváncsiak, nyitottak az új dolgokra, ilyenkor hajlamosak akár félelemérzet nélkül felfedezni és vizsgálni a környezetüket. Az anyjuk ilyenkor tanítja meg nekik a harapásgátlást, ez azt jelenti, hogy ha a kicsik túl erősen harapnak, akkor határozottan fellép, jelezve nekik, hogy ez nem megengedett.

A második szakasz akkor kezdődik igazán, amikor a kölyök elhagyja az alomtársait, anyját és egy új családba kerül. Ez ideális esetben 7-8 hetes kor környéke, épp ebben az időszakban jelennek meg az első félelmi reakciók körülbelül a 6-7. héten. Innentől csökken az új dolgokra való nyitottság és fokozódni kezd az idegenektől való félelem. Késztetést éreznek az emberrel való kapcsolat kialakítására és elkezdenek kötődni a gazdához.

A szocializációs időszakban minél több inger éri őket, minél több ismeretlen emberrel, tárggyal és körülménnyel ismeretjük meg őket, később annál jobban tudják kezelni ezeket a helyzeteket. Tanulmányok bebizonyították, hogy abból a csoportból származó kölykök, amelyeknek különböző feladatokat adtak és sok új ingerrel találkoztak a korai szocializációs időszakban, azok merészebbek voltak egy új tárggyal való ismerkedés során, kevésbé riadtak meg egy hangos zajtól, gyorsabban oldották meg a problémamegoldó feladatokat, és nagyobb kitartást mutattak egyes feladatokban, mint a kontrollcsoport, akiket nem tettek ki hasonló helyzeteknek [13, 14].

2.2.5. Fiatal felnőttkor (12. hét –ivarérésig)

Ez az időszak körülbelül az ivarérettség eléréséig tart, ez viszont függ az állat fajtájától, ivarától, méretétől, így 6-9 hónapos korra tehető. 10-16. héten alakul ki a dominancia a játékok során, versengenek az ételért, fekvőhelyért, játékért. Körülbelül a 16. hétre kialakul a hierarchikus sorrend a családban, mely azonban később változhat, dinamikus rendszerként működve [12, 13].

2.2.6. Felnőttkor

Az ivarérettség elérésétől beszélünk felnőtt korról, de a szociális érettség csak később, körülbelül 18 hónapos kor körül alakul ki. A tenyészettségét pedig a kutyák általában 2 éves korukra érik el. 9-18 hónapos kor között gyakran átélnek egy másodlagos félelmi periódust, ilyenkor félénkebbek, óvatosabbak lehetnek új emberekkel, helyzetekkel és tárgyakkal szemben. A kutya személyiségét nagyban befolyásolják az addigi tapasztalatai és a tanulás [12].

2.2.8. Időskor

Az öregség nem meghatározott korhoz köthető, ez fajtától függően is változhat. A kutyák életkorának előrehaladtával számos mentális és fiziológiai változás tapasztalható náluk. Ebben az időszakban romlik az érzékelés, ami nehezíti a tájékozódást, az ismert személyek, helyek felismerése is nehézséget okoz. Az eddig tanult dolgokat elfelejti, az új információk elsajátítása nehezebbé válik. Csökken az aktivitás, a pihenéssel töltött idő hosszabbra nyúlik. Előfordulhat gyakran a napirend felborulása, éjszakai járkálás, sztereotip viselkedések és sokszor agresszív viselkedést is felfedezhetünk. Fokozottabb odafigyelést és rendszeres állatorvosi ellenőrzést igényel ilyenkor az állat az előforduló viselkedési problémák, betegségek, demencia miatt [15].

2.3. Kutya és ember kötődése

Az egyik legerősebb és legtöbbet vizsgált kötődési forma az emlősökben az anya-csecsemő kapcsolat. Bowlby (1958) elmélete szerint ez a kötődés evolúciós szempontból kulcsfontosságú a csecsemő számára. Ezen elmélet etológiai alapelvei nemcsak az emberekre, de más állatokra is érvényesek. Ez egy olyan ragaszkodó magatartás, amely a társak közelségének elérésére és fenntartására szolgál [16]. Később pedig megalkották a kötődéseméletet is, amelyben megfogalmazzák a legfontosabb jellemzőit:

1. a kötődés egy velünk született motivációs rendszer része
2. biztonságos menedéket nyújt
3. a félelem és a bizonytalanság aktiválja a kötődési szükségletet
4. szeparációs helyzetben adott félelmi reakciók előrejelezhetők
5. a kapcsolat a gondozó elérhetőségén és válaszkészségén alapul
6. a szeparáció és a veszteség örökletesen traumatizáló hatású lehet

Létrehoztak egy kontrollált megfigyelési módszert a gyerekek kötődési viselkedésére, az idegen helyzet tesztet. Ez alapján kiderült, hogy a gyerekeknél 3 kötődés mintázat alakul ki, aszerint, hogy hogyan viszonyul a gondozó a csecsemőhöz és mennyire válaszkész a reakciója. Amikor az anya érzékeny a csecsemő szükségleteire és a kicsi jelzéseire reagál, akkor egy biztonságos kötődési típus jön létre. A bizonytalan-elkerülő kötődésnél a szülő figyelmen kívül hagyja a gyerek jelzéseit vagy néha elutasító magatartást mutat. A harmadik pedig a bizonytalan-ambivalens forma, ahol a szülő reakciója következetlen és kiszámíthatatlan. Az első típus az egészséges fejlődés alapja, a másik kettőnél viszont a gyerekek gyakran szoronganak és

frusztráltak lehetnek, ezekben az esetekben kialakulhat szeparációs szorongás. Később leírtak egy negyedik csoportot, a dezorganizált kötődési mintázatot [17, 18].

A kutya hasonló kötődést mutat a gazdájához, mint a gyerek a szüleihez. A házasítás óta az emberhez sokszor jobban kötődik, mint a többi kutyához. Az emberekkel való kötődésük az Ainsworth-féle idegen helyzet teszt kutyára adaptált változatával is mérhető, amely bebizonyította, hogy a kutyák viselkedési reakciói ebben a helyzetben jól megfeleltethetők a kisgyerekek viselkedésének [19]. A fő különbség a két kísérlet eredményeit tekintve, hogy a gyerekeknél a kötődés jellemzően az első életévben alakul ki, az ebeknél ez a képesség az egész életük során megmarad. Ez különösen fontos a menhelyi kutyák örökbefogadása és a gazdaváltás szempontjából is, hiszen felnőtt korban is képesek új kötődési kapcsolatok kialakítására, még meglepően rövid idő alatt is [20].

2.4. A kutya viselkedési problémái

A háziállatként tartott kutyáknál gyakran előfordulnak viselkedési problémák. Ezek közül az egyik leggyakoribb a szeparációval kapcsolatos viselkedési probléma (SRP). Kutatások szerint a kutyák 14-55%-át érinti az életük valamely szakaszában. Egyes tanulmányok alábecsülik a mértékét, mivel sokszor a gazdák nem ismerik fel a jeleket, főleg ha azok a távollétükben jelentkeznek. Ma már ez egy rendkívül összetett és komplex kifejezés. Régen csak szeparációs szorongásként emlegették, de most már tudjuk, hogy a háttérben nem csak szorongás állhat. A kutyák egy bizonyos szeparációs helyzetben megélhetnek félelmet, frusztrációt, pánikot és szorongást is. Fontos kiemelni, hogy ezek egymástól eltérő fogalmak és különböző módon jelenhetnek meg a viselkedésben is [21].

2.4.1. Frusztráció

A frusztráció az egy olyan összetett negatív érzelmi állapot, amelyet számos tényező okozhat és különböző módon nyilvánulhat meg. Gyakran akkor jelentkezik, amikor egy áhított erőforráshoz való hozzáférés akadályozott, legyen szó a gazdáról, élelemről, játékról vagy bármiről, ami a kutya számára értékes. Ezen kívül a frusztrációt okozhatja az is, ha a kutya elvárásai nem teljesülnek, például ha egy korábban megerősített viselkedésért már nem kap jutalmat, vagy ha egy számára fontos tevékenységtől megfosztják [1].

2.4.2. Szorongás

A szorongás az egy tartós, hosszútávon fennálló feszültséggel járó állapot, ahol a valódi fenyegetés legtöbbször ismeretlen. Gyakran egy elképzelt, a jövőben bekövetkezhetőnek vélt veszély okozza. A kutya tele van bizonytalansággal és fél a kontrollálhatatlanságtól [1, 22].

2.4.3. Félelem

A szorongással ellentétben a félelemnél ismerjük a kiváltó okot. A félelem egy közvetlen fenyegetésre vagy ingerre adott válasz-reakció, amely védekező, menekülő vagy ledermedési viselkedést aktivál. Gyakori kiváltó okai: más kutyák, idegen emberek, ismeretlen tárgyak, hangos zajok, hirtelen mozdulatok, bizonyos helyek (pl. állatorvosi rendelő).

A kettő érzelem jelei sokszor átfedik egymást. A fő különbség köztük, hogy a félelemnél az első választás mindig az elkerülés, ez a szociális helyzetekre is vonatkozik, ellentétben a szorongással, amikor a kutyák társas interakcióba akkor is belemennek, ha az kellemetlen számukra [1, 22].

2.4.4. Fóbia

Fóbiának nevezzük azt a kóros mértékű félelmet, amely valós fenyegetés hiányában, vagy a fenyegetést jelentő ingerhez képest túlzott mértékben jelentkezik. Gyakran egy traumatikus esemény, például egy erős vihar, hanghatás, akár bántalmazás átélése után alakul ki [1, 22].

2.4.5. Pánik

A pánik váratlanul jelenik meg egy félelmi helyzetben, az inger megjelenésekor a viselkedés irányítása kiesik a kontroll alól és extrém mértékű választ vált ki [12].

2.5. Kutyák szeparációs szorongása

A kutyák társas lények, így a gazda távolléte sokuk számára stresszes lehet. Ez természetes, de bizonyos esetekben olyan intenzív a stresszreakció, hogy szeparációs problémának tekintjük. Ez nemcsak az ebek jóllétét veszélyezteti, hanem a gazdát és a környezetét is zavarja.

2.5.1. Kialakulás tényezői

A szeparációs probléma kialakulásához több tényező hozzájárulhat [5, 23, 24]:

- Fajták: Több tanulmány szerint keverékeknél gyakrabban előfordul, viszont vannak bizonyos fajták, amelyeknél nagyobb az előfordulási gyakoriság (hazai adatok szerint: beaglek, vizslák, ölebek; külföldi adatok szerint: retrieverek, juhászkutyák, spánielek és tacsók)
- Más viselkedési problémák: Gyakran társul viharfóbiával vagy hangfóbiával.
- Túl erős kötődés: Régebbi kutatások szerint úgy gondolták, hogy ez a szorongás fő oka, miszerint, ha a kutya túlságosan ragaszkodik a gazdájához, akkor nehezebben viseli az egyedüllétet. Ma már több mindent figyelembe kell venni ennek vizsgálatánál, de úgy gondolják, hogy a gazda kötődési stílusa nagy szerepet játszhat benne.
- Korai elválasztás: Ha a kölyköt túl korán elválasztják az anyjától és a testvéreitől, az szintén növelheti a kockázatot. Habár nagyon eltérően vélekednek erről egyes szerzők, valaki egyetért, valaki cáfolja ezt az állítást.
- Betegség: Ha volt 4 hónapos kor előtti komolyabb betegség, ami miatt túlzott figyelmet kapott a kutya. Az előzőhöz hasonlóan megosztó ez a nézet is.
- Menhelyről befogadás: A menhelyről érkezett ebeknél nagyobb a szorongás kockázata. Nem teljesen tisztázott, de az egyértelmű, hogy a környezet miatt sok stresszhatásnak van kitéve az állat. A kutyák nagy része már hosszabb időt töltött komoly emberi kapcsolat/kötődés nélkül, így különösen gyorsan építenek kötődést a befogadóval és nehezen viselik annak távozását.
- Idősebb állatok: Az érzékszervek vagy a kognitív képességek romlása szorongáshoz vezethet, mivel nehezebben tájékozódnak a környezetükben, a kötődés is erősödik, részben emiatt, részben a gazda részéről is a hosszú együttélés következtében.
- Gazda viselkedése: Nem következetes, engedékenyebb gazdáknál gyakrabban előfordul, mivel hozzájárulhat a kutya bizonytalanságához. A gazdi érzelmi állapota jelentősen befolyásolja az eb hangulatát, így egy szorongó tulajdonos ráragasztja a szorongását a kutyára.
- Környezeti változások: A kutyáknál a napi rutin megváltozása vagy ijesztő események (vihar, tűzijáték, földrengés stb.) egyaránt stresszt és szorongást válthatnak ki.
- Egyfős háztartás, egyedüli állat: Egyszemélyes háztartásban és egyedüli kutyánál nagyobb valószínűséggel fordul elő ez a viselkedési probléma. Bizonyított tény, hogy

többkutyás rendszer és több ember jelenléte csökkenti a szorongást, mivel több a szociális interakció.

2.5.2. Lehetséges tünetei

A szeperációval kapcsolatos viselkedési zavar tünetei kutyánként eltérőek lehetnek, de általában az elválasztás előtt és azután 15-20 perccel jelentkeznek [25].

A távozás előtti tünetek közé tartozik:

- megnövekedett motoros aktivitás (szaladgálás, fel-alá járkálás)
- környezet pásztázása
- gazdi követése
- nyüszögés, remegés
- ásítás
- mozdulatlanság/megváltozott testbeszéd

Az elválasztás utáni tünetek súlyosabbak lehetnek:

- destruktív viselkedés (tárgyak szétrágása, ajtó/ablak kaparása)
- vokalizálás (vonyítás, nyüszítés, sírás, ugatás, buffogás, morgás)
- inaktivitás
- eliminációs problémák (bepisilés, bekakilás)
- hányás, hasmenés
- nyálzás
- remegés
- testrészek nyalogatása, rágása, farokkergetés
- szökési kísérlet

Fontos kiemelni, hogy a tünetek súlyossága és megjelenési formája egyedileg változó. A fent említett tüneteket nem minden kutya mutatja és ezeknek egyedi kombinációi is előfordulhatnak.

2.6. Macskák szeperációs szorongása

Az SRP nem csak kutyáknál, hanem macskáknál is előfordulhat. Az egyik tanulmány szerint a leggyakoribb tünetek közé tartozik az alom mellé, vagy akár a gazda ágyába, ruháira vizelet és bélsárürítés, a túlzott vokalizáció, a romboló viselkedés és pszichogén fokozott mosakodás. Ezek a viselkedésformák gyakran a tulajdonos életmódjával függnek össze. A szeperáció kockázata nagyobb volt olyan esetekben, ahol a gazdinak hosszú a munkaideje, gyakran utazik,

valaki elhunyt vagy elköltözött a háztartásból, illetve ha a cicát menhelyről fogadták örökbe 3 hónapos kor után. Érdekes módon ezek a problémák gyakoribbak egyedülálló macskatulajdonosoknál [25].

2.7. Kezelési módszerek és kiegészítő terápiás lehetőségek

A szeparációs szorongás kezelése egy összetett folyamat, amely során a kutya egyedi szükségleteit és a probléma súlyosságát is figyelembe kell venni. Több hatékony módszer létezik, amelyeket külön-külön vagy kombinálva is alkalmazhatunk [13, 26]:

- Napirend kialakítása: rendszeresen egy ütemterv alapján hagyják egyedül a kutyát, először néhány percre, majd később fokozatosan növelve az időtartamot akár több órára is.
- Biztonságos menedék: egy olyan hely kialakítása a kutya számára, ahol nyugodtan pihenhet és elbújhat, ha egyedül marad. Erre a célra alkalmas a kutyafekhely vagy használhatunk boxot is. Indulás előtt adhatunk a számára nagy értékű rágcsát vagy játékot, amit csak ilyenkor kap, valamint egy olyan ruhadarabot, amin érzi a gazda szagát.
- Fizikai és mentális lefárasztás: rendszeres mozgással és mentális stimulációval csökkenthető a stressz szintje, ezáltal a tünetek is csökkenhetnek.
- Kutyaszitter vagy kutyapanapközi: Sokat jelenthet, ha az eb nincs egyedül egész nap, hanem van, aki időnként meglátogatja vagy felügyeli néhány órára, esetleg egész nap.
- Érzelmi reakciók kezelése: Kerüljük a túl érzelmes búcsúzkodást és hazaérkezést, ami fokozhatja a kutyában a túlzott kötődést. A türelmes és következetes nevelési módszerek segíthetnek ennek a csökkentésében és támogatják a kutya önállóságát.
- Büntetés elkerülése: A kutya büntetése a távollét alatt történő rombolásért vagy szobatisztasági balesetekért nem hatékony megoldás, sőt akár súlyosbítja is a szeparációs szorongást. Ehelyett a pozitív megerősítésen alapuló tréninget kell előnyben részesíteni, amely a jó viselkedést jutalmazza.
- Viselkedésterápia, tréningek: Egy tréner segíthet a compliance (engedelmességi) tréning, habituáció (hozzászoktatás), deszenzibilizálás (érzékletlenítés), ellenkondicionálás (negatív ingerhez pozitív élmények társítása) és ezek kombinációja segítségével enyhíteni és megelőzni a szeparációs szorongást.

- Természetes kiegészítők, feromonok: Sok nyugtató hatású, stresszoldó készítmény (tabletta, kapszula, oldat, nyakörv, spray, olaj) létezik, ami természetes alapú, ezek valamilyen gyógynövény kivonatot (pl. kamilla, levendula), vitamin komplexeket, fehérjét (kazein) vagy aminosavat (L-triptofán) tartalmaznak. Továbbá kimondottan kutyák számára kifejlesztett feromon tartalmú párologtatók, sprayk segíthetnek a kedvenc megnyugtatózásában.
- Gyógyszerek: Ha súlyos a probléma, akkor vannak különböző rövid,- és hosszútávú gyógyszerek, amelyek terápia mellett használhatóak: triciklikus antidepresszánsok (TCA) - clomipramin imipramin; szelektív szerotonin visszavétel gátlók (SSRI) - fluoxetin, trazodone; monoamino-oxidáz gátlók (MAOI) – selegilin; benzodiazepinek - alprazolam, diazepam; alfa-2 adrenerg agonisták - clonidine, tasipimidine [27, 28].
- Thundershirt: Ez egy enyhe nyomást gyakorló mellény, amely az eb testére simul, ölelést imitálva. Hasznos kiegészítő eszköz lehet, amely csökkenti a szívritmust, ezáltal enyhíti a szorongásos tüneteket is [29].
- Tellington-Touch technika: Egy gyengéd érintési technika, amelynek célja a kutya idegrendszerének megnyugtatója és a stressz oldása [30].

3. Anyag és módszer

A leghatékonyabb kutatási módszernek a kérdőíves forma bizonyult. Egy elektronikus formában elérhető kérdőívet állítottam össze a Google Űrlapok segítségével, amelyet a közösségi média felületen tettem elérhetővé elsősorban kutyás témájú csoportokban. Továbbá az Állatorvostudományi Egyetem hallgatói csoportjába tettem be, különböző települések kutyatartó csoportjaiba, ismerős állatorvosok és kutya fizioterapeuták is megosztották a saját felületükön, így a válaszadók elég széles körben, országszerte kitöltötték. A kérdőív 2022. 07. 10. és 2024. 03. 14. között volt elérhető, amely összesen 52 kérdésből és 340 itemből áll, amelyek között egyszerű és többszörös feleletválasztós kérdések is szerepelnek. A kérdések a gazdák alapadataira kérdeznak rá, mint a tulajdonos neme, életkora, családi állapota és a háztartásban élő gyerekek száma. Továbbá megkérdeztem a kutyák nemét, korát, fajtáját, származását, tartási helyét, vele együtt tartott állatokat.

Érdekelt, hogy a kutya mennyi idős volt, amikor hozzájuk került és volt-e 4 hónapos kora előtt valamilyen betegsége és azóta történt-e valami változás az életében (költözés, felújítás, kutya/gazda komolyabb betegsége, sérülése, baba érkezése). A kutya aktivitásával foglalkozó kérdések között szerepelt, hogy milyen gyakran viszik el sétálni, és sétán kívül van-e valamilyen más program, ahova elviszik a kutyát, például kutyafuttatóba, kutyaiskolába járnak vagy kirándulni. Hogy néz ki a kutya napirendje, kiszámítható vagy nem, egy nap mennyi időt tölt testmozgással átlagosan.

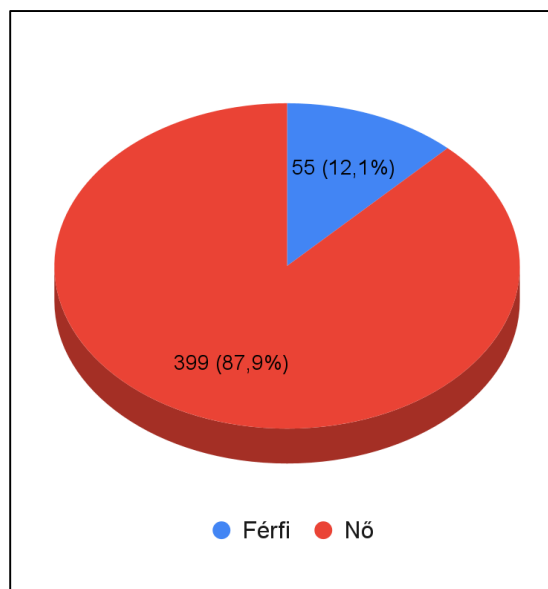
A fő kérdés pedig a szeparációs helyzet, így ezzel kapcsolatban tettem fel a legtöbb és legváltozatosabb kérdéseket. A kérdések között szerepelt, hogy a kutya mennyi időt tölt egyedül és milyen gyakran, ilyenkor kertben, lakásban, kennelben vagy hol tartózkodik az eb. Kíváncsi voltam arra is, hogy a gazda hogyan éli meg ezt a helyzetet, amikor egyedül hagyja a kis kedvencét, milyen érzések kavarnak benne, úgy gondolja-e hogy megviseli-e a kutyáját. Készítettem több részletes táblázatot is, amelyben összeszedtem a szeparációs szorongásra jellemző tüneteket különböző helyzetekben, ezeket a tulajdonosnak soronként be kellett jelölnie, hogy mennyire észleli ennek a jeleit és ezek mikor jelentkeznek. Továbbá hogyan távozik otthonról (elköszön a kutyától, sajnálkozik, kilopózik stb.), mivel tudja ezidő alatt lefoglalni magát a kutya és visszaérkezéskor hogyan köszönti az ebet (ujjongva, eldobja neki a labdát, leszidja a rombolást látva).

Az utolsó kérdéssor vizsgálta, hogy mióta tapasztalja a problémát a gazdi és milyen segítséget vett eddig igénybe, az megoldotta-e a problémát vagy nem, ha nem, akkor milyen további lépéseket hajlandó megtenni a javulás érdekében.

A beérkezett adatok feldolgozásához a Microsoft Office Excel 2016 programot használtam.

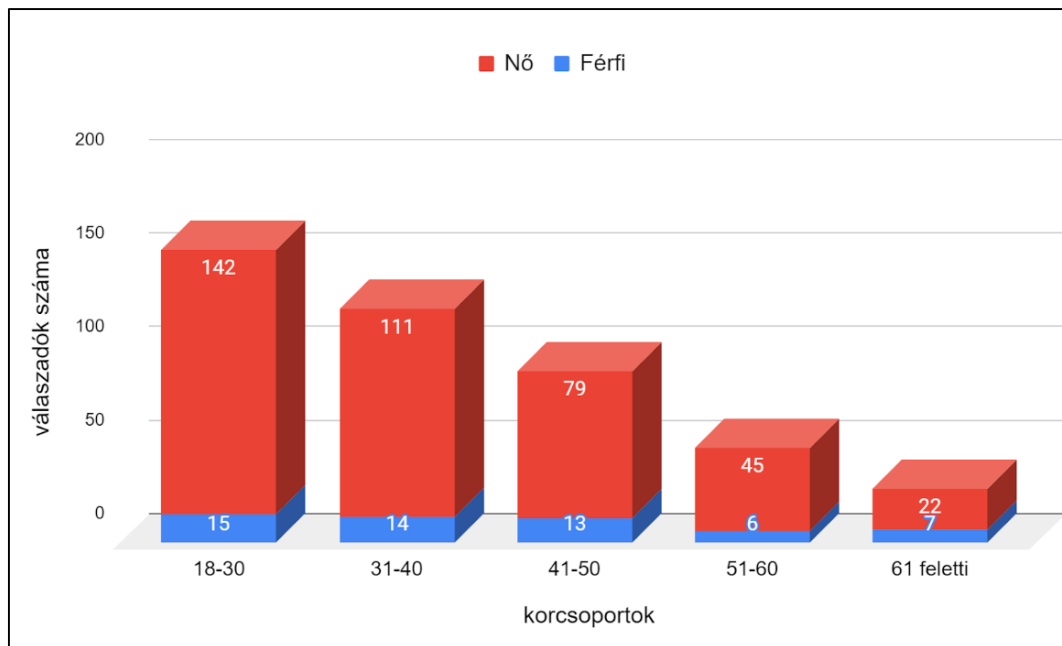
4. Eredmények

Az online kérdőívet összesen 460 kutyára vonatkozóan töltötték ki. A válaszadók többsége nő, méghozzá 87,9%-uk, így a férfiak alulmaradva csak 12,1%-ban járultak hozzá a kérdőív kitöltéséhez, 5-en pedig nem kívánták megadni a nemüket (1. ábra). A férfiak esetében a családi állapot tekintetében a következő megoszlás figyelhető meg: 36,4%-uk egyedülálló, míg 38,1%-uk házas, további 20%-uk párkapcsolatban vagy élettársi kapcsolatban él. Továbbá, 3,6% özvegy és 1,8% elvált. Ezzel szemben a nők körében a párkapcsolatban vagy élettársi viszonyban lévők vannak a legnagyobb arányban 36,7%-al, majd a házasok következnek 32,9%-al, az egyedülállók aránya 23,1%. Emellett 4,8% elvált és 2,5% özvegy. A felmérésben résztvevők közül csak 15,2%-ának van gyereke.



1. ábra: Tulajdonosok

Az átlagéletkor 38 év a kitöltők között, ezt az is mutatja, hogy elsősorban 18-40-es korosztály vett részt a kitöltésben, a válaszadók 62%-a. Egyértelműen látható, hogy a kor előrehaladtával exponenciálisan csökken a válaszadók száma, 61 éves kor felett már csak 29-en szerepeltek a tulajdonosok sorában, ez mindössze 6%-uk (2. ábra).



2. ábra: Válaszadók megoszlása kor és nem szerint

Kíváncsiak voltunk arra, hogy vajon a szeparáció előfordulása gyakoribb-e bizonyos nemnél vagy adott családi körülményeknél.

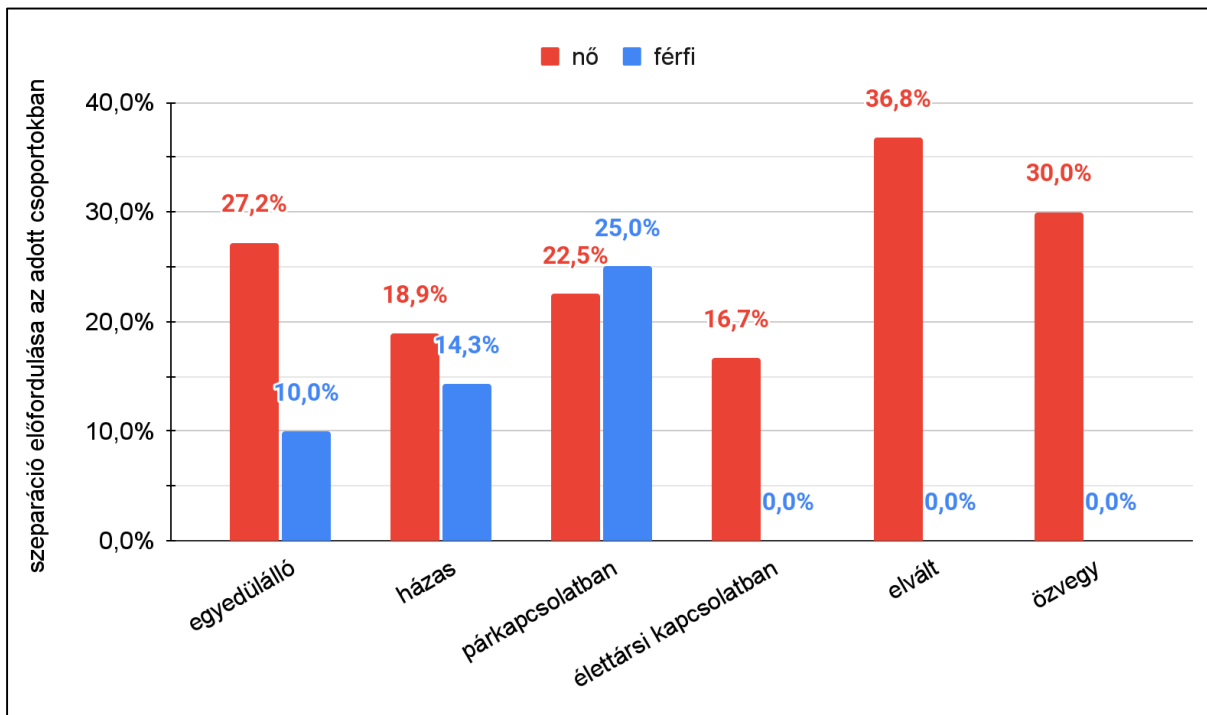
A nemek között jelentős eltérést figyeltünk meg: a női tulajdonosok kutyáinak 22,3%-ánál, míg a férfi tulajdonosok kutyáinak csak 12,7%-ánál jelentkezik szeparációs probléma. Ezen túl gyakrabban fordul elő gyermektelen felnőttek esetén, mint azoknál, akiknek van gyerekük.

A 3. grafikon alapján a kutyák szeparációs szorongása gyakoribb a női gazdák esetében, különösen az egyedülálló (27,2%), elvált (36,8%) és özvegy nők (30,0%) kiskedvencei körében. Egyes kutatások szerint a női nemi hormonok (ösztrogén, progeszteron) befolyásolhatják a szorongásra való érzékenységet és ezek a hormonális ingadozások jelentős hatással lehetnek a hangulatra és a mentális egészségre, gyakran kapcsolatba hozhatók szorongással és depresszióval. Ennek következményeként a nők érzelmi állapota hatással lehet kutyáik viselkedésére, így a szorongásuk gyakran átadódik a kutyákra, ami potenciálisan növeli a szeparációs problémát.

A férfiak kutyái közül a párkapcsolatban élők között a legmagasabb az előfordulás (25,0%). A nőkkel ellentétben az egyedülálló férfiaknál a legritkább (10,0%), nem beszélve az élettársi kapcsolatban/özvegy/elvált családi állapotokról, ahol egyáltalán nem tapasztaltak ilyen problémát. Azonban fontos megjegyezni, hogy a kérdőívet kitöltő férfiak közül kevesen

tartoznak az utóbbi három csoportba, és közülük egyik gazda sem tapasztalt szeparációs viselkedést.

Kutyák esetében a szeparációs szorongás előfordulásában nincs jelentős nemi különbség: a viselkedési problémával küzdő kutyák 55,1%-a szuka, a többi pedig kan. A hasonló arányok alapján a tünetek megjelenése nem köthető egyértelműen a kutyák neméhez.

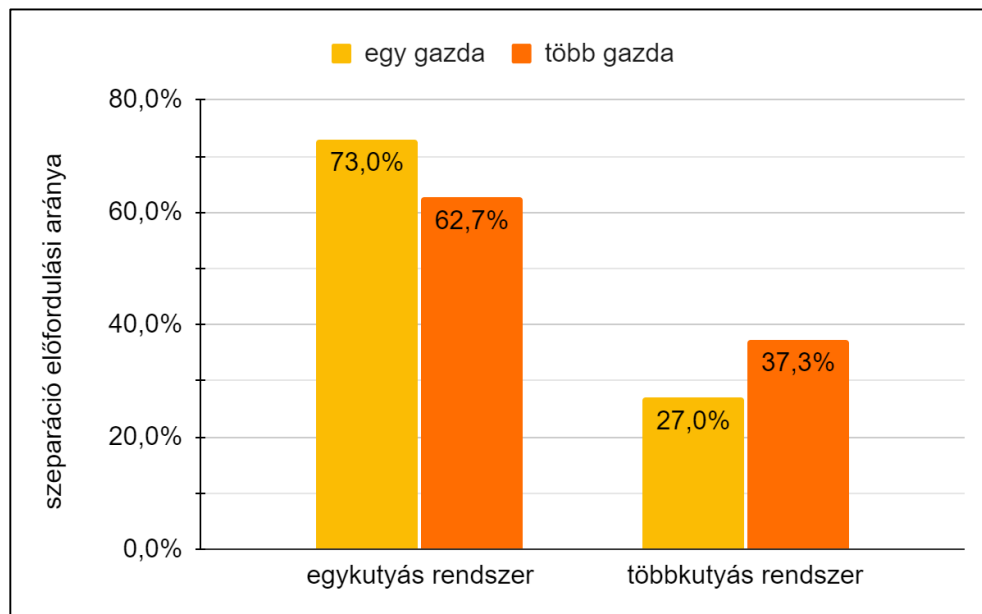


3. ábra: Szeparáció előfordulása a gazda családi állapota és neme szerint

Az egyedüli kutyatartás az elmúlt évtizedekben egyre elterjedtebbé vált. Ennek hátterében elsősorban a városi életmód, a kisebb lakóterek, az időhiány és a korlátozott anyagi lehetőségek állnak. Ez a tendencia megfigyelhető a mi adataink alapján is, mivel az itt szereplő összes kutya 63,6%-át egyedül tartják, míg 36,4%-ukat fajtársával együtt. Viszont ez a felállás növeli a szeparációs szorongás kockázatát, mivel a kutya társas lény, akinek természetes igénye a társas interakció és a fajtársakkal való kapcsolat.

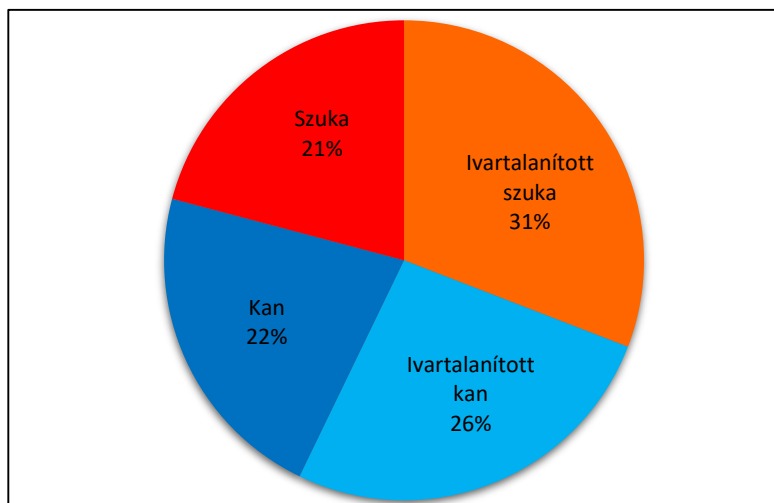
Ennek tükrében megvizsgáltuk a szeparációs szorongás előfordulási arányát az egy- és többkutyás rendszerekben, valamint egy és több gazda esetén (4. ábra). Ez alapján láthatjuk, hogy az egykutyás rendszerekben magasabb a szeparációs szorongás előfordulási aránya, mint a többkutyás rendszerekben és egy gazda mellett 73,0%-ban fordul elő, több gazda esetében

62,7%-ban. Ami meglepő, hogy többkutyás rendszernél gyakrabban fordul elő többgazdás rendszerben (37,3%), mint egyetlen gazdánál (27,0%). Lehetséges magyarázat, hogy ha egy kutyának több gazdája van, előfordulhat, hogy a nevelési módszerek és a napi rutinok eltérnek. Az egyik gazdi például engedékenyebb lehet, míg a másik szigorúbb, vagy különböző időpontokban foglalkoznak az ebbel. Ez bizonytalansághoz és frusztrációhoz vezethet, ami különösen akkor fokozhatja a szorongást, amikor egyedül marad.



4. ábra: Szeparáció megoszlása a kutyák és gazdák száma alapján

A kutyákat vizsgálva közel azonos a nemek aránya, a szuka kutyák 52%-ban fordulnak elő, a kanok 48%-ban. A kérdőívben résztvevő kutyák 57%-a ivartalanított, tehát nagyobb számban vannak, mint az ivaros ebek (5. ábra). Különösen pozitív visszajelzés ez az állatorvosoknak, hiszen nő a felelős állattartás ilyen szempontból. Az adatok azt mutatják, hogy a férfi tulajdonosok kevésbé támogatják az ivartalanítást, amit a saját rendelői tapasztalataim is alátámasztanak. A férfi gazdák kutyáinak mindössze 43,6%-a ivartalanított csak, míg a női gazdák esetében ez az arány 59,1%.



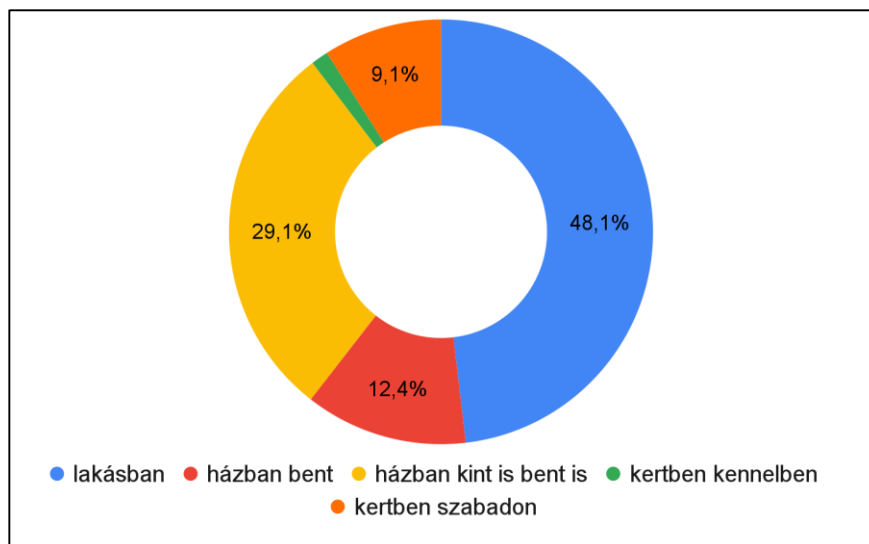
5. ábra: Ivarok aránya

4 korcsoportot hoztam létre, csak 2 kutya szerepelt a 4 hónaposnál fiatalabbak között, 1 kan és 1 szuka. Szerencsére ilyen fiatal korban még nem szokott előfordulni a szeparációs szorongás, ez a viselkedés ebben a korban tanulódik. 4 hónagnál idősebb, de 1 évnél fiatalabb korcsoportban már összesen 23 kölyök képviselte magát. A kérdőívben szereplő legtöbb kutya 1-7 éves kor közötti, kevesebb, mint a fele már idős, 8 év feletti, az ivararányok eloszlása pedig nagyon hasonló, az időseknél azonos (1. táblázat). Az itt megjelent kutyáknál 5,4 az átlagéletkor. 1 éves kor felett és idősödő ebeknél már komoly gondot jelent a szeparáció, ezzel már foglalkozni kell mindenképp. A mi adataink alapján az összes eb 21,3%-a küzd ezzel a problémával, a 3. korcsoport 20,6%-ánál fordul elő, míg a 4. csoport 22,4%-ánál. Ez is egyezést mutat az eddigi szakirodalommal, hogy az idős állatoknál gyakrabban láthatjuk, hogy sok változáson mennek keresztül (életmódbeli, környezeti változások, egészségügyi problémák, kognitív diszfunkció), amit nehezebben viselnek és ezek sokszor szorongáshoz vezetnek.

1. táblázat: Kutyák száma korcsoportonként

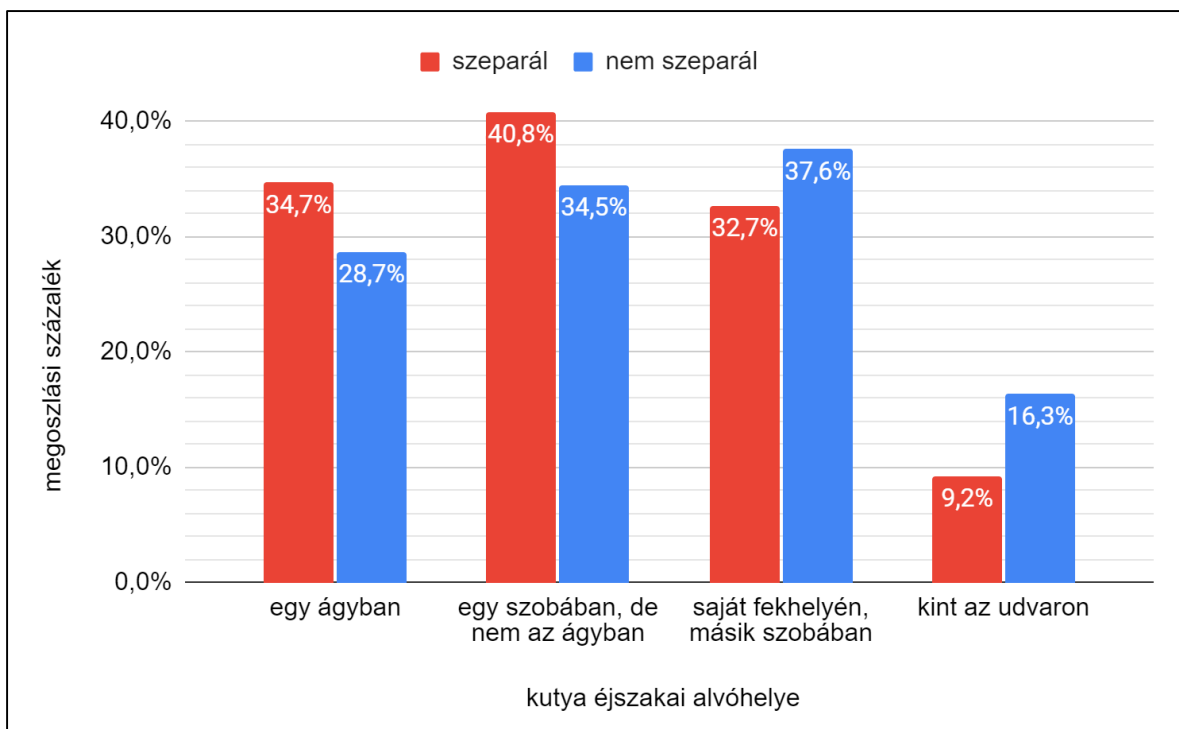
	1. korcsoport: 4 hónap alatt	2. korcsoport: 4 hónap-1 év	3. korcsoport: 1-7 éves	4. korcsoport: 8 év felett
Kan	1	9	145	67
Szuka	1	14	156	67

A kutyák tartását illetően, a tulajdonosok a legtöbb kutyát lakásban vagy házban tartják bent, 60,5%-ban, kint és bent egyaránt 29,1%-ban és végül a kertben 10,4%-ban tartják a kedvencüket, ebből mindösszesen kinti kennelben a gazdik 1,3%-a tartja (6. ábra). Ma már egyre elterjedtebb, hogy ha kertben is tartják az ebet, akkor is bemehet a lakásba/házba, vagy éjszaka bent alszik, mivel társállatként tekintenek rá, családtagnak minősül és nem csak házőrző tevékenységet lát el. Azok a kutyák, akik több időt töltenek egy légtérben a gazdival és közelebb helyezkednek el hozzá, feltehetően erősebb kötődést alakítanak ki, a kertben tartott társaikhoz képest. Ezeknél a kutyáknál elválasztáskor gyakrabban nyilvánul meg viselkedési problémákban, a mi adataink alapján a szeparációs problémával küzdő kutyák több mint kétharmada (70,2%) lakásban vagy házban bent él.



6. ábra: Tartási helyek

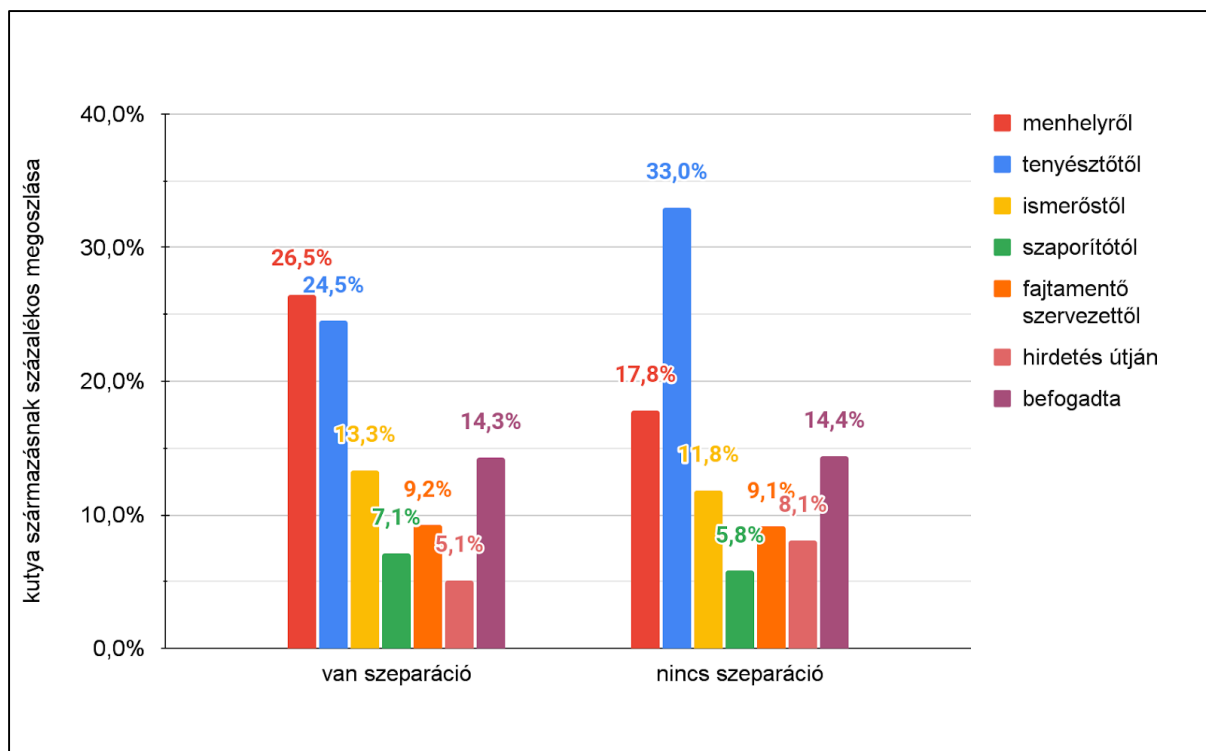
A szeparációs tünetek megjelenését nemcsak a kutya tartási helye befolyásolhatja, hanem az is, hogy hol tölti az éjszakát. Az eredmények alapján (7. ábra) egyértelműen látszódik, hogy az eb minél közelebb helyezkedik a gazdihoz, annál nagyobb arányban fordul elő a szeparációs viselkedés. Ahol egy ágyban (34,7%) vagy egy szobában (40,8%) alszanak együtt a kutyával, ott nagyobb a szeparációs arány, ellentétben azzal, amikor másik szobában (32,7%) vagy kint (9,2%) alszik az állat a kertben.



7. ábra: Kutya éjszakai alvóhelye és a szeparáció összefüggése

A kutyák sok különböző helyről származhatnak, ahogy a 8. ábra is mutatja. Ha alaposan megnézzük az adatokat, látható, hogy a szeparációs szorongást mutató és nem mutató ebek származási helye között nincs jelentős különbség, kivéve a menhelyről és tenyésztőtől származó kutyák esetében. A szeparációval küzdő kutyák legnagyobb arányban 26,5%-al menhelyről érkeztek, 24,5% pedig tenyésztőtől. Ezzel szemben, ahol nem fordul elő az adott viselkedési probléma, 17,8%-uk menhelyről származik, de még nagyobb arányban, 33,0%-uk tenyésztőtől jön.

Lehetséges magyarázat, hogy a menhelyi kutyák gyakran traumatikus élményeket éltek át, amelyek hosszú távon befolyásolhatják a viselkedésüket. Ezeknek a kutyáknak a szocializációja is eltérhet a tenyésztőknél felnövő kutyákétól, nincs olyan biztos és stabil háttér, mint egy tenyésztői közegben.



8. ábra: Összefüggés a kutya származása és a szeparációs szorongás között

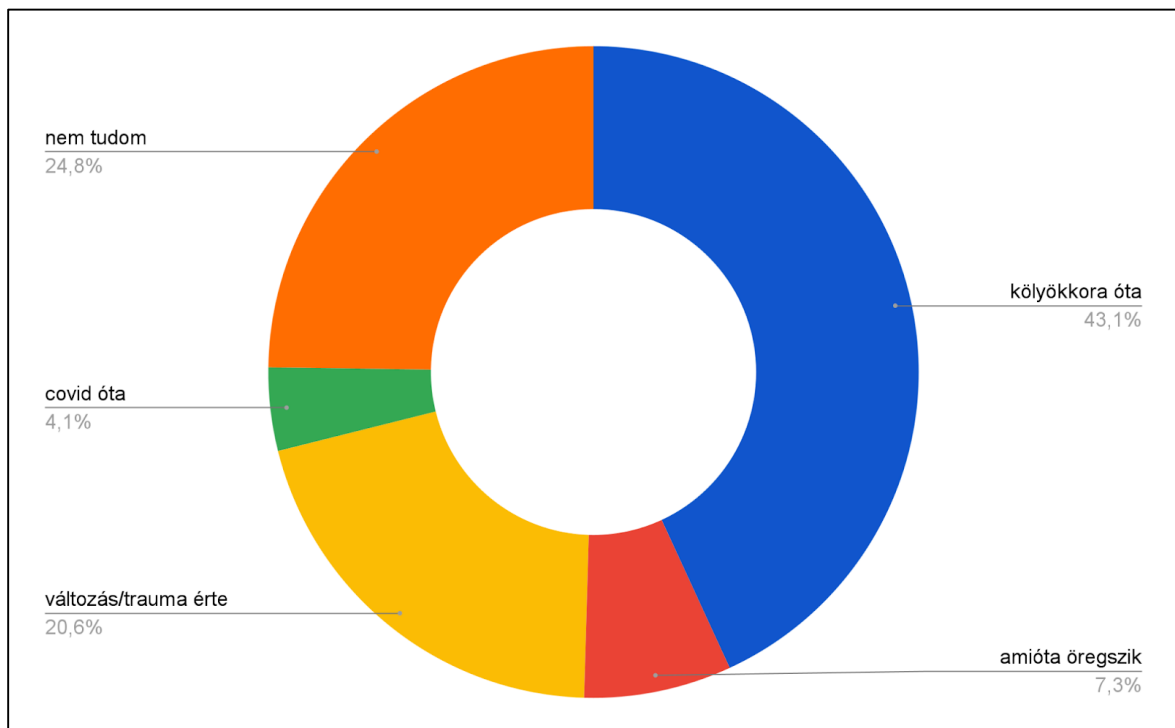
Ki szeretnénk volna deríteni, hogy van-e összefüggés a mi mintánk alapján a kutya ivartalanítási időpontja (korai ivartalanítás), 4 hónapos kora előtti komolyabb betegsége vagy átélt trauma/jelentősebb változás és a szeparációs szorongás között.

Egyes szakirodalmak szerint a 4 hónapos kor előtti komolyabb betegség növelheti a kutya szeparációs szorongásának kockázatát, különösen akkor, ha a betegség hosszú távú stresszt és szocializációs hiányosságokat eredményezett. Továbbá ilyenkor a gazda gyakran több figyelmet fordít a betegre, ami erősítheti a kötődést és a betegség utáni időszakban, amikor ez a fokozott figyelem megszűnik, a kutya szoronghat, mert nehezen viseli a gazdi távollétét. Néhány kutatás hasonlóan vélekedik a korai ivartalanítás és szeparáció kapcsán az említett okok miatt. Emellett a viselkedés szabályozásában kulcsfontosságú hormonok (ösztrogén és tesztoszteron) szintjének csökkenése szintén közrejátszhat.

A mi kérdőívünkben szereplő kutyaainknál ez az összefüggés nem mutatható ki. Mivel közel azonos arányban fordul elő a szeparáció a fél éves kor előtt ivartalanított (17,6%) és a fél éves kor után ivartalanított (18,4%) ebeknél. Ugyanez igaz a 4 hónapos kor előtt átélt betegségeknél, ahol jelen volt ott a szeparáció aránya 22,2%, ahol pedig nem volt betegség 19,2%.

Fontos megjegyezni, hogy a korai ivartalanítás/betegség és a viselkedési problémák közötti kapcsolat nem minden kutatásban bizonyul egyértelműnek. Egyes tanulmányok nem találtak szignifikáns összefüggést, ami arra utalhat, hogy más tényezők, például a genetika, a környezet és a nevelés szintén fontos szerepet játszanak a kialakulásában.

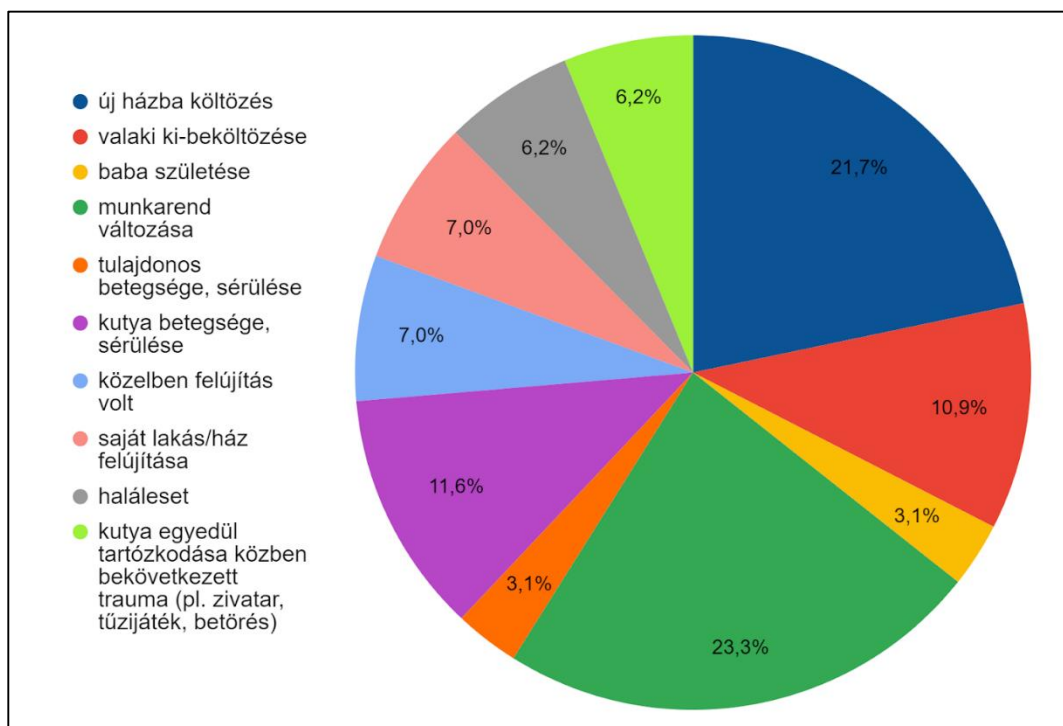
További kérdésünk az volt, hogy mióta tapasztalják ezt a viselkedési problémát a kedvencüknél (9. ábra). A válaszokból kiderül, hogy a kutyák jelentős részének (43,1%) már kölyökkorától kezdve megfigyelhető a probléma. 20,6%-uknál konkrét esemény (pl. költözés, betegség), míg 7,3%-ában az öregedéssel összefüggő változások (pl. egészségügyi problémák, érzékszervi romlás) indították el a szorongást. Az esetek további 4,1%-ában a COVID-19 járvány okozta változások állhatnak. Mivel a fokozott otthonlét és a hirtelen elválások jelentős stresszt idézhetnek elő a kutyák számára. Egy jelentősebb csoportot (24,8%) a végére hagytam, amelybe azok a gazdik tartoznak, akik nem tudják pontosan, hogy mi váltotta ki vagy mióta áll fenn ez a probléma a kutyájuknál. Ez arra utal, hogy a szeparációs szorongás sok esetben rejtett okokból eredhet, és a gazdik számára nehéz lehet azonosítani a kiváltó tényezőket (akár egy olyan esemény, aminél a gazdi nem volt jelen).



9. ábra: Szeparációs szorongás kiváltó tényezői (mióta áll fenn a probléma)

Kiderítettük, hogy a kérdőívünkben szereplő szeparációs szorongással küzdő kutyák 75,5%-a élt át valamilyen traumát élete során vagy jelentősebb változás történt a környezetében. A 10. ábrán láthatóak ezek az események százalékos megoszlásban.

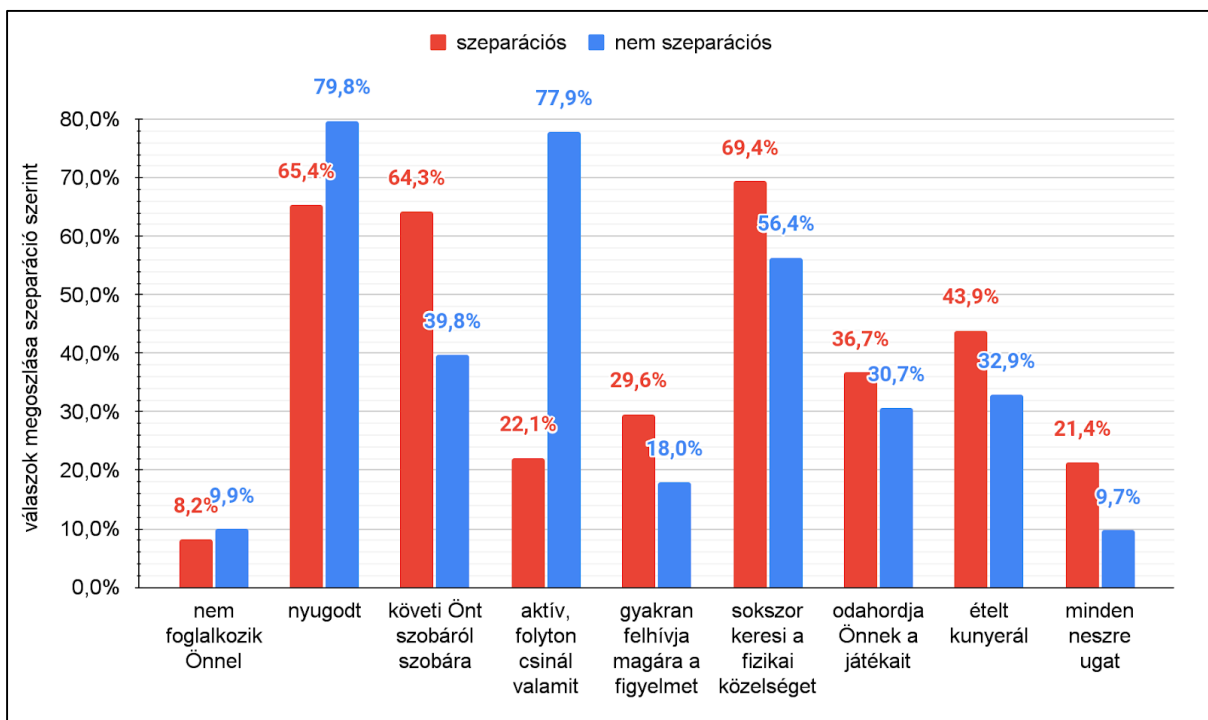
A leggyakoribb esemény a munkarend változása (23,3%), amit az új házba költözés követett (21,7%). A kutya betegsége vagy sérülése szintén jelentős tényező (11,6%), ahogyan valaki ki- vagy beköltözése is (10,9%). Ezek az események jelentős változásokat hoznak a kutya életében, és felborítják a megszokott rutint, ami szorongáshoz vezethet. Emellett a felújítások, különösen a saját otthonunkban vagy a környéken zajló munkálatok is stresszel járhatnak a hangos zajok és az idegenek jelenléte miatt. Fontos megjegyezni, hogy egy haláleset (6,2%) nemcsak az ember, hanem a kutya számára is megterhelő lehet, főleg ha egy háztartásban éltek együtt. De akár akkor is szorongáshoz vezethet, ha nem erről van szó, hanem a gazdi számára fontos személyt veszített el és a kutya megérzi a gazdi rossz hangulatát.



10. ábra: Kutya életében jelentős események, változások

Érdekelt, hogy amikor a tulajdonos otthon tartózkodik, akkor hogyan viselkedik a kutya és ennek, hogy alakul az aránya a viselkedési problémát illetően. Két esetben kiemelkedő a szeparációval nem küzdők aránya: amikor nyugodt (79,8%) a kutya és amikor aktív (77,9%) és

lefoglalja magát valamivel. A többi esetben láthatjuk, hogy amikor állandóan követi a kutya a gazdát (64,3%), gyakran keresi a fizikai közelséget (69,4%), abban az esetben szeparációhoz vezetnek. Ezekben az esetekben gyakrabban fordul elő destruktív viselkedés (kaparja az ajtót/ablakot, rombol stb.), intenzívebb hangadások (ugatás, nyüszítés), amikor a gazda kizárja/elzárja a kutyát vagy amikor magára hagyja. Láthatjuk, hogyha az eb nem függ annyira a gazdájától és el tudja magát foglalni egyedül, akkor sokkal kevésbé jelenik meg a szeparációs viselkedés. Az esetek kis százalékában nem is foglalkozik a gazdával vagy a környezetre koncentrálni és minden neszre ugat (11. ábra).

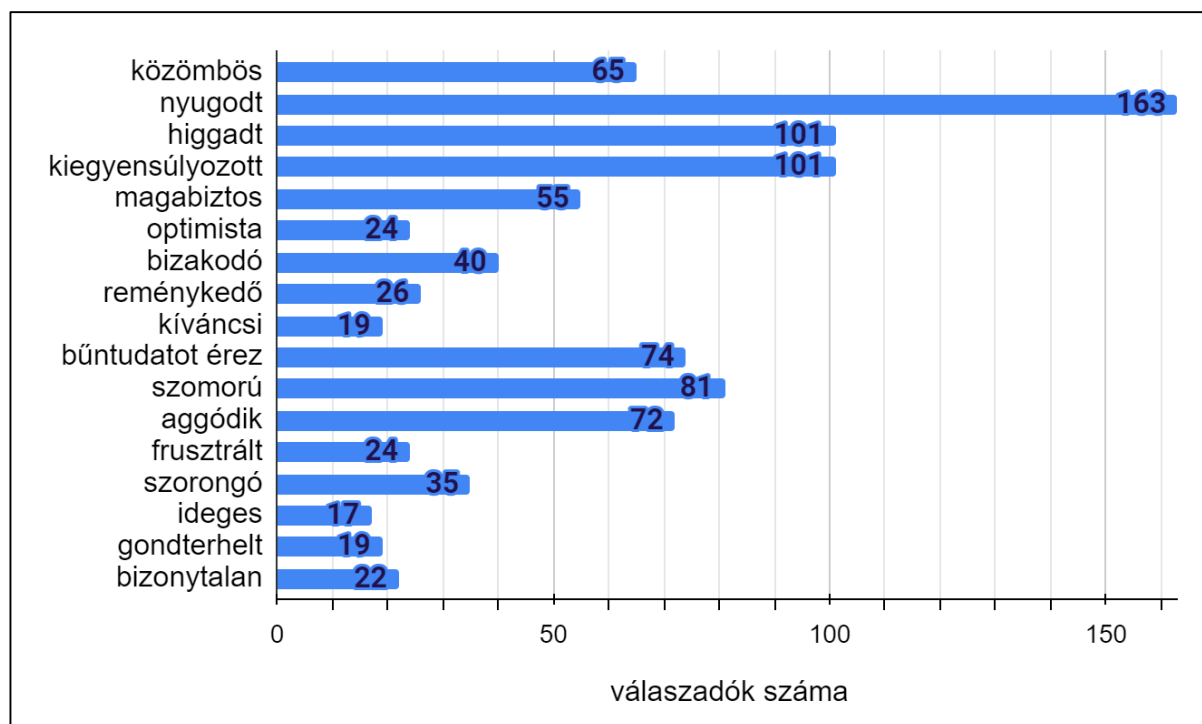


11. ábra: Kutya viselkedése, amikor Ön otthon van (szeparáció vonatkozásában)

Mivel a szeparációs kutyák legtöbbször nagyon könnyen hangolódik a gazdája lelkiállapotára, ezért fontos volt vizsgálni, hogy a gazda hogyan érzi magát induláskor, amikor egyedül fogja hagyni a kis kedvencét. A kitöltés során több lehetőséget is lehetett választani, nagyon vegyes válaszok érkeztek be. A válaszadók 14,6%-a közömbös, míg 36,5%-uk (n=163) nyugodtnak vallja magát, amikor magára hagyja a kutyát. A gazdák azonos arányban 22,6%-ban (n=101) higgadtak és kiegyensúlyozottak. Az 12. ábra szerint azonban a tulajdonosok több mint a fele sok negatív érzést is felsorolt. Ezek közül a leggyakoribb a szomorúság (n=81) vezet 17,8%-al,

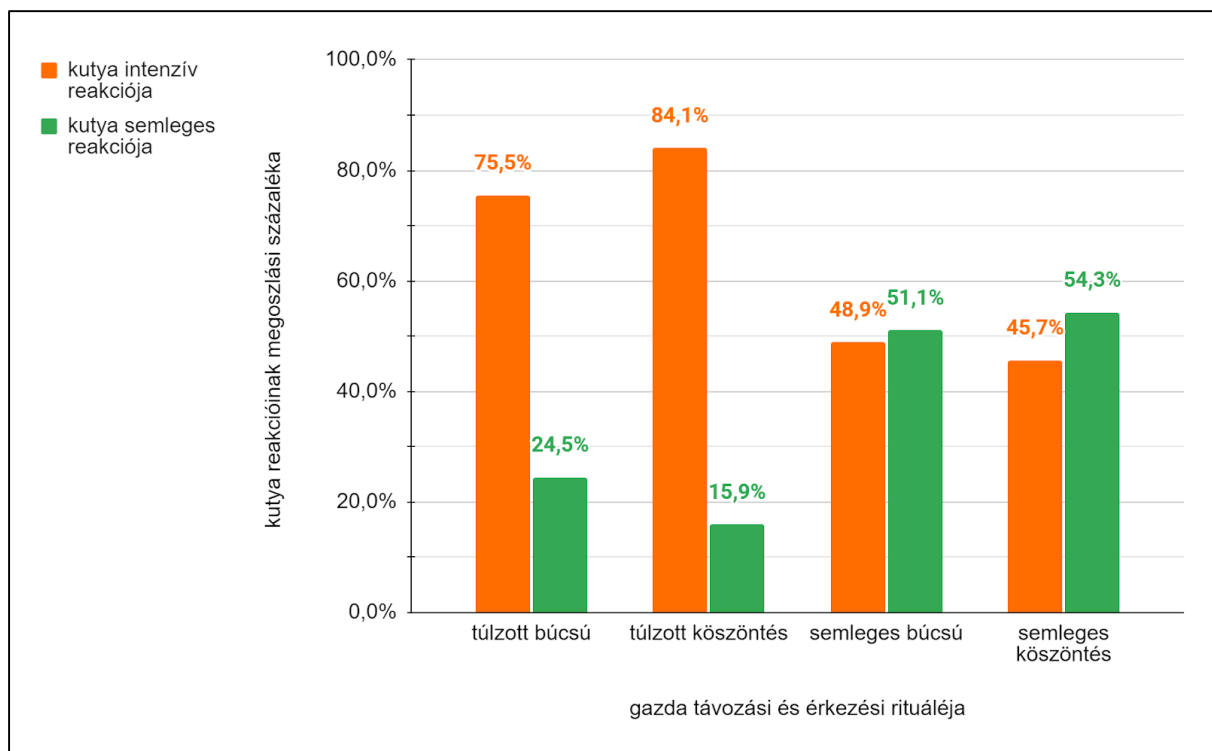
további 15,8%-uk aggódik (n=72). A negatív érzések inkább nőknél jelentkeznek, a büntudatot érző (16,6%) válaszadók közül a 74-ből mindössze 4 férfi, 72 aggódóból 7 férfi, míg a 35 szorongó közül csupán 3 férfi volt. A kutya megérzi a gazdája rossz lelkiállapotát és átragadhat rá ugyanúgy a szorongás, bizonytalanság, idegesség, aggodalom. Ha a kutya azt tapasztalja, hogy a gazdi távozása negatív érzésekkel jár, akkor megtanulhatja, hogy a gazda távolléte veszélyt jelenthet, tehát a gazdi távozása szorongást válthat ki nála. A kérdőív adatai szerint a szeparációs szorongással küzdő kutyák tulajdonosainak 86%-a csak negatív érzelmeket tapasztal, amikor elindul otthonról. Közülük 15,3% idegesnek érzi magát, 12,2% arról számolt be, hogy gombócérzés van a torkában indulás előtt, míg további 2,0% erős szívdobogást tapasztal. Ezek a tünetek mind az erős szorongás jelei, így nem meglepő, hogy a kis kedvencük átveszi a gazda lelkiállapotát és szorongásos tüneteket mutat.

12. ábra: Gazdik érzései induláskor



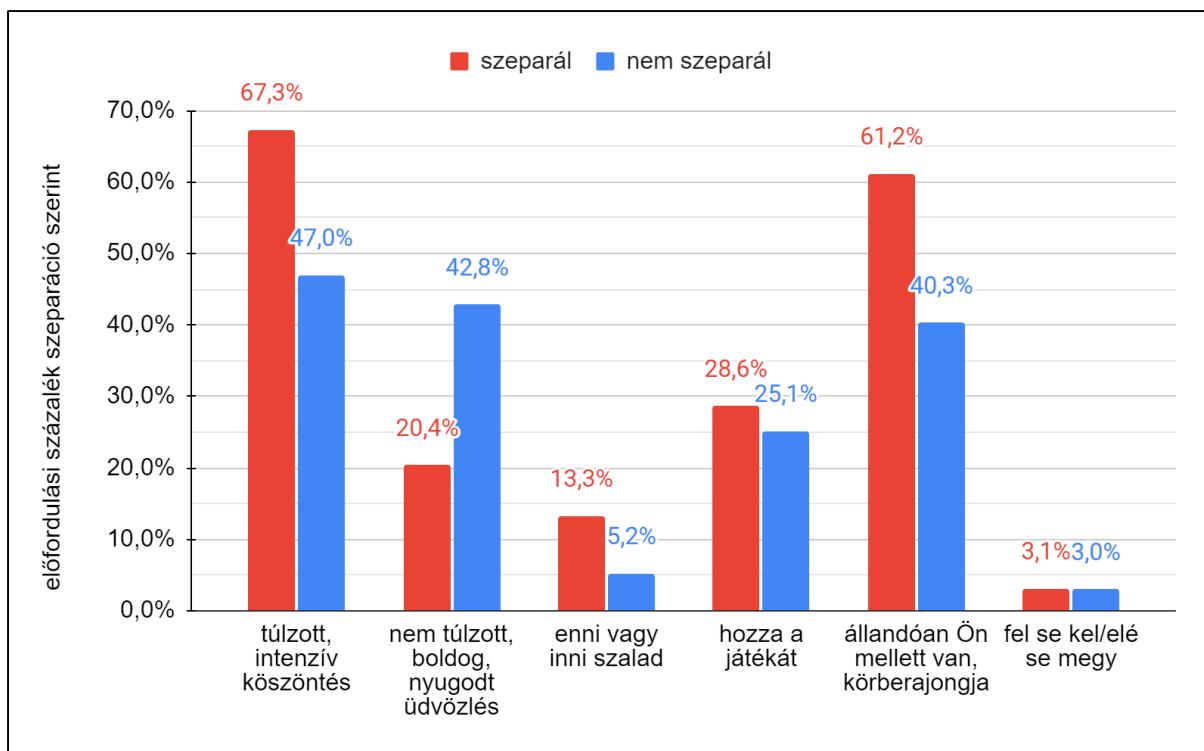
Szerettük volna megtudni, hogy a gazda búcsúzási és köszöntési szokásai milyen mértékben befolyásolják a kutya reakcióit. Nagyon szépen kirajzolódik a 13. ábrán az összefüggés, miszerint a kutya a gazda viselkedését tükrözi. Amikor a gazdi nagyon hosszasan és érzelmesen búcsúzik vagy üdvözli kedvencét, akkor egyértelműen megfigyelhető, hogy a kutya is

intenzíven reagál: körbeugrálja, fel-alá szaladgál. A gazda semleges viselkedésénél már nem ilyen kiemelkedő a különbség, de több mint a kutyák fele nyugodt marad.



13. ábra: A gazda búcsúzási és üdvözlési rituáléja és a kutya válaszreakciói

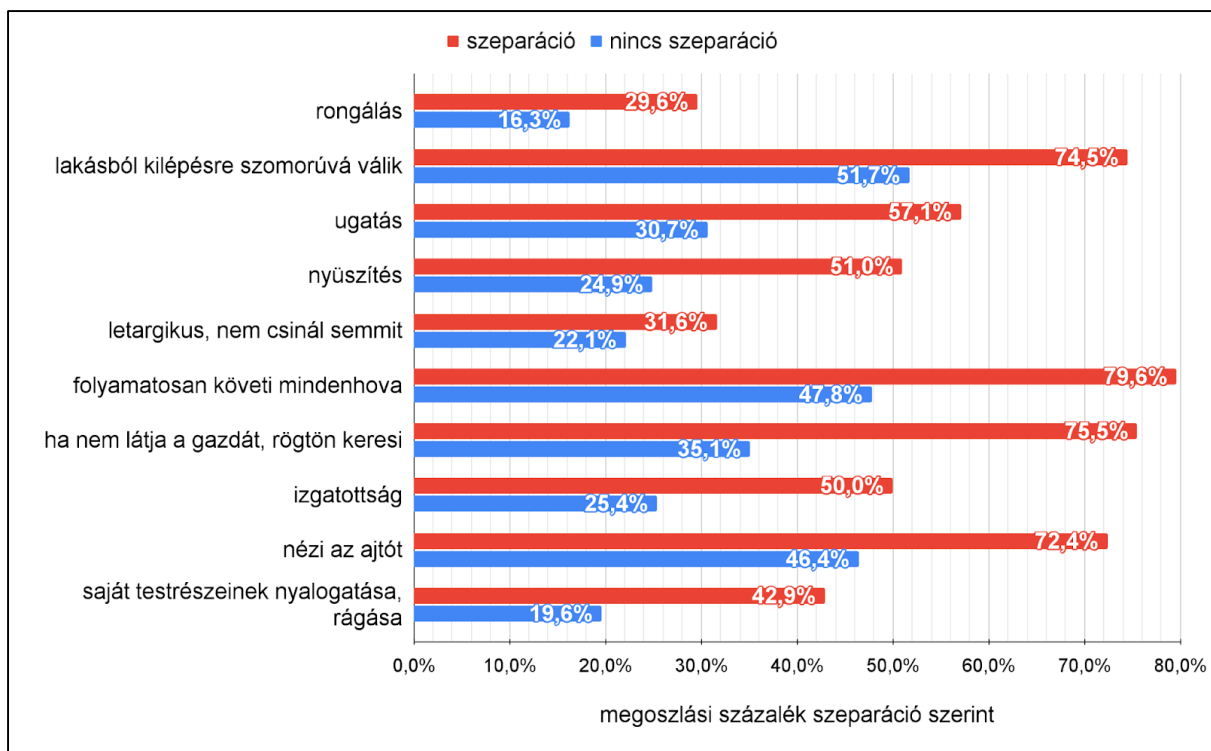
Tovább elemeztük, hogy a kutya hogyan köszönti a gazdát érkezéskor, mivel ezek a reakciók gyakran hasznos információkkal szolgálhatnak a szeparációs szorongás szempontjából. A szeparációval összefüggő viselkedések leggyakrabban a következők: túlzott, intenzív köszöntés (67,3%), állandóan gazda mellett van és körberajongja (61,2%), továbbá enni vagy inni szalad (13,3%). Az utóbbi azért érdekes, mivel a kutyák egy része, akik szorongással küzdenek, gyakran egész nap nem esznek, nem isznak, csak fekszenek. Mikor végre megérkezik a gazda, akkor felszabadulnak a gátlás alól és próbálják újra kielégíteni az alapvető szükségleteiket. Amikor a kutya kiegyensúlyozott és boldogan, nyugodtan köszönti a gazdát, ott láthatjuk, hogy a szeparáció jelentősen kisebb arányban fordul elő (20,4%) és nagyobb arányban (42,8%) figyelhető meg azoknál a kutyáknál, akiknél ez a probléma nem áll fenn (14. ábra).



14. ábra: Kutya köszöntési módjai gazda érkezésekor

A kérdőívben szerepelt egy kérdés: „Érzékeli-e a kutyájánál a következő viselkedéseket, amikor a kutya látja, hogy egyedül fogja hagyni?”

Azoknál a kutyáknál, akiknél a gazda nem tapasztalt szeparációs szorongást, a negatív viselkedések jóval ritkábbak. Ezek az állatok nyugodtabban viselkednek, kevesebbet ugatnak, nyüszítenek és kevésbé hajlamosak rongálásra. Ezzel szemben a szeparációs szorongással küzdő kutyáknál a leggyakoribb viselkedés, hogy mindenhová követik a gazdájukat (79,6%), ha pedig eltűnik a látóterükből, kétségbeesetten keresni kezdik (75,5%), és amikor a gazdi távozik, akkor szomorúvá válnak (74,5%). Gyakran előfordul az is, hogy az ajtót figyelik (72,4%), illetve a saját mancsukat nyalogatják, rágsálják (42,9%)(15. ábra).



15. ábra: Gazda indulásakor kutya viselkedése

A szeparációs szorongásra legjellemzőbb specifikus és nem specifikus jeleket felsoroltam és kértem a gazdát, hogy jelölje meg, hogy ezekből miket tapasztal a kutyán és milyen gyakran. A kérdés: „Érzékeli-e a kutyájánál a következő viselkedéseket, az Ön hiányában? (szeparációs helyzetben, pl. kamerán figyelve vagy nyomát látva hazaérkezéskor) *Minden sorban jelöljön meg egy választ”.

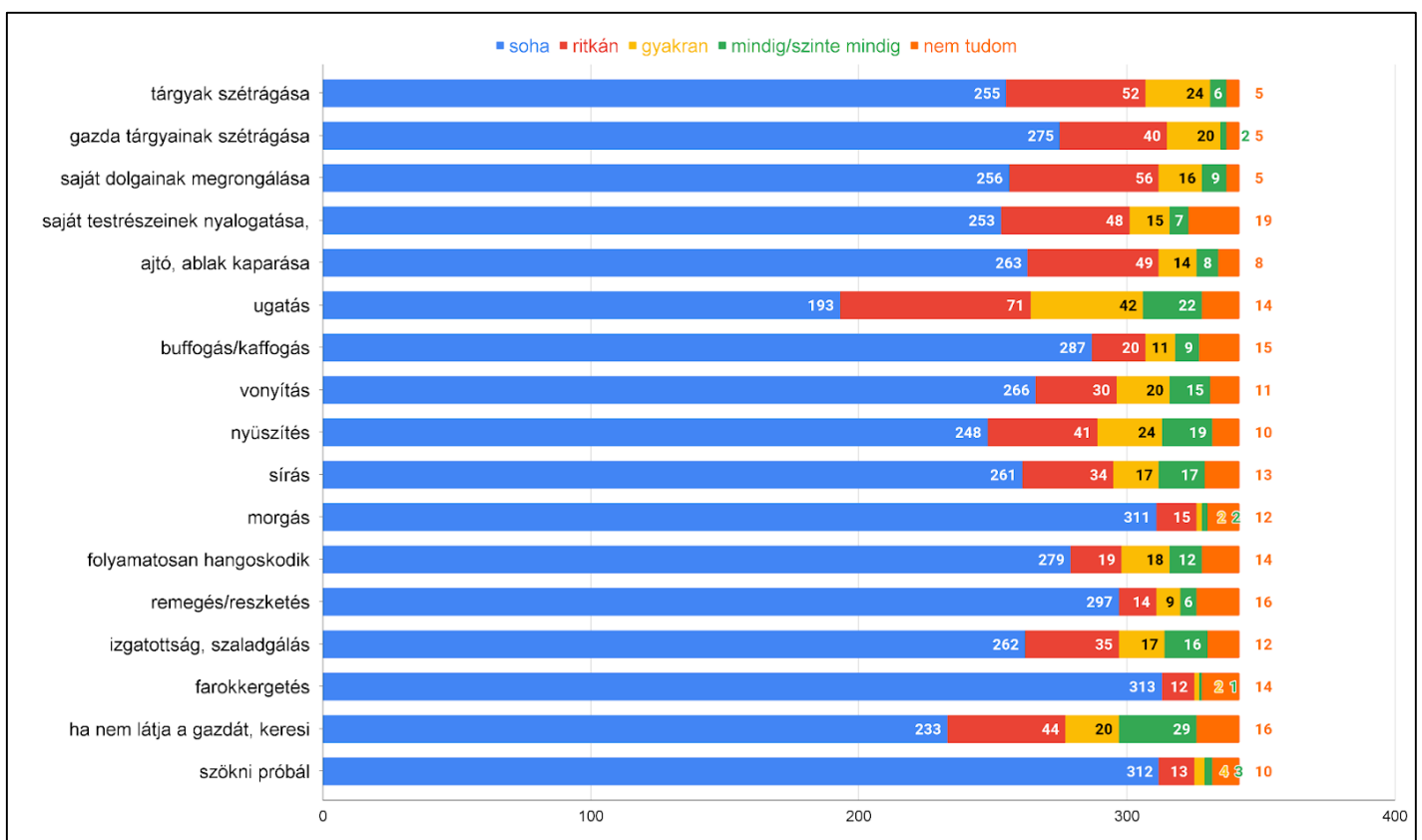
Összesen 32 különböző lehetőség került felsorolásra, amelyek:

- hangadások (ugatás, buffogás/kaffogás, vonyítás, nyüszítés, sírás, morgás)
- destruktív viselkedések (rombolással kapcsolatos viselkedések: tárgyak szétrágása, rongálása, ajtó, ablak kaparása)
- eliminációs zavarok (nem megfelelő vizelet és székletürítés)
- aktivitással kapcsolatos zavarok (nézi az ajtót, fekszik, letargikus, szaladgál, szökni próbál)

A válaszokat elemezve a rombolás fordul elő a leggyakrabban, összesen 21%-ban, a tárgyak szétrágása az egyik legkedveltebb destruktív viselkedés, jelen esetben 15%-al (ebből 21% a gazda tárgyainak szétrágása). Ezután következik a vokalizálás a sorban 19,0%-al, ezen belül az

ugatás a leggyakoribb hangadás (n=135) a kutyák 39,5%-ánál, és a nyüsztés (n=84) 24,6%-ban. Ebből 42-en azt mondták, hogy gyakran ugat a kutya szeparációs helyzetben és 22-en azt válaszolták, hogy szinte mindig ugat ilyenkor. Szintén sokszor megjelenik a kereső viselkedés, amikor nem látja a kutya a gazdát (n=93), ezzel egyidőben sokszor nézi az ajtót (n=162), hátha felbukkan újra a gazdi. A letargikus viselkedést az esetek 16,1%-ában látjuk, ez abban nyilvánul meg, hogy a kutya egész nap nem csinál semmit, csak fekszik és alszik, nem is eszik, nem is iszik és nem játszik. Sokan nem is gondolnák, hogy ez is gyakori jele a szeparáció jelenlétének. 16,4%-ban befekszik a gazdák által sokat használt helyekre, hogy érezze az illatát és ez által minél közelebb érezhesse magához. Szerencsére a legkevésbé előforduló probléma a bepisilés, bekakilás vagy a nem megfelelő helyre ürítés és vizelet, ez mindösszesen a kutyák 5%-ánál fordul elő. Ezeket az adatokat a 16. és 17. ábrán megtekinthetjük.

A kutatási eredmények szerint a kertben egyedül hagyott 126 kutya közül 15,1% küzd szeparációs szorongással, amelynek gyakori tüneteiként szökéskísérletek is megfigyelhetők voltak. A vizsgálat során megállapítottuk, hogy az elszökésére nagyobb hajlamot mutattak azok a kutyák, amelyeknél szeparációs szorongás is megfigyelhető volt.

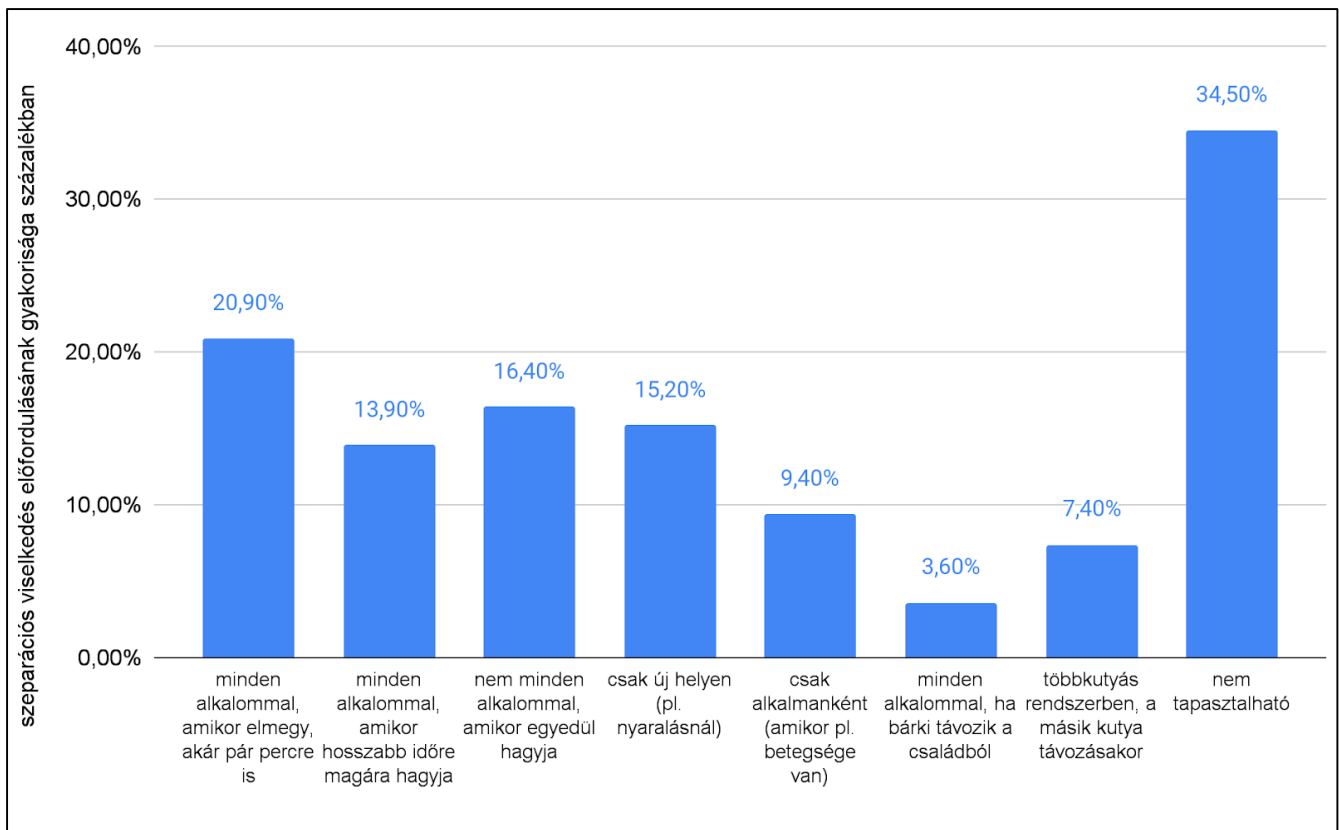


16. ábra: Kutyáknál tapasztalt viselkedés egyedüllétkor



17. ábra: Kutyáknál tapasztalt viselkedés egyedüllétkor

Az egyik kérdésem az volt, hogy milyen gyakran tapasztal a gazda szeparációs viselkedést a kutyánál, a válaszok alapján létrehoztam egy grafikont (18. ábra). Az adatokból kiderül, hogy az esetek 34,5%-ában nem láthatóak a jelei, a maradék 65,5%-ban viszont bizonyos helyzetekben, időszakokban sajnos elég sok ebnél előfordul ez a probléma. A válaszok alapján 20,9%-ban minden alkalommal előfordul, amikor a tulajdonos magára hagyja az állatot, akár csak pár percre is. 13,9%-ban csak akkor érzékelhető a jelenség, amikor hosszabb időre egyedül marad a kutya. A többi esetben pedig nem minden alkalommal, csak kivételes esetekben tapasztalják (pl. új helyen vannak, valamilyen betegsége van a kutyának vagy ha másik fajtársa távozik, akivel együtt lakik).

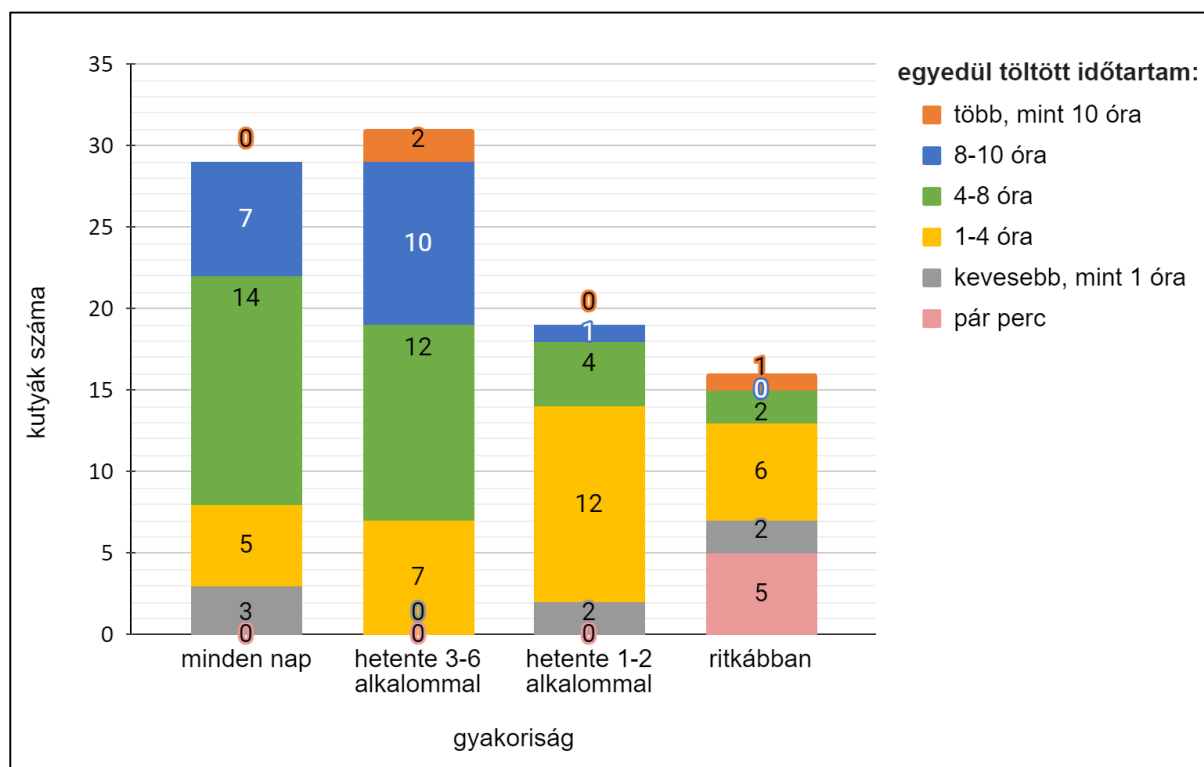


18. ábra: Szeparációs viselkedés előfordulásának gyakorisága

Mivel a gazdák elmondása szerint elég gyakran tapasztalható szeparációs szorongás, van, hogy attól függően, hogy mennyi időre hagyják magára a kutyát, ezért megnéztük a szeparációt mutató ebeknél az egyedül töltött idő hosszát és gyakoriságát. Láthatjuk, hogy a kutyák nagy részét minden nap vagy hetente háromnál több alkalommal hagyják magukra. Ezen belül a kutyák háromnegyede nem csupán néhány órát, hanem legalább 4 óránál hosszabb időt, akár 8-10 órát is egyedül tölt.

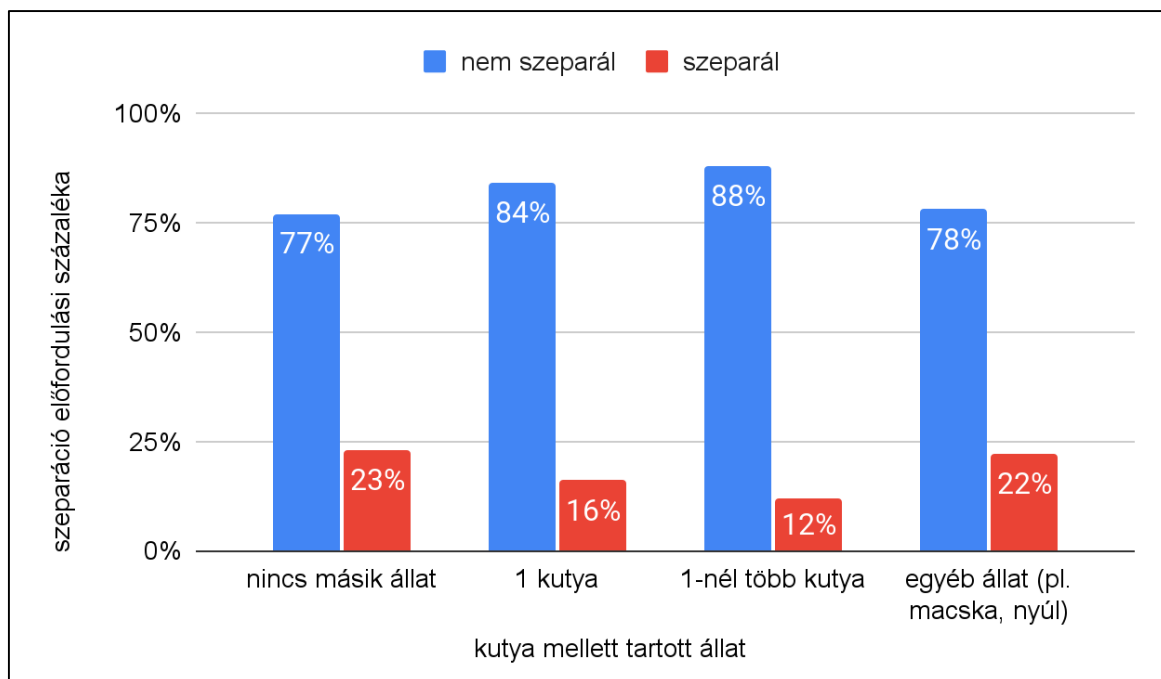
Arra voltam kíváncsi, hogy van-e különbség a viselkedésükben azok között, akik csak pár órát vannak egyedül, és akik több mint 8 órát töltenek otthon egyedül. Az adatok azt mutatták, hogy a rombolásos viselkedés gyakorisága növekszik az egyedül töltött idővel, 14,3%-ról 66,7%-ra. A szökési kísérletek aránya 2,4%-ról 9,5%-ra nő, ha a kutya több mint 4 órát van egyedül. Az eliminációs problémák esetében a különbség elhanyagolható (2,4%), és érdekes módon a hangadás, különösen az ugatás gyakorisága nem változik az egyedül töltött idő hosszától függően. Az elemzésből egyértelműen kiderül, hogy minél ritkábban és rövidebb ideig hagyják

otthon a kutyákat, annál ritkábban fordulnak elő a szeparációra jellemző viselkedési problémák (19. ábra).



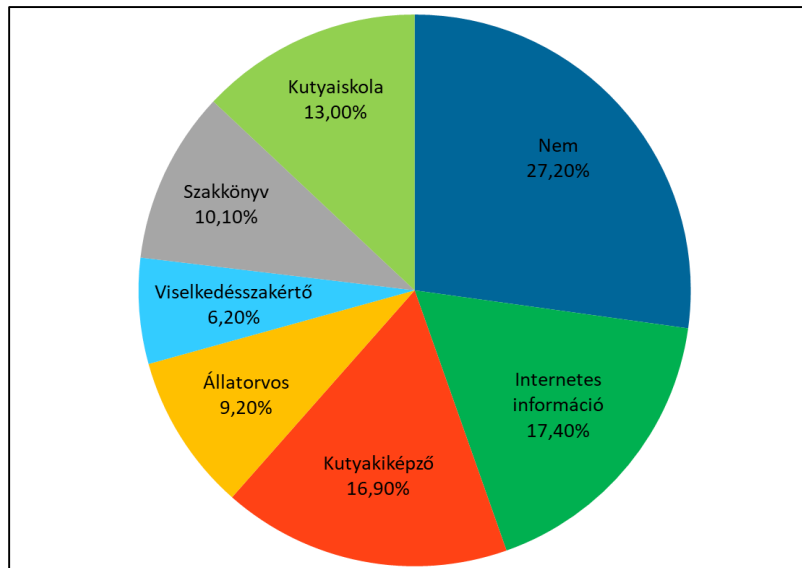
19. ábra: Szeparációval küzdő kutyák egyedüllétének gyakorisága és időtartamának eloszlása

Megoszlik a vélemény és az egyes kutatások eredményei is azzal kapcsolatban, hogy a többkutyás rendszer kivédheti a szeparációs problémák megjelenését. A mi esetünkben 7,4%-ban fordul elő ez a viselkedés, ha a másik kutya távozik a háztartásból. Külön megvizsgáltuk az egyedüli kutyákat, azokat, akik egy vagy több másik fajtársukkal élnek együtt és akik mellett csak valamilyen másik állat (macska, nyúl, törpesün, rágcsáló, madár, hüllő, kétélű, halak, egyéb) fordul elő. A 20. ábrán látható, hogy minden csoportnál ábrázoltam a szeparáció megjelenését százalékos arányban. A grafikonról leolvasható, hogy a kutyák szeparációs szorongása a leggyakrabban akkor fordul elő, ha nincs másik állat a háztartásban (23%). Azokban a háztartásokban, ahol egy másik kutya is jelen van, a szeparációs szorongás előfordulása jelentősen csökken (16%), különösen akkor, ha egynél több kutya van (12%). Ez logikus, mivel a társaságkedvelő kutyák számára a másik eb jelenléte segíthet elvonni a figyelmét a gazda távollétéről, illetve leküzdeni az egyedüllét miatti szorongást. Az egyéb állatok jelenléte csak csekély arányban járul hozzá a probléma enyhítéséhez (22%).



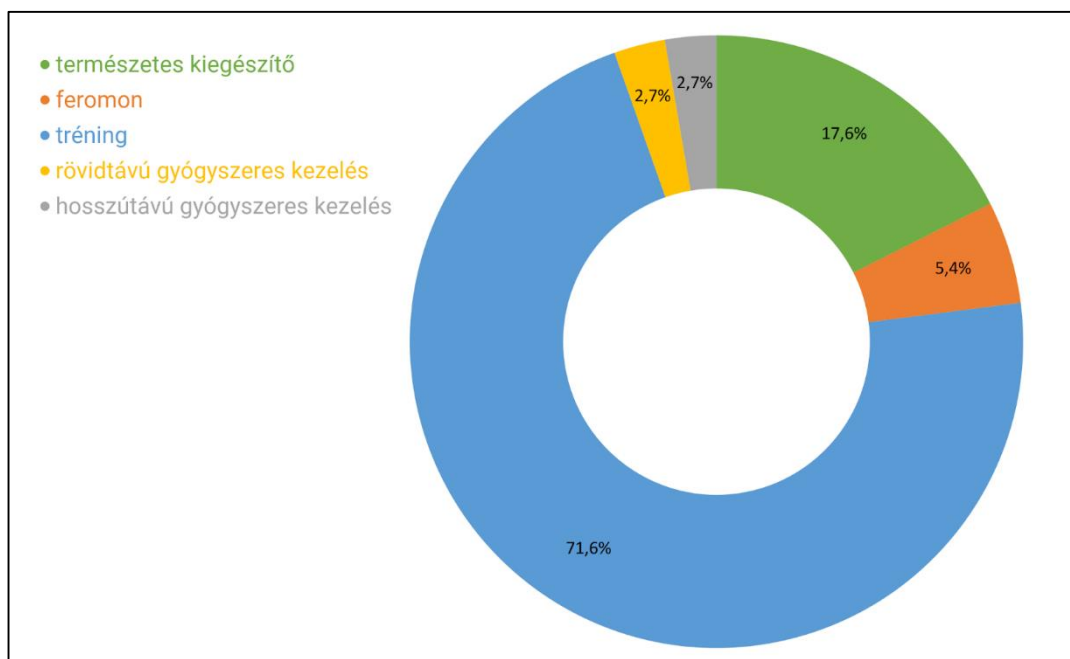
20. ábra: Állattartási modellek és a szeparációs szorongás összefüggése

Az érdekesség az, hogy sok kutyánál fellép a szeparációs szorongás a kitöltések szerint, mégis ennek ellenére kevesen foglalkoznak ezzel a problémával. Akik azt válaszolták, hogy az ő kedvencükénél van ilyen gond, azoknak csak a 72,8%-a vett igénybe valamilyen segítséget. Ezek közül a legtöbb tulajdonos az interneten próbált meg utána járni a megoldásnak (17,4%), sokan kutyakiképzőtől (16,9%) vagy viselkedésszakértőtől kértek segítséget (6,2%), mások kutyaiskolát látogattak meg (13%). Az esetek 10,1%-ában szakkönyvet vettek segítségül és állatorvoshoz csak 9,2%-ban fordultak. Különösen érdekes, hogy a legkompetensebb szakemberek, mint az állatorvosok és viselkedésszakértők kapták a legkevesebb megkeresést (21. ábra).



21. ábra: Segítségkérés módjai

Ezen kívül kíváncsi voltam arra is, hogy akik foglalkoztak a kutya szeparációs problémájával, konkrétan milyen terápiát használtak. Az esetek túlnyomó részében, 71,6%-ban valamilyen tréninget alkalmaztak, a második leggyakoribb választás, 17,6%-al, valamilyen természetes kiegészítő volt. Néhányan feromonokat (5,4%) is kipróbáltak és az esetek kis százalékában rövid-vagy hosszútávú gyógyszeres kezelést is igénybe vettek. Mindez látható az általam készített 22. ábrán.

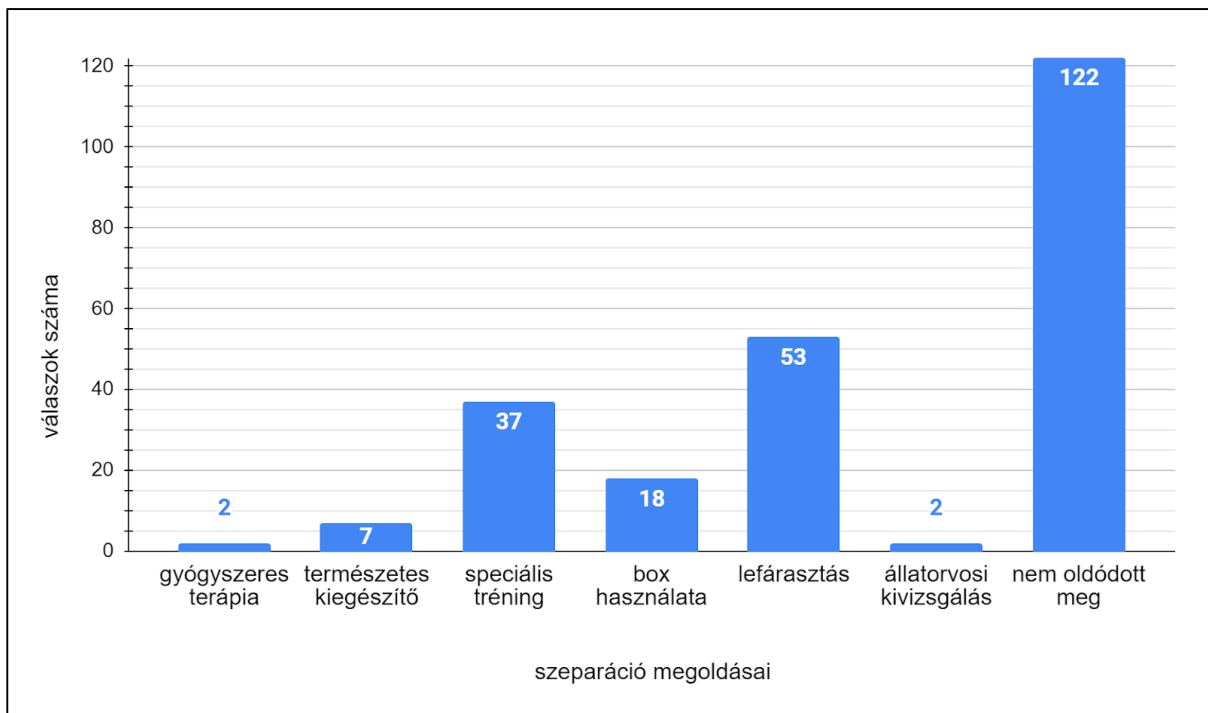


22. ábra: Kipróbált kezelések

Egyik kérdésünk az volt, hogy mi oldotta meg a problémát. Meglepő ellentmondás mutatkozott a válaszokban: a válaszadók 27,4%-a azt válaszolta, hogy a probléma nem oldódott meg, ugyanakkor korábbi kérdésre a megkérdezetteknek csak 21,3%-a jelezte, hogy a kutyája szeparációs szorongással küzd. Ez egy fontos információ, hogy a gazda ugyan nem nevezi szeparációs zavarnak, tehát nem éli meg viselkedészavarként, de mégis annak kell tekinteni.

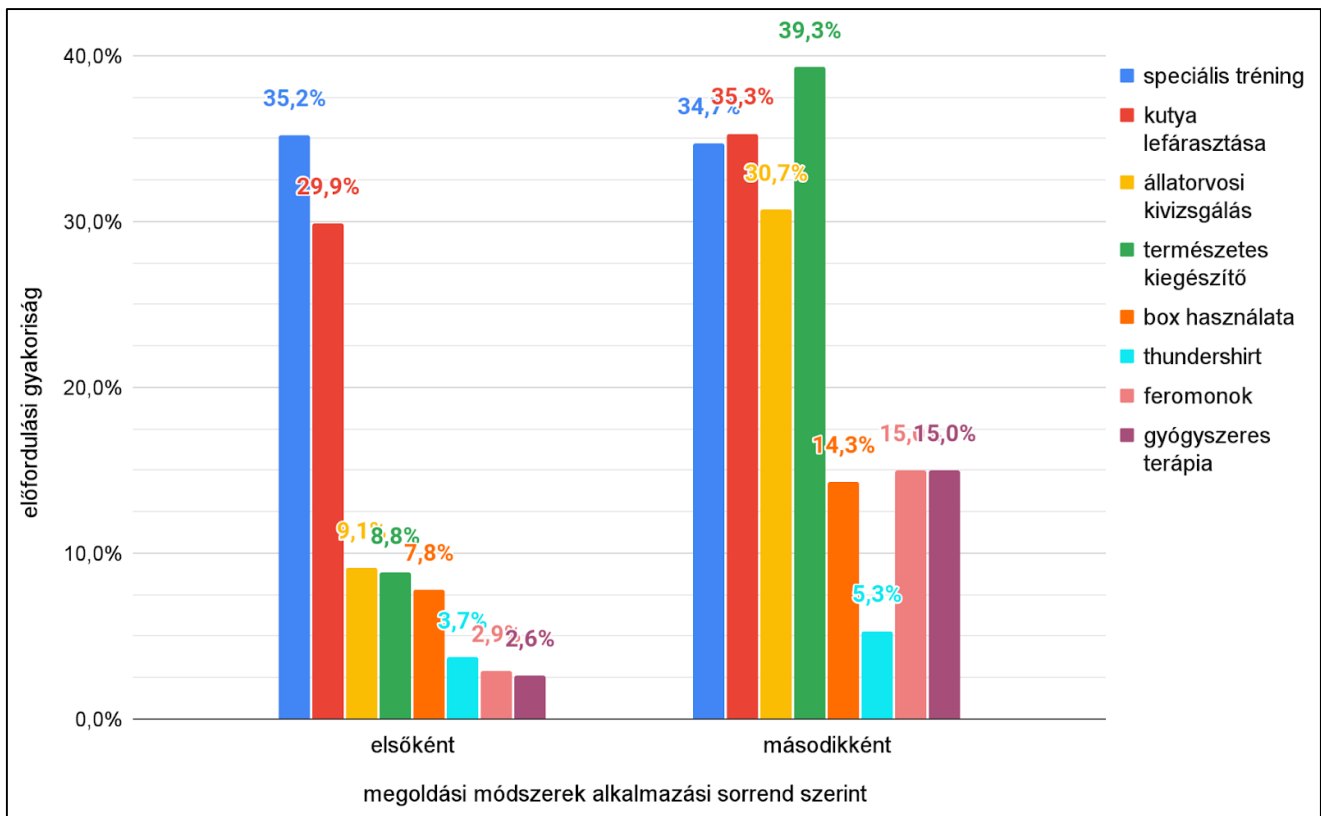
Még elkésőbb, hogy azoknál a kutyáknál, amelyeknél kölyökkoruk óta vannak tünetek, majdnem háromnegyediknek (72,9%) továbbra is jelentős problémát okoz még felnőttkorukban is. Számomra felfoghatatlan, hogy sok gazda nagyon nehezen éli meg ezt és ennek ellenére sem vesz igénybe segítséget és nagyon kevesen fordulnak kimondottan viselkedés terapeutához vagy állatorvoshoz.

Ha megnézzük, hogy a kezelt esetben mi használt, a következőket találjuk. Az enyhébb eseteknél elegendő volt csak az eb lefárasztása (n=53), mivel a testmozgás és a mentális stimuláció elengedhetetlen a kiegyensúlyozott és egészséges kutyák eléréséhez. Sokan igénybe vettek speciális tréninget is (n=37), ez az esetek 54,8%-ban volt hatásos. Boxot nagyon kevesen használnak, így csak elenyésző volt ez a megoldás (n=18). Pedig ha kölyökkortól kezdve megtanítják a kutyának, hogy ez egy biztonságos hely, ahol nyugodtan pihenhet, akkor nagyon jól tud működni. Legutolsó helyen szerepelnek a gyógyszeres terápia, mivel sok ember nem szívesen gyógyszerezné az állatát, így sokan nem is próbálják ki ezeket, még akkor sem, ha állatorvos vagy szakember ajánlja őket (23. ábra). Holott súlyosabb esetekben ezek a kezelések elengedhetetlenek lehetnek, hiszen súlyos szeparációs problémáknál felmerülnek a welfare sérülésével kapcsolatos állatjóléti kérdések is, nem beszélve arról, hogy hosszú távon szorongással élve a kutya bizonyos betegségeknek is jobban ki lesz téve. Sajnos az állatorvosi kivizsgálást sem részesítik előnyben, pedig ma már egyre több állatorvos felkészült ebben a témában és hasznos tanácsokat tud adni vagy akár valamilyen szorongásoldót tud ajánlani.



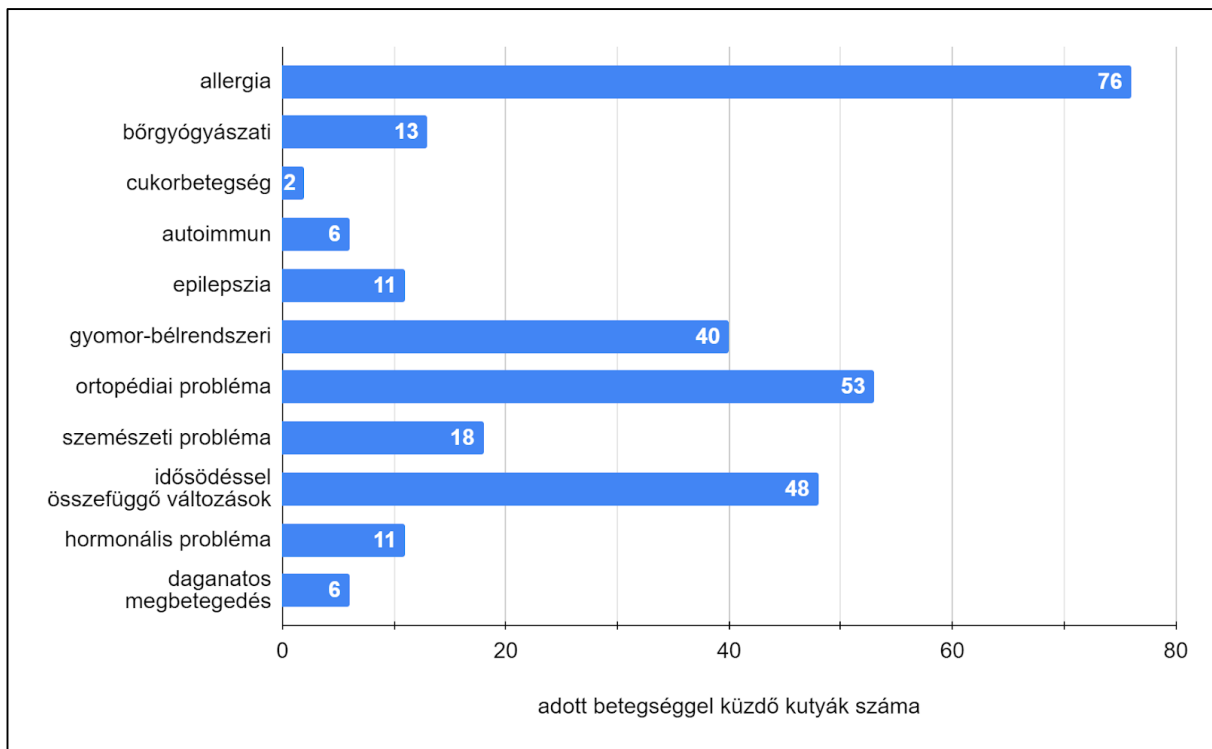
23. ábra: Mi oldotta meg a viselkedési problémát

Kíváncsiak voltunk arra, hogyha nem sikerült megoldani a problémát, akkor milyen lehetőségeket lenne hajlandó kipróbálni a tulajdonos a siker érdekében. Elsőként 35,2%-al a speciális tréninget írták és csak ezután szerepel a második helyen 29,9%-al a lefárasztás. Mint az előző ábrán láthattuk, hogy az esetek túlnyomó részében elegendő volt a lefárasztás, úgy gondolom, hogy szép eredményeket érhetünk el, ha a gazdák elsőként vagy másodikként ezzel próbálkoznak. A természetes kiegészítőt (8,8%) és az állatorvosi kivizsgálást (9,1%) közel azonos arányban választanák, második opcióként viszont a természetes kiegészítők lennének a legnépszerűbbek 39,3%-al és állatorvoshoz is sokkal szívesebben fordulnának (30,7%). A boxot (7,8%) sokan azért nem választják, mert börtönként tekintenek rá és úgy gondolják, hogy a kutya szenved azon a kis helyen. De éppen ellenkezőleg, ha szépen megtanítják a kutyának, hogy a gazdi távozása előtt menjen be és kap valamilyen nagy értékű játékot, akkor segíthet kivédeni a szeparációt kialakulását. Érdekes módon a thundershirt-öt nem sokan (3,7%) próbálnák ki elsőként, lehet azért, mert itthon nem annyira ismert, mint külföldön. Első lehetőségként a feromon és gyógyszeres terápia iránt kevésbé nyitottak, viszont második módszerként sokkal szívesebben (15,0%) alkalmaznák őket (24. ábra).



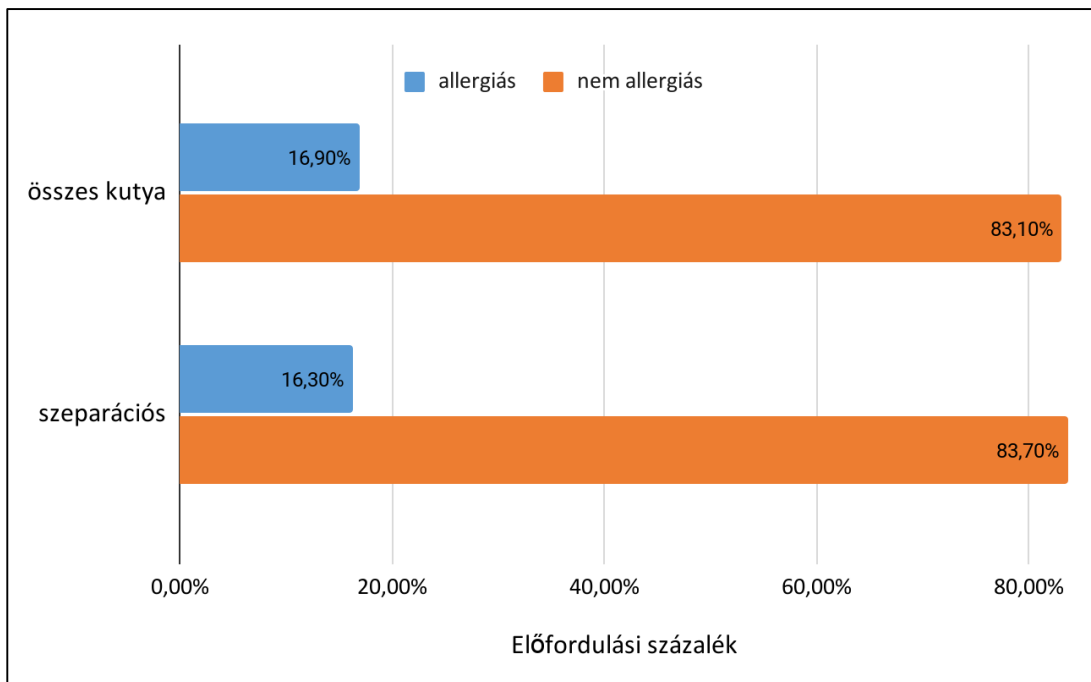
24. ábra: Gazdák által választott módszerek szeparáció megoldására

Az egyik kérdésünk arra irányult, hogy van-e valamilyen egyéb egészségügyi problémája a kutyának, és ha igen, akkor pontosan mi. A kutyák több mint a felének (50,7%) van valami betegsége, ez alapján készítettük el a 25. ábrát. A betegségek között a vezető probléma az allergia 26,8%-al, ezután következnek az ortopédiai problémák 18,7%-al, az idősődéssel összefüggő változások 16,9%-al és 14,1%-al a gyomor-bélrendszeri betegségek. Szerencsére a daganatos (n=6), autoimmun betegség (n=6) és a cukorbetegség (n=2) fordul elő a legritkábban.



25. ábra: Kutyák egészségügyi problémái

Egy külföldi állatorvos tanulmánya szerint a szorongással szorosan összefügghetnek az allergiás megbetegedések. Az allergiás reakcióval járó gyulladás, bőrpír, viszketétség miatti diszkomfort szorongáshoz és stresszhez vezethet [31]. Minket is érdekelt, hogy nálunk is kimutatható-e ez a kapcsolat. A válaszadók 16,9%-a jelezte, hogy kutyája allergiában szenved, ez a leggyakrabban előforduló egészségügyi probléma volt a kérdőívben szereplő kutyák körében. A kutatás alapján azt várnánk, hogy az atópiás kutyák nagyobb arányban fordulnak elő a szeparációs eseteknél. Viszont a mi adataink alapján a szeparációs problémával küzdők csak 16,3%-ban allergiásak, ami alapján azt mondhatjuk, hogy a két változó között nem mutatható ki szignifikáns összefüggés (26. ábra).



26. ábra: Szeparáció és allergia összefüggése

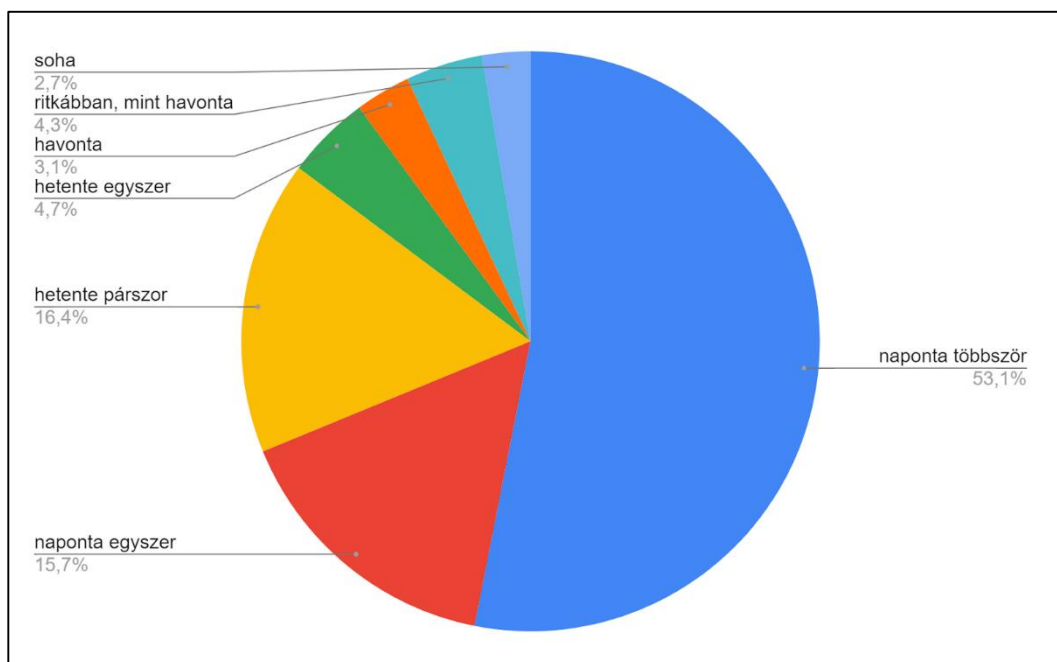
Az egyik legfontosabb kérdés, amelyet vizsgáltunk, az volt, hogy milyen gyakran viszik el sétálni, és összesen mennyi időt tölt testmozgással a kutya naponta. Ez különösen fontos, mert a rendszeres mozgás elengedhetetlen a kutya mentális és fizikai egészségéhez. A mozgáshiány elhízáshoz vezethet, ami számos egyéb betegséget pl. ízületi problémákat, hormonális zavarokat okozhat, valamint pszichoszomatikus tünetekben is megnyilvánulhat. Ezen túlmenően, ha nincs megfelelően lefárasztva, akkor könnyen feszültté és nyugtalanná válhat. Ez a stressz különböző viselkedési problémákban nyilvánulhat meg, például rombolásban, ugatásban, vagy akár szeparációs szorongásban.

Megdöbbenő, hogy a kutya tulajdonosok közel egyharmada (31,2%) ritkán vagy egyáltalán nem sétaltatja kedvencét. Míg a gazdák túlnyomó többsége, 68,8%-a naponta legalább egyszer sétaltatja kedvencét.

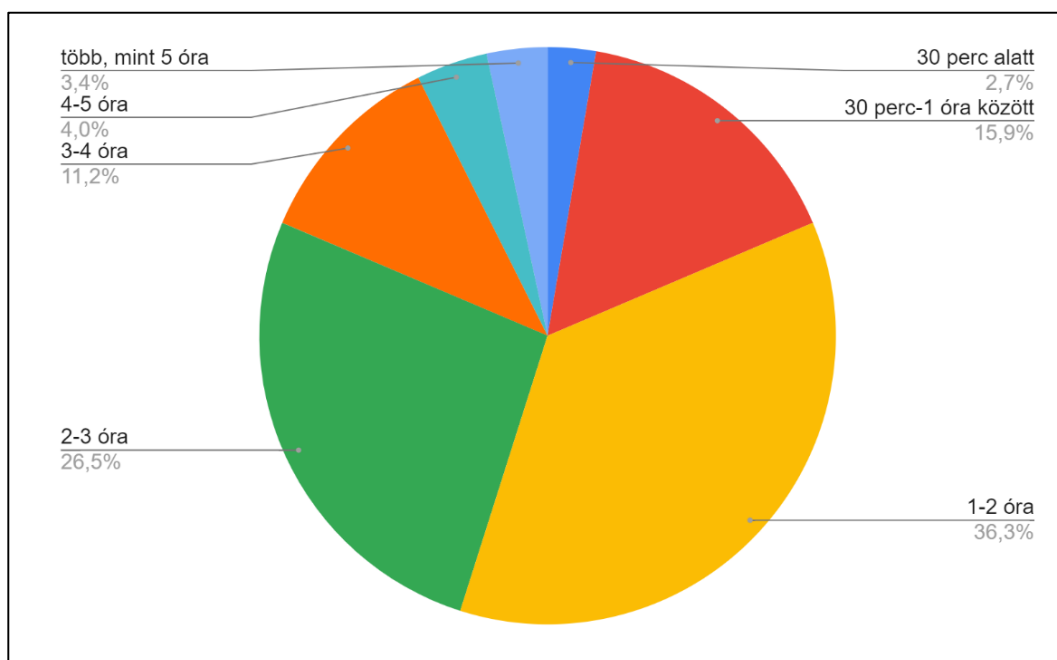
A kutyák többsége (62,8%) naponta 1-3 órát tölt testmozgással, ami elegendő lehet ahhoz, hogy a kutyák megfelelő fizikai és mentális stimulációt kapjanak, azonban ez függhet a fajtától, életkortól, egészségi állapottól és egyéni adottságoktól is.

Még mindig van egy jelentős csoport, amely ennél jóval kevesebb mozgáshoz jut: 2,7% kevesebb, mint fél órát, míg további 15,9% is csak 30 perc és 1 óra közötti időtartamot mozog

naponta (27., 28. ábra). Tovább vizsgáltuk ezt a kisebb csoportot és az eredmények azt mutatják, hogy inkább a kevés mozgáshoz társulnak betegségek és a szeparációs szorongás is.



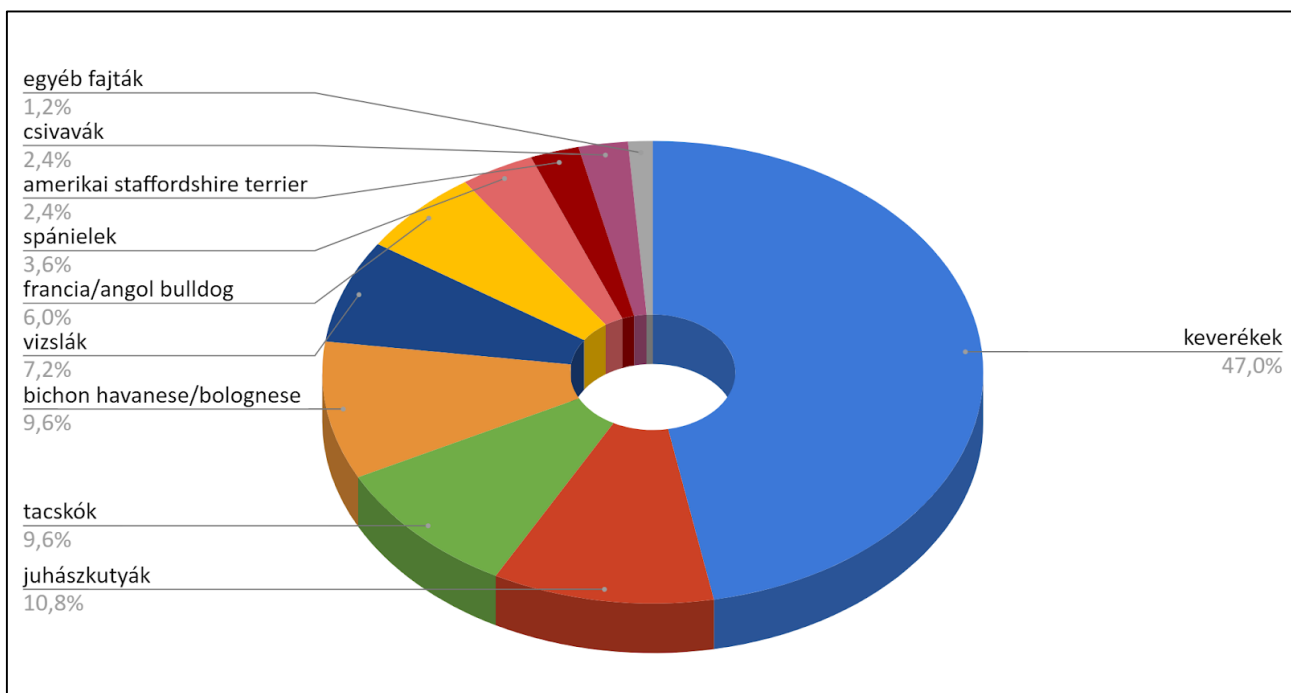
27. ábra: Séta gyakorisága



28. ábra: Kutya testmozgással töltött ideje egy nap

A külföldi és a hazai felmérések eredményei eltérnek abban, hogy mely kutyafajtáknál fordul elő a leggyakrabban a szeparációs szorongás. A mi adataink alapján a kördiagramon (29. ábra) jól látható, hogy a legnagyobb szeletet a keverékek teszik ki, 47%-os aránnyal, tehát az összes szeparációval küzdő kutyának közel fele keverék. Ez is azt sugallja, hogy a szeparáció kialakulásában nem csak a fajta, hanem egyéb tényezők is szerepet játszhatnak. A második leggyakrabban érintett csoport a juhászkutyák (német juhászkutya, skót juhászkutya, ausztrál juhászkutya, border collie) 10,8%-al.

A kistestű kutyák, különösen az ölebek körében magasabb a szeparációs szorongás előfordulási aránya, mivel az emberekhez való közelségük és ragaszkodásuk miatt gyakran nehezen viselik az egyedüllétet. Kutatásunk alapján 31,2%-ban fordul elő náluk ez a probléma, ezen belül bichonoknál 9,6%, tacsókóknál is 9,6%, bulldogoknál 6%, spánieleknél – angol cocker spániel, cavalier king charles spániel - 3,6%, a csivaváknál pedig 2,4%. Továbbá vizsláknál is jelentős arányban (7,2%) tapasztalható ez a viselkedési probléma. A tipikus sztereotípiá, hogy a bichont, csivavát és a többi hasonló méretű kiskutyát főleg fiatalabb vagy középkorú nők tartják, ez itt is felmerült, mert 100%-ban nők a tulajdonosok.

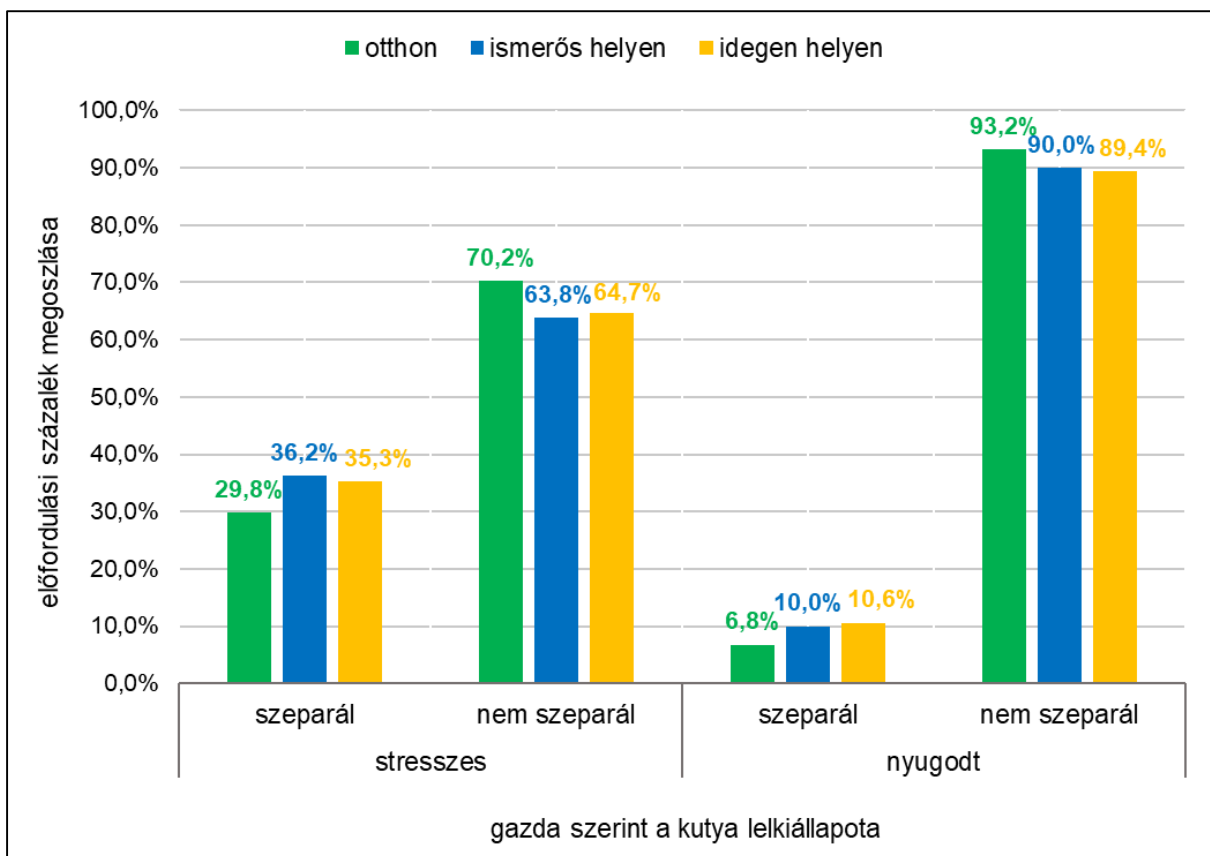


29. ábra: Szeparációs problémák előfordulása a különböző kutyafajták körében

A 30. ábra azt szemlélteti, hogy a gazda által érzékelt lelkiállapot szoros összefüggésben van a szeparációs szorongás előfordulásával. Amikor a gazda úgy érzi, hogy a kutya stresszes, sokkal nagyobb a valószínűsége annak, hogy a kutya szeparációs szorongást mutat, függetlenül attól, hogy hol vannak. Ez alátámasztja azt az elképzelést, hogy a gazda és a kutya között erős érzelmi kötődés van, és a gazda érzései hatással vannak a kutya viselkedésére.

A kutyák, akik nyugodtabbak, azoknál a szeparáció sokkal ritkábban fordul elő (6,8% otthon, 10,0% ismerős helyen, 10,6% idegen helyen), több mint 20%-al kevesebb azokhoz képest, akik stresszesek. Emellett megfigyelhető, hogy ezek a viselkedési formák legkevésbé otthoni környezetben jelentkeznek.

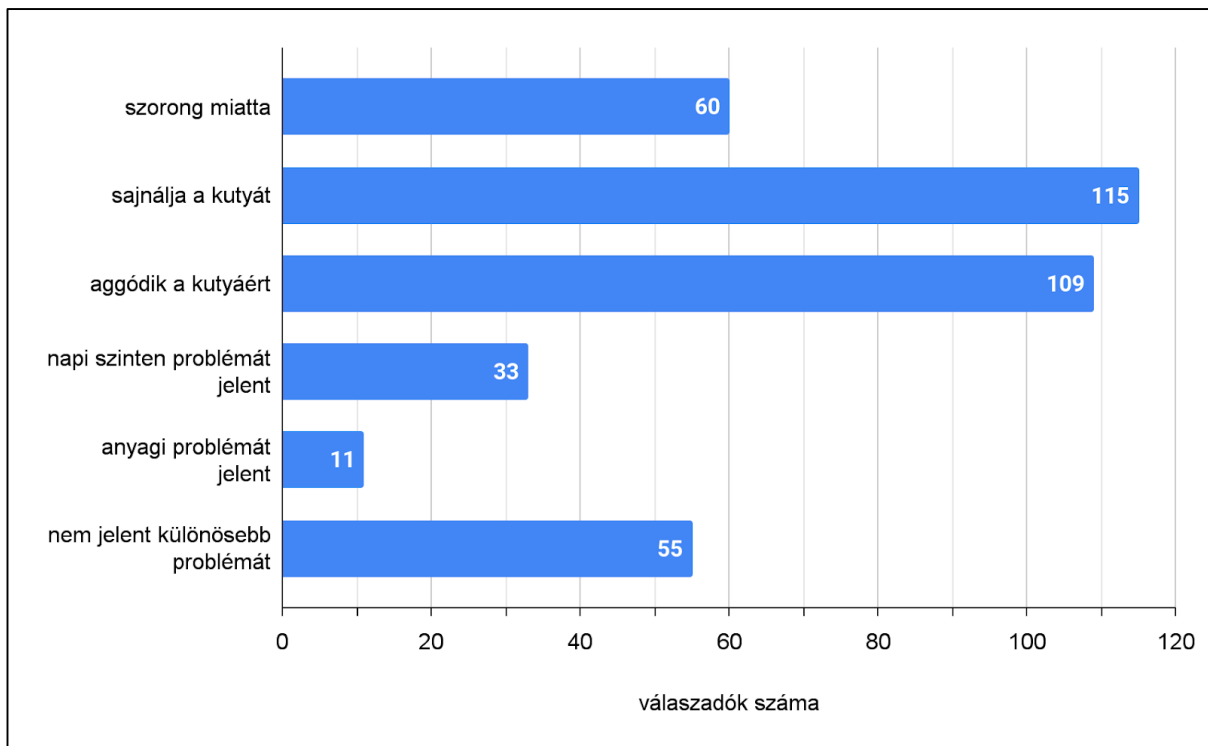
Az adatokból nem derül ki egyértelműen, hogy a stresszes lelkiállapot eredményezte-e a szeparációt, vagy fordítva, de az összefüggés egyértelműen látható. Valószínűleg ez arra utal, hogy ahol a gazda úgy gondolja, hogy a kutyának nem tesz jót az egyedüllet, ott gyakrabban fordulnak elő szeparációs tünetek, különösen stresszes helyzetekben.



30. ábra: Kutya lelkiállapota és szeparáció közötti összefüggés

Megkérdeztük a gazdákat, hogy milyen nehézségeket okoz számukra a kutyájuk szeparációs szorongása. 55-en azt válaszolták, hogy nem jelent különösebb problémát számukra, viszont a többiek mind negatívan élik meg. A legtöbben sajnálják a kutyát (n=115) és aggódnak érte (n=109) vagy szoronganak miatta (n=60). Sajnos vannak olyanok is, akik számára napi szinten problémát jelent (n=33) ezzel együtt élni, egyesek számára nem csak lelkileg, hanem anyagilag is megterhelő (31. ábra).

Éppen ezért kiemelten fontosnak tartjuk, hogy nagyobb figyelmet szenteljünk ennek a témának, mind az állatok, mind az emberek szempontjából. Jó lenne, ha a gazdák jobban tájékozottabbak lennének ebben a témában és gyorsabb, hatékonyabb megoldást találjanak, sőt akár meg is előzhessék a probléma kialakulását. Úgy gondolom, hogy ebben az állatorvosoknak is nagy szerepe lehet. Pont emiatt az egyik kérdésünk erre irányult, hogy hasznosnak találnák-e, ha állatorvosok több információt osztanának meg velük, akár ismeretterjesztő anyagok révén, akár egyéni konzultáció formájában. A válaszok alapján egyértelműen kiderül, hogy a gazdik nagyra értékelnék ezt a kezdeményezést, hiszen 96,4%-uk igennel szavazott.



31. ábra: Gazdák véleménye a szeparációs szorongás okozta nehézségekről

5. Következtetések

A kutatás eredményei alapján a szeparációs szorongás széles körben elterjedt a kutyák körében. A gazdák többsége felismeri, hogy kutyájuk szeparációs szorongásban szenved, azonban kevesen kérnek szakmai segítséget, például állatorvosi vagy viselkedésszakértői konzultációt, ehelyett inkább az internetet használják információforrásként. Ennek oka lehet, hogy a gazdák gyakran alábecsülik a probléma súlyosságát, vagy nincsenek tisztában a következményeivel. A kutatások alátámasztják, hogy a szeparációs szorongás kezelése hosszú távú folyamat, amely a gazda és a kutya viselkedésének és szokásainak fokozatos megváltoztatását igényli. Az állatorvosi konzultációk, a viselkedésterápiák és a tréningek kombinációja, valamint a kutya fizikai és mentális lefárasztása jelentős javulást eredményezhet, ezzel javítva a kutya életminőségét.

A kutyák viselkedési problémáinak kezelése szempontjából különösen fontos a megfelelő diagnózis felállítása, amelyhez szakértői beavatkozásra van szükség. A szeparációs szorongás tünetei ugyanis más viselkedési zavarokkal is összetéveszthetők, mint például a frusztráció vagy pánik.

Az eredményeink alapján a szeparációs szorongás gyakran főleg gyermektelen egyedülálló, elvált vagy özvegy nőknél fordul elő, illetve gyermek nélküli párkapcsolatban élő férfiakkal is tapasztalható. A probléma gyakoribb azoknál a kutyáknál, akik egyedüli háziállatként élnek, különösen, ha egy gazda tartja őket. Leggyakrabban olyan lakásban vagy házban tartott ebeknél jelentkezik, akik egy szobában vagy ágyban alszanak a gazdával, és akik sokszor szoros fizikai kontaktust keresnek. A menhelyi kutyák különösen hajlamosak a szeparációs szorongásra, mivel gyakran traumatikus élményeken mennek keresztül, esetleg hosszú ideig nem volt kihez kötődniük. Azok az ebek, akik életük valamely szakaszában traumán vagy nagyobb változáson estek át (például költözés, gazda munkaidő változása, felújítás, betegség), szintén veszélyeztetettek.

Ez a viselkedés a gazda érzelmi állapotával is összefügghet, mivel a kutyák ráhangolódnak a gazdájuk érzelmeire. A túlzott, érzelmes búcsú és üdvözlés szintén növeli a szeparációs problémák kialakulásának kockázatát. A kutyák gyakran jobban szoronganak, ha hosszabb ideig vagy gyakran hagyják őket egyedül, különösen, ha nem mozognak eleget és nem sétáltatják őket rendszeresen.

A szeparációs szorongás tünetei aktív és passzív formában is megnyilvánulhatnak. Az aktív viselkedési jelek közé tartozik a rongálás, tárgyak rágása, vokalizálás (nyüszítés, ugatás),

valamint a szobatisztasági problémák. Passzív tünetek lehetnek a letargia vagy a szorongás egyéb jelei, mint a remegés vagy nyálzás. A kutyák tünetei gyakran a gazda távolléte alatt jelentkeznek, de már a távozás előtti percekben is megfigyelhetőek.

Megoldásként a gazdák többsége tréninget próbált alkalmazni, amely a szeparációs szorongás kezelésének egyik leghatékonyabb módja, de sok esetben elegendő volt csak az eb lefárasztása is. Vannak, akik természetes kiegészítőket használnak, mint például nyugtató hatású feromonok vagy gyógynövény alapú készítmények. A gyógyszeres kezelés kevésbé elterjedt, de egyes esetekben szükség lehet antidepresszánsokra vagy nyugtatókra. A kutya megfelelő lefárasztása, elegendő mozgás és mentális stimuláció szintén fontos szerepet játszik a probléma kezelésében. A gazdák számára a szeparációs szorongás gyakran anyagi és lelki megterhelést jelent, hiszen aggódnak kedvencük viselkedése miatt, és nehézséget okoz számukra a helyzet kezelése.

A gazdák tájékoztatása, a szakmai segítségnyújtás népszerűsítése és a viselkedési problémák felismerésének elősegítése elengedhetetlen a szeparációs szorongás hatékony kezeléséhez.

6. Összefoglalás

A szakdolgozat a kutyák szeparációs szorongásának diagnosztikáját és kezelési lehetőségeit vizsgálja, különös tekintettel a gazdák hozzáállására és a probléma kezelésében elérhető módszerekre. A kutatás célja, hogy átfogó képet adjon a szeparációs szorongás háttéréről, okairól, valamint arról, hogy a magyar kutyatartók hogyan kezelik ezt a gyakori viselkedési zavart.

A bevezetésben ismertetésre kerül, hogy a szeparációs szorongás egyre inkább elterjedt probléma, mivel a városi életmód és modern életforma miatt gyakran hosszabb időszakokra hagyják magukra az állatokat. Ez a helyzet stresszt okoz a kutyák számára, ami különböző viselkedési problémákban nyilvánul meg. A szakirodalmi áttekintés részletesen bemutatja a kutyák fejlődésének különböző szakaszait, az ember-kutya kapcsolatot, valamint a kutyák viselkedési zavarainak különböző formáit, beleértve a frusztrációt, félelmet, szorongást, fóbiát és pánikot. A szeparációs szorongás tünetei változatosak lehetnek, kezdve a destruktív viselkedéstől a túlzott vokalizálásig vagy eliminációs problémáig.

A kérdőíves kutatás alapján kiderült, hogy a szeparációs szorongás jelentős problémát jelent a hazai kutyák, kutyatulajdonosok körében. A kutatás eredményei rámutattak arra, hogy a hatékony kezeléshez átfogó megközelítés szükséges, amely magában foglalja a kutya szociális és fizikai igényeinek kielégítését, a gazda következetes viselkedését, és ha szükséges, a gyógyszeres kezelést is. A szeparációs szorongás sikeres kezelése érdekében fontos lenne több gazda figyelmét felhívni a szakértői segítség igénybevételének fontosságára.

7. Summary

This thesis examines the diagnosis and treatment of separation anxiety in dogs, with a particular focus on the attitudes of owners and the methods available to treat the problem. The aim of the research is to provide a comprehensive picture of the background and causes of separation anxiety and how Hungarian dog owners deal with this common behavioural disorder.

In the introduction it is explained that separation anxiety is an increasingly widespread problem, as animals are often left alone for long periods of time due to urban lifestyles and modern living. This situation causes stress for dogs, which manifests itself in various behavioural problems. The literature review details the different stages of dog development, the human-canine bond and the different forms of behavioural disorders in dogs, including frustration, fear, anxiety, phobia and panic. Symptoms of separation anxiety can vary from destructive behaviour to excessive vocalisation or elimination problems.

The questionnaire survey revealed that separation anxiety is a significant problem among domestic dogs and dog owners. The results of the research showed that effective treatment requires a comprehensive approach, including meeting the social and physical needs of the dog, consistent behaviour of the owner and, if necessary, medication. In order to successfully treat separation anxiety, it would be important to raise awareness among more owners of the importance of seeking expert help.

8. Irodalomjegyzék

1. Lenkei, R., Faragó, T., Bakos, V., & Pongrácz, P. (2021). Separation-related behavior of dogs shows association with their reactions to everyday situations that may elicit frustration or fear. *Scientific Reports*, 11(1), Article 1. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-98526-3>
2. Pierantoni, L., Albertini, M., Piotti, P., Ripamonti, G., Pocar, P., Borromeo, V., & Pirrone, F. (2022). Signs of Anxiety and Salivary Copeptin Levels in Dogs Diagnosed with Separation-Related Problems in a Short Separation Test. *Animals*, 12(15), Article 15. <https://doi.org/10.3390/ani12151974>
3. de Assis, L. S., Matos, R., Pike, T. W., Burman, O. H. P., & Mills, D. S. (2019). Developing Diagnostic Frameworks in Veterinary Behavioral Medicine: Disambiguating Separation Related Problems in Dogs. *Frontiers in Veterinary Science*, 6, 499. <https://doi.org/10.3389/fvets.2019.00499>
4. Ballantyne, K. C. (2018). Separation, Confinement, or Noises: What Is Scaring That Dog? *The Veterinary Clinics of North America. Small Animal Practice*, 48(3), 367–386. <https://doi.org/10.1016/j.cvsm.2017.12.005>
5. Overall, K. (2013). *Manual of Clinical Behavioral Medicine for Dogs and Cats - E-Book: Manual of Clinical Behavioral Medicine for Dogs and Cats - E-Book*. Elsevier Health Sciences.
6. Galibert, F., Quignon, P., Hitte, C., & André, C. (2011). Toward understanding dog evolutionary and domestication history. *Comptes Rendus Biologies*, 334(3), 190–196. <https://doi.org/10.1016/j.crv.2010.12.011>
7. Miklósi Á. (2010). *A kutya viselkedése, evolúciója és kogníciója*. Typotex Kiadó. 161-223 p.
8. Pierotti, R. J., & Fogg, B. R. (2017). *The First Domestication: How Wolves and Humans Coevolved*. Yale University Press. ISBN 978-0-300-22616-4.
9. Braastad, B. O. (1998). Effects of prenatal stress on behaviour of offspring of laboratory and farmed mammals. *Applied Animal Behaviour Science*, 61(2), 159–180. [https://doi.org/10.1016/S0168-1591\(98\)00188-9](https://doi.org/10.1016/S0168-1591(98)00188-9)

10. Grundy, S. A. (2023). Canine Neonatal Health. *The Veterinary Clinics of North America. Small Animal Practice*, 53(5), 1161–1193. <https://doi.org/10.1016/j.cvsm.2023.05.008>
11. Mendez, E. (2023). Early Puppy Behavior. *Veterinary Clinics of North America: Small Animal Practice*, 53(5), 1195–1207. <https://doi.org/10.1016/j.cvsm.2023.05.009>
12. Landsberg, G., Radosta, L., & Ackerman, L. (2023). *Behavior Problems of the Dog and Cat - E-Book: Behavior Problems of the Dog and Cat - E-Book*. Elsevier Health Sciences.
13. *Handbook of Applied Dog Behavior and Training (3-Volume Set)*. (é. n.). Elérés 2024. június 13., forrás <https://vetbooks.ir/handbook-of-applied-dog-behavior-and-training-3-volume-set/>
14. Stolzlechner, L., Bonorand, A., & Riemer, S. (2022). Optimising Puppy Socialisation—Short- and Long-Term Effects of a Training Programme during the Early Socialisation Period. *Animals*, 12, 3067. <https://doi.org/10.3390/ani12223067>
15. Jennyfer L. F. (2018). *Az idősödő kutya élettani és problémás viselkedése. Szakdolgozat*
16. Parthasarathy, V., & Crowell-Davis, S. L. (2006). Relationship between attachment to owners and separation anxiety in pet dogs (*Canis lupus familiaris*). *Journal of Veterinary Behavior*, 1(3), 109–120. <https://doi.org/10.1016/j.jveb.2006.09.005>
17. Bretherton, I. (1985). Attachment Theory: Retrospect and Prospect. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1/2), 3. <https://doi.org/10.2307/3333824>
18. Ainsworth, M. D. S. (Szerk.). (2015). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Routledge.
19. Topál, J., Miklosi, A., Csányi, V., & Antal, D. (1998). Attachment Behavior in Dogs (*Canis familiaris*): A New Application of Ainsworth's (1969) Strange Situation Test. *Journal of comparative psychology (Washington, D.C. : 1983)*, 112, 219–229. <https://doi.org/10.1037/0735-7036.112.3.219>
20. MT 2006/2 4. (é. n.). Elérés 2024. június 23., forrás <http://www.matud.iif.hu/06feb/04.html>
Gácsi, M., A kutya, mint az emberi viselkedés modellje: múlt, jelen, jövő, *Magyar Tudomány*, 2006/2

21. Amat, M., Le Brech, S., Camps, T., & Manteca, X. (2020). Separation-Related Problems in Dogs. *Advances in Small Animal Care*, 1, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.yasa.2020.07.001>
22. Behavioral Problems of Dogs—Behavior. (é. n.). Merck Veterinary Manual. Elérés 2024. március 10., forrás <https://www.merckvetmanual.com/behavior/normal-social-behavior-and-behavioral-problems-of-domestic-animals/behavioral-problems-of-dogs>
23. Sátori Á. (2022) Viselkedészavarok és Kezelésük II. – Egyetemi fakultáció jegyzete Állatorvostudományi Egyetem
24. Meneses, T., Robinson, J., Rose, J., Vernick, J., & Overall, K. L. (2021). Review of epidemiological, pathological, genetic, and epigenetic factors that may contribute to the development of separation anxiety in dogs. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 259(10), 1118–1129. <https://doi.org/10.2460/javma.20.08.0462>
25. Hauser, H. (2024). Separation-related Problems and Their Interaction with Physical Disease. *The Veterinary Clinics of North America. Small Animal Practice*, 54(1), 29–42. <https://doi.org/10.1016/j.cvsm.2023.08.003>
26. Powell, L., Stefanovski, D., Siracusa, C., & Serpell, J. (2021). Owner Personality, Owner-Dog Attachment, and Canine Demographics Influence Treatment Outcomes in Canine Behavioral Medicine Cases. *Frontiers in Veterinary Science*, 7, 630931. <https://doi.org/10.3389/fvets.2020.630931>
27. Gálfi, P., Csikó, G., & Jerzsele, Á. (2014). Állatorvosi gyógyszerstan I. Robbie-Vet Kft.
28. Korpivaara, M., Huhtinen, M., Pohjanjousi, P., & Overall, K. (2022). Tasipimidine, a novel orally administered alpha-2 adrenoceptor agonist, alleviates canine acute anxiety associated with owner departure—A pilot study. *Journal of Veterinary Behavior*, 58, 54–61. <https://doi.org/10.1016/j.jveb.2022.11.003>
29. King, C., Buffington, L., Smith, T. J., & Grandin, T. (2014). The effect of a pressure wrap (ThunderShirt®) on heart rate and behavior in canines diagnosed with anxiety disorder. *Journal of Veterinary Behavior*, 9(5), 215–221. <https://doi.org/10.1016/j.jveb.2014.06.007>
30. CTC, M. D.-P. (2014). *Treating Separation Anxiety In Dogs*. Dogwise Publishing.
31. (2023, március 13). Anxiety and Allergies—Your Vet Wants You to Know. <https://yourvetwantsyoutoknow.com/anxiety-and-allergies/>

9. Köszönetnyilvánítás

Ezúton is szeretnék köszönetet mondani Dr. Sátori Ágnesnek a sok segítségért, amellyel hozzájárult a diplomamunkám létrejöttéhez. Valamint szeretném megköszönni páromnak, családomnak és a barátaimnak, akik mindenben támogattak, a szakdolgozatírás idején és az egyetemi évek során egyaránt.

10. Nyilatkozatok