

TALLINNA TERVISHOIU KÕRGKOO



Tervishariduse keskus

Tegevusterapeudi õppekava

Airi Alumets

**LOOMI KAASAVAD SEKKUMISED DEMENTSUSEGA INIMESTE  
ELUKVALITEEDI PARANDAMISEL**

Lõputöö

Tallinn 2024

Olen koostanud lõputöö iseseisvalt. Kõik töö koostamisel kasutatud teiste autorite töödest, kirjandusallikatest ja mujalt pärinevad andmed on viidatud. Luban Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolil avalikustada oma lõputöö PDF-versiooni raamatukoguprogrammis.

Lõputöö autori allkiri

/allkirjastatud digitaalselt/

/kuupäev digitaalallkirjas/

Lubatud kaitsmisele.

Juhendaja

Hanna-Maria Põldma, MA

/allkirjastatud digitaalselt/

/kuupäev digitaalallkirjas/

## KOKKUVÕTE

Airi Alumets (2024). Tallinna Tervishoiu Kõrgkool, Tervishariduse keskus, tegevusterapeudi õppekava. Loomi kaasavad sekkumised dementsusega inimeste elukvaliteedi parandamisel. Lõputöö 35 leheküljel, 81 kirjandusallikat, 1 lisa, 1 tabel.

**Uurimistöö eesmärk** on anda ülevaade loomi kaasavatest sekkumistest dementsusega inimeste elukvaliteedi parandamisel.

**Uurimismeetod:** Töö koostamisel kasutati teoreetilise uurimisvormina kirjanduse ülevaadet. Kirjandusallikate leidmiseks kasutati andmebaase EBSCO ja *Chocrane Database of Systematic Reviews*, repositooriumi *Reseachgate*, raamatukogude E- kataloogist ESTER, interneti otsingumootoreid *PubMed*, *Google Scholar* ning *Google*. Viitamisel kasutati viitehaldursüsteemi *Mendeley*.

**Uurimistöö olulisemad tulemused:** Progressiivse kognitiivse languse tulemusena tegevuse sooritus igapäevaelus muutub, halveneb inimese mälu, väljendusoskus, tähelepanu ja orientatsioonitaju. Dementsusega kaasnevad neuropsühhiaatrilised sümptomid kutsuvad esile psüühilisi häireid ja probleemset käitumist. Kognitiivse ja funktsionaalse võimekuse langus, neuropsühhiaatrilised sümptomid, muutused elukeskkonnas ning ravimite kõrvaltoimed põhjustavad dementsusega inimeste elukvaliteedi languse. Loomi kaasavate sekkumiste tähtsus on tõusuteel, kuna arvukad uurimistööd näitavad nende efektiivsust inimeste heaolule, vaimsele ja füüsilisele tervisele. Loomi kaasavad sekkumised dementsusega inimestega põhinevad inimeste ja loomade vahelisele aastatuhandete jooksul välja kujunenud interaktsioonil. Leevendades neuropsühhiaatrilisi sümptomeid, tõstes sotsiaalset aktiivsust, parandades kognitiivseid funktsioone, füüsilist võimekust ja toetades osalemist igapäevaelu tegevustes, on loomi kaasavad sekkumised tõhusad dementsusega inimeste elukvaliteedi parandamisel. Samuti võivad loomi kaasavad sekkumised hõlbustada terapeutiliste eesmärkide saavutamist tegevusteraapias.

**Võtmesõnad:** dementsus, loomi kaasavad sekkumised, tegevusteraapia, elukvaliteet, neuropsühhiaatrilised sümptomid

## SUMMARY

Airi Alumets (2024). Tallinn Health Care College, Health Education Centre, Curriculum of Occupational Therapy. Animal Assisted Interventions in Improving Quality of Life for People with Dementia. Final thesis on 35 pages, 81 references, 1 appendix, 1 table.

**The aim of final thesis** is to give an overview of animal assisted interventions in improving quality of life for people with dementia.

**The research method of this final thesis** is theoretical, the review of the literature. In compiling the research the literature sources were used from the databases EBSCO and Chocrane Database of Systematic Reviews, the Reseachgate repository, the E-catalog ESTER of libraries, the Internet search engines PubMed, Google Scholar and Google. The reference management software Mendeley was used in referencing.

**The most important conclusions of the reseach:** The progressive cognitive decline causes changes in performance of activities of daily living, decline in memory, expression, attention and orientation. Neuropsychiatric symptoms in dementia trigger mental disorders and problematic behaviour. The decline in cognitive and functional abilities, neuropsychiatric symptoms, changes in the living environment and side effects of medications lead to decreased quality of life for people with dementia. Results of numerous studies show effectiveness of animal assisted interventions on human well-being, mental and physical health. Importance of animal assisted interventions is on the rise. These are based on human-animal interaction, which have existed over millennia. Reducing neuropsychiatric symptoms, increasing social activity, improving cognitive function, physical ability and supporting participating in activities of daily living animal assisted intervention improve quality of life for people with dementia and can promote the achievement of therapy goals in occupational therapy.

**Key words:** dementia, animal assisted interventions, occupational therapy, quality of life, neuropsychiatric symptoms

## SISUKORD

KOKKUVÕTE.....	3
SUMMARY .....	4
SISSEJUHATUS.....	6
1. METOODIKA.....	9
2. DEMENTSUSEGA INIMESTE ELUKVALITEET .....	11
2.1. Dementsusega inimeste elukvaliteeti mõjutavad tegurid .....	11
2.2. Eetika dementsusega inimestega töötamisel.....	14
3. LOOMI KAASAVAD SEKKUMISED DEMENTSUSEGA INIMESTELE.....	16
3.1. Loomi kaasavate sekkumiste taust .....	16
3.2. Loomi kaasavad sekkumised dementsusega inimeste elukvaliteedi parandamisel .....	17
3.3. Eetika loomi kaasavates sekkumistes .....	22
4. ARUTELU .....	24
JÄRELDUSED.....	27
KASUTATUD KIRJANDUS .....	28

### LISAD:

LISA 1. Tabel 1. Koera kaasava teraapiasessiooni näide elukvaliteedi, kognitiivsete ja psühhosotsiaalsete tegevuseelduste parandamiseks

## SISSEJUHATUS

Dementsus ehk dementsussündroom on maailmas üha levinum ja üle 65-aastaste inimeste hulgas üks peamisi puude põhjustajaid. Maailma Terviseorganisatsiooni (*World Health Organization*) hinnangul on dementsus maailmas üle 55 miljonil inimesel. (World Health..., 2023). Prognooside kohaselt kasvab dementsusega inimeste arv 2050. aastaks 152 miljoni inimeseni (World Health..., 2017). Dementsus areneb aeglaselt ja selle algfaasis jäävad sümptomid sageli märkamatuks. Dementsuse süvenedes tekivad muutused käitumises. Inimene kaotab järk-järgult võime mõelda, meeles pidada, ennast väljendada, juhtida oma igapäevaseid tegevusi ja teiste inimestega edukalt sotsialiseeruda. (Lai et al., 2019). Peamised sümptomid, mis dementsusega kaasnevad on kognitiivse võimekuse langus, depressioon, ärevus, agressiivsus, söömishäired ja füüsilise võimekuse vähenemine. Dementsuse välja ravimiseks tänasel päeval farmakoloogilised vahendid puuduvad. (Yakimicki et al., 2019).

„Loomi kaasavad sekkumised jagunevad looma kaasavaks külastuseks, looma kaasavaks õppeks, looma kaasavaks teraapiaks ning looma kaasavaks nõustamiseks...“ (IAHAI White..., 2018: 5). Uurimistöodes on leitud selge seos inimeste ja loomade vahelise suhtluse ning tervena vananemise vahel. Mitmetes uurimistöodes on täheldatud loomi kaasava teraapia ja loomadega seotud tegevuste mõjul dementsusega inimeste depressiooni ning ärevussümptomite vähenemist. (Gee et al., 2017). Loomi kaasavat teraapiat on pakutud alternatiivse võimalusena inimeste funktsioneerimisvõime parandamiseks ja dementsusega kaasnevate sümptomite leevendamiseks (Lai et al., 2019). „Loomi kaasavate sekkumiste valdkond on veel noor ja arenev, kuid õige suunitluse korral pakub see soodsa hinnaga, holistilist ravi paljude terviseprobleemide korral“ (Kivisalu, 2021: 7). Tegevusteraapias kaasatakse loomi teraapiaprotsessis taastusravis, neuroloogilises rehabilitatsioonis ja vaimse tervise valdkonnas erinevate füüsiliste, sotsiaalsete, motoorsete ning sensorsete oskuste arendamiseks ja toetamiseks (Vakrinou & Tzonichaki, 2020). Käesolevas töös uuritakse kirjandusallikate põhjal loomi kaasavaid sekkumisi dementsusega inimeste elukvaliteedi parandamisel.

Autorile teadaolevalt on tegevusterapeutidest sekkumistest dementsusega inimestega Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli tegevusteraapia õppetoolis koostatud ja kaitstud lõputööd: „Tegevusterapeudi roll Alzheimeri tüüpi dementsusega eaka toimetuleku toetamisel igapäevategevustes“ (Šmõreitsik, 2012); „Tegevusterapeudi roll dementsussündroomiga kliendi lähedaste nõustamisel“ (Niilo, 2018); „Multisensoorse keskkonna loomine

dementsussündroomiga patsientidele Benita Kodu AS Näitel“ (Käosaar, 2019). Loomi kaasavaid sekkumisi on käsitletud lõputööd: „Abi- ja teraapiakoorte kasutamine tegevusteraapias“ (Rästa, 2012); „Ratsutamisteraapia kasutamine tegevusteraapias ja selle mõju 5–7 aastastele autistlikele lastele“ (Mäemurd, 2012); „Koorte mõju autismispektri häirega laste tegevusvõimele ja nende perekonnale“ (Tartlan, 2019); „Loomi kaasavad tegevusterapeutilised sekkumised“ (Kivisalu, 2021); „Veteranidel esineva posttraumaatilise stressihäire tegevusterapeutiline sekkumine läbi koeri kaasava teraapia“ (Pärtel, 2021) ja „Koeri kaasav tegevusteraapia insuldi läbi põdenud patsientide taastusravis“ (Jaup, 2022). Kuigi nii dementsussündroomist kui loomade kaasamisest on lõputöid kirjutatud, ei ole eelnevalt käsitletud nende omavahelist seost. Autori arvates on oluline uurida loomi kaasavate sekkumiste mõju dementsussündroomiga inimestele. Uurimistöö vastab Tervishariduse keskuse tegevusterapeudi õppekava uurimissuunale „Terapeutilised tegevused tegevusteraapias“ (Uurimissuunad ja ..., 2018).

**Uurimistöö probleem:** Dementsusega inimeste arv on kasvava trendiga (World Health..., 2017) ja on vajadus alternatiivsete meetodite järele dementsusega inimeste elukvaliteedi parandamiseks (Kårefjärd & Nordgren, 2019) ning loomi kaasavaid sekkumisi nähakse selleks ühe võimalusena (Franklin et al., 2022).

**Uurimistöö eesmärk** on anda ülevaade loomi kaasavatest sekkumistest dementsusega inimeste elukvaliteedi parandamisel.

**Uurimistöö ülesanded** on püstitatud järgmiselt:

1. Kirjeldada dementsusega kaasnevate sümptomite mõju inimese elukvaliteedile.
2. Anda ülevaade loomi kaasavatest sekkumistest dementsusega inimestega.

**Uurimistöö kesksed mõisted:**

**Dementsus, dementsussündroom** (*dementia*): „Kroonilise või progresseeruva kuluga sündroom, mille korral on häiritud mitu kõrgemat kortikaalset funktsiooni (sealhulgas mälu ja mõtlemine) ning need on väljendunud määral, et see häirib igapäevaseid toiminguid ja aktiivsust. Kindla diagnoosi püstitamiseks peavad sümptomid olema kestnud vähemalt 6 kuud. Teadvus ei tohi olla häiritud.“ (Saks, 2016: 360-361).

**Elukvaliteet** (*quality of life*): On inimeste hinnang enda elule, arusaamine enda rollist selle kultuurilises ja väärtuste kontekstis, koos kõigi ootuste, standardite ja takistustega (World

Health...; Eesti Keele..., 2022). Dementsusega inimeste elukvaliteet sõltub paljuski emotsionaalsest ja füüsilisest heaolust, võimest säilitada iseseisvus igapäevaelu tegevustes, sisustada aega, hoida sotsiaalseid suhteid ning suhelda teiste inimestega (Moyle et al., 2015).

**Looma kaasav sekkumine** (*animal assisted intervention*): „Eesmärgipärane, kindla struktuuriga sekkumine, milles teadlikult kaasatakse loomi inimese heaolu toetamiseks tervishoiu-, haridus- ja sotsiaalvaldkonnas. Sekkumistes on oluline teadvustada aspekte, mis on loomade kaasamisega seotud (eetilisus, kõigi osapoolte ohutus ning heaolu).“ (IAHAI White..., 2018: 5).

**Neuropsühhiaatrilised sümptomid** (*neuropsychiatric symptoms*): on depressioon, ärevus, apaatia, agressiivsus, unehäired, luulumõtted, hallutsinatsioonid ja erinevad käitumishäired, mida esineb 98%-l dementsusega inimestest (Phan et al., 2019).



## 1. METOODIKA

Uurimistöö koostamisel kasutati kirjanduse ülevaatenä teoreetilist uurimismeetodit. Kirjanduse ülevaade on uurimusliku kirjanduse kokkuvõte, mis koosneb kirjanduse otsingust, lugemisest, analüüsimisest, sünteesimisest, hindamisest ja selle tõlgendamisest (Õunapuu, 2014: 94). Kuna lõputöö eesmärk on anda ülevaade loomi kaasavatest sekkumistest dementsusega inimestega, siis on teoreetiline uurimismeetod kirjanduse ülevaatenä uurimistöös asjakohane. Uurimistööks sobivate allikate kogumine ja läbitöötamine toimus ajavahemikul november 2020 – aprill 2024. Kirjandusallikate ja teadusartiklite leidmiseks kasutati andmebaase EBSCO ja *Chocrane Database of Systematic Reviews*, repositooriumi *Reseachgate*, raamatukogude E- kataloogi ESTER, interneti otsingumootoreid *PubMed*, *Google Scholar* ning *Google*.

Infootsing teostati erinevates teaduskirjanduse andmebaasides inglise- ja eestikeelsete märksõnade ja otsingulausete põhjal. Otsimisel kasutati järgnevaid otsingusõnu ja neist koostatud sõnakombinatsioone: looma kaasav teraapia (*animal assisted therapy*), loomi kaasavad sekkumised (*animal assisted intervention*), hobuteraapia (*equine therapy*), dementsus (*dementia*), Alzheimeri tõbi (*Alzheimer*), elukvaliteet (*quality of life*) ja eetika (*ethics*).

*Google Scholar* andis infootsingule sõnade *animal assisted interventions* lühendist AAI ja sõnadega *dementia* ning *quality of life* ajalise piiranguga 2011 – 2021 vasteid 1380. Allikate esmavalik tehti töö teemaga sobivate pealkirjade põhjal. Kokku töötati läbi 95 kirjandusallika kokkuvõtted ja selekteeriti välja ning kasutati töö koostamisel 81 sobivat. Kasutatud kirjandusallikad valiti töö koostamiseks tõendus põhiseusest, ilmumisaastast, tervikteksti olemasolust ja teemakohasusest lähtuvalt. Valituks ei osutunud artiklid, milles ei leidunud antud töö koostamiseks vajalikku informatsiooni. Kasutatud allikatest on 59 teadusartiklit, 4 raamatut, 2 õpikut ning 16 muud allikat. Töö koostamisel kasutatud kirjandusallikate ilmumisaasta jäi vahemikku 2012 – 2024, kuna materjalide otsimist ja läbi töötamist alustati 2020. aastal. Enamus uurimistöö koostamisel kasutatud allikatest on ingliskeelsed. Vanemaid kirjandusallikaid kasutati töös aktuaalsuse ja teemakohasuse tõttu, et säilitada töö terviklikkus.

Uurimistöös lähtuti Eesti Tegevusterapeutide Liidu eetikakoodeksi heategemise printsiibist eesmärgiga suurendada dementsusega inimeste heaolu, tõe ja kahju vältimise printsiibist, kuna kasutati tõendus põhiseid allikaid, milles sisalduvat informatsiooni käsitleti ja anti edasi tõepäraselt vältides mistahes kahju tekitamist (Eetikakoodeks, 2013). Vastavalt Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli kirjalike tööde koostamise ja vormistamise juhendile (2023) kasutati

uurimistöo koostamisel tõenduspõhiseid ja eetilistest aspektidest lähtuvad allikaid. Uurimistöös ei esine plagieerimist ja kõikidele uurimistöo koostamisel kasutatud allikatele ning autoritele on korrektselt viidatud. Viitamisel kasutati viitehalduri tarkvara *Mendeley*.

## **2. DEMENTSUSEGA INIMESTE ELUKVALITEET**

### **2.1. Dementsusega inimeste elukvaliteeti mõjutavad tegurid**

Iseseisev toimetulek igapäevalus mõjutab inimeste enesehinnangut, vaimset tervist ja heaolu. Enda elukvaliteeti hindavad madalamalt inimesed, kes vajavad igapäevaelu tegevustes kõrvalabi. (Datta et al., 2014). Dementsusega inimeste elukvaliteedile avaldavad mõju demograafilised, sotsiaalsed, füüsilised, psühholoogilised ja usulised faktorid. Arvatakse, et inimese elukvaliteet halveneb koos kognitiivse languse süvenemisega. (Jing et al., 2016). Dementsus on sümptomite kogum, mille progresseerudes kaotavad inimesed järk-järgult iseseisvuse ja oskuse sooritada igapäevaseid tegevusi (Prizer & Zimmerman, 2018), muutudes kõrvalabist sõltuvaks nii kodus kui hooldekodus elades (Giebel et al., 2014).

Vananevad inimesed elavad täisväärtuslike kogukonna liikmetena ajani, mil nende kognitiivne ja füüsiline võimekus hakkavad langema ning mõjutama igapäevast toimetulekut (Moyle et al., 2015). Esimesed raskused igapäevaste tegevuste sooritamisel ilmnevad juba kerge kognitiivse languse korral ja need süvenevad kerge dementsuse staadiumis, mil söögi valmistamine, ühistranspordi kasutamine, poes käimine ja rahaasjade korraldamine hakkavad valmistama raskusi (Marshall et al., 2012). Inimesed, kes elavad oma kodus ja jätkavad aktiivsete kogukonna liikmetena dementsuse varajases staadiumis elukvaliteedi langust enamasti ei taju (Jing et al., 2016). Järjest keerulisemaks muutub igapäevaelu tegevuste sooritamine dementsuse progresseerudes, kui inimene hakkab vajama üha enam juhendamist, kaotab oskuse ise süüa, riietuda, kasutada WC-d, hoolitseda hügieeni ja välimuse eest (Marshall et al., 2012). Progresseeruv kognitiivne langus mõjutab nii mälu, tähelepanu, kõneoskust kui takistab suhestumist oma eluga (Moyle et al., 2015). Dementsuse süvenedes kaob inimestel oskus orienteeruda ajas ja kohas, suhtlemisoskus ning lõpuks ei suudeta ära tunda lähedasi (Lai et al., 2019).

Hooldekodusse sattunud dementsusega inimesed tajuvad elukvaliteedi halvenemist välismaailma ja lähedastega vähenenud või katkenud kontakti tõttu. Kuna lähedased peavad elukvaliteedi juures olulisimaks keskkonnast tulenevaid tegureid ja personal füüsilist seisundit, ei pöörata dementsusega inimeste heaolu kujundavatele sotsiaalsetele ja psühholoogilistele faktoritele sageli piisavalt tähelepanu. (Jing et al., 2016). Kuigi eeldatakse, et dementsusega inimesed ei suuda end väljendada ega avaldada arvamust neile olulistest asjadest, on olemas teaduslikud näited, kus nad on suutnud anda oma elukvaliteedile arvestatava hinnangu.

Austraalia hooldekodudes intervjueriti dementsusega elanikke ning tulemustest selgus, et nende jaoks on oluline säilitada võimalikult kaua iseseisvus, kontrollida enda elus toimuvat, omada sõnaõigust neid puudutavates otsustes ja kujundada ise oma igapäevaseid rutiine. (Moyle et al., 2015). Martyr jt (2018) leidsid oma töös, et samavõrra oluline neile on olla sotsiaalselt kaasatud, teadlik oma tervislikust seisundist, säilitada head suhted hooldekodu personaliga ja et nende spirituaalseid veendumusi austatakse (Martyr et al., 2018).

Parem tasakaal, kõrgem lihastoonus ja suurem mobiilsus aitavad olla igapäevaselt aktiivsemad ning seetõttu hindavad inimesed, kes suudavad iseseisvalt ringi liikuda enda elukvaliteeti kõrgemalt (Telenius et al., 2013). Langenud funktsionaalne võimekus (Burks et al., 2021) ja dementsusega esinevad neuropsühhiaatrilised sümptomid on aga põhjuseks elukvaliteedi halvenemisele (Martyr et al., 2018). Depressiivsed ja kognitiivsed sümptomid on eakatel inimestel väga levinud ning neid seostatakse kognitiivsete funktsioonide languse ja halvenenud elukvaliteediga (Voros et al., 2020). Eakatel inimestel esinev depressioon võib olla üks dementsuse põhjustest, kuid ühtlasi on see ka üks peamisi sümptomeid, mis dementsusega kaasneb (Kitching, 2015). Puuduva väljendus – ja suhtlemisoskuse tõttu kogevad dementsuse hilistes staadiumites olevad inimesed sageli sotsiaalset isoleeritust ja üksildust, mis on põhjuseks depressiooni tekkimisele ning süvenemisele (Shen et al., 2022). Depressiooni ja teisi neuropsühhiaatrilisi sümptomeid on keeruline märgata ning ravida (Lanctôt et al., 2017). Depressiooni, ärevust, tajuhäireid, pärssivat käitumist, üldist erutusseisundit, unehäireid, agressiivsust (Phan et al., 2019), psühhosile omaseid luulumõtteid ja hallutsinatsioone (Lanctôt et al., 2017) esineb enamusel dementsusega inimestel kõikides dementsuse staadiumites (Lyketsos et al., 2002). Sümptomid intensiivistuvad dementsuse progresseerudes (García-Martín et al., 2022).

Neuropsühhiaatrilised sümptomid on ülemäärase stressi allikaks nii dementsusega inimestele kui nende lähedastele ja need saavad sageli hooldekodusse paigutamise põhjuseks (Lanctôt et al., 2017). Hooldekodus viibides süveneb dementsusega inimeste üksildustunne ja sotsiaalne isoleeritus kontakti puudumise tõttu välismaailmaga ja vaatamata seal korraldatavatele ühistegevustele kasvab depressioonitase veelgi (Shen et al., 2022). Depressiooniga kaasneva ärrituvuse, agressiivsuse ja ärevuse tulemusena häirub inimeste energiatase, une bioloogiline rütm, halveneb söögiisu, tekib üldine negatiivne meelestatus ja lootusetus. Inimesed muutuvad apaatseks ja kaotavad huvi iseenda ning ümbritseva maailma vastu, nende motivatsioonitase langeb ja algatusvõime väheneb (Kitching, 2015). Depressiooniga kaasnevat ärevust ja sellele sarnanevaid sümptomeid (ärrituvus, agressiivsus, rahutus, uitamine, unehäired jne) võib

kaasned ka teiste neuropsühhiaatriliste sümptomitega. Ärevust kogeb 38% – 72% dementsusega inimestest. Ärevuse tase tõuseb dementsuse hilisemates staadiumites. Selle tagajärjel tekkinud unehäirete tulemusena häiruvad kognitiivsed funktsioonid ja igapäevaelu tegevuste sooritamine muutub inimese jaoks keeruliseks. (Kwak et al., 2017). Üldist erutus seisundit esineb 30% - 50% dementsusega inimestest. See põhjustab rahutust, sihipäratut motoorset aktiivsust, verbaalset ja füüsilist agressiivsust ning emotsionaalset stressi. (Carrarini et al., 2021). Samuti võivad liigset erutust dementsusega inimestel esile kutsuda erinevad sensoorsed stiimulid – liiga ere valgus, tugevad helid, ebasümpaatsena tunduv hooldekodu personal, muudatused keskkonnas või ravirežiimis (Carrarini et al., 2021). Erinevate käitumishäirete põhjuseks võivad olla ka luumurrud, seedehäired, halvasti suhu sobivad hambaproteesid või kroonilistest liigesehaigustest tingitud ebamugavustunne ja valu (Kratz, 2017).

Kõigi erinevat tüüpi dementsustega, kuid eriti Alzheimeri tõvega kaasneva dementsusega esineb psühhoosiseisundeid, millele on iseloomulikud luulumõtted ja hallutsinatsioonid (Khanna et al., 2022). Dementsusega inimeste luulumõtted ei ole tavaliselt seotud reaalsete sündmustega minevikust, kuid need põhjustavad hirmutunnet, ärevust, agressiivsust, unetust ja sihipäratut ringiuitamist (Cipriani et al., 2014). Hallutsinatsioonid võivad olla nii visuaalsed, auditiiivsed kui taktilised ega sõltu väliskeskkonna stiimulitest. Inimene võib kuulda helisid, tajuda lõhnu, tunda puudutusi ja näha nägemusi, mida tegelikult ei ole olemas. (Khanna et al., 2022). Neuropsühhiaatrilised sümptomid tekitavad liigset stressi nii dementsusega inimeste lähedastes kui inimestes endas (Cipriani et al., 2014). Dementsusega inimesed ei oska enamasti ise oma seisundit hinnata, neil võivad esineda raskused eneseväljendusega ja puududa verbaalne võimekus kaebuste kirjeldamiseks. Lähedased jätavad sümptomid sageli tähelepanuta, pidades neid ekslikult loomuliku vananemise osaks või peljates ühiskonnas valitsevaid psühhoosiliste häiretega seotud stigmasid. (Khanna et al., 2022). Sellest tulenevalt jäävad somaatiliste sümptomite tegelikud põhjused sageli avastamata ja neist tingitud neuropsühhiaatrilisi sümptomeid ravitakse algpõhjust tuvastamata (Kratz, 2017). Sümptomite leevendamiseks ja nendega kaasnevate käitumishäirete ravis kasutatakse enamasti farmakoloogilisi vahendeid, mis põhjustavad sageli negatiivseid kõrvaltoimeid (Ohno et al., 2019).

## 2.2. Eetika dementsusega inimestega töötamisel

Lääne ühiskonnas seostatakse vananemist hääbuvate võimetega ja sellele on omane vanuse ning võimekuse alusel diskrimineerimine. Levinud on eelarvamus, et intellektuaalse ja füüsilise puudega inimesed ei ole ühiskonnale sama väärtuslikud kui teised samaealised, sest nad ei suuda täita oma rolle teistega võrdselt. (Bottenberg & Dublevič, 2022). Dementsus mõjutab inimese identiteeti, autonoomiat, huvisid, otsustusvõimet ja seda, kellena teised teda näevad (Parker, 2020). See kujundab ühiskonna suhtumise dementsusesse ning avaldab mõju sellele, millisenä dementsuse diagnoosi saanud inimesed ise oma tulevikku tajuvad (Bottenberg & Dublevič, 2022). Dementsusega inimestega töötavad spetsialistid puutuvad kokku erinevate filosoofiliste ja eetiliste dilemmadega, milleks võivad olla nii tõe rääkimine, liikumisvabaduse piiramine, väärkohtlemine, haavatavus, konfidentsiaalsus kui abistavate tehniliste vahendite kasutamine (Parker, 2020).

Sageli püütakse dementsusega inimeste neuropsühhiaatrilisi sümptomeid kontrollida ravimeid manustades. Neid eelistatakse peamiselt seetõttu, et see on odavam ja kättesaadavam viis. Puuduvad ka vajalikud spetsialistid või teadmised psühhosotsiaalsete sekkumiste (muusikateraapia, nukuteraapia, mälestusteraapia, massaaž või loomi kaasavad sekkumised jne) läbi viimiseks. Psühhosotsiaalsed sekkumised lähtuvad inimeste individuaalsetest eelistustest ja võimaldavad pakkuda kliendikeskset hooldust, mis on oluline dementsusega inimeste elukvaliteedi parandamisel. Paraku vähenenud väljendusoskuse tõttu võib ka dementsusega inimeste eelistuste välja selgitamine osutuda väljakutseks. (Strøm & Engedal, 2021). Kõrvalseisjad võivad eeldada, et dementsusega inimestel puudub iseseisvus, seetõttu nende soove ja tundeid sageli eiratakse, mis avaldab tugevat mõju inimeste heaolule (Parker, 2020). Kui inimesel on dementsus, ei peaks saama tavaliseks, et tema juuresolekul räägitakse pereliikmetega, kuid inimest ennast eiratakse (Bottenberg & Dublevič, 2022). Uuringud näitavad, et hinnangute andmine ei ole sõltuv mälu funktsioonidest (Strøm & Engedal, 2021). Depersonaliseerivat suhtumist ja käitumist peab vältima. Kaasamine erinevatesse tegevustesse annab dementsusega inimestele märku, et nad on endiselt olemas, neid märgatakse ja nendega arvestatakse. (Bottenberg & Dublevič, 2022). Dementsusega inimeste vajaduste välja selgitamiseks on oluline kontakt lähedastega ja dementsusega inimeste minevikusündmuste, huvide ning eelistuste tundma õppimine vajadusel mitteinverbaalse suhtluse abil (Strøm & Engedal, 2021). Dementsusega inimesed väljendavad sageli oma arvamust tegude ja käitumisega (Parker, 2020). Kuid see, mis neile meeldis minevikus, ei pruugi enam olla

meeltemööda dementsuse progresseerudes. Seepärast peab arvestama sekkumiste planeerimisel inimeste huvidega käesolevast ajahetkest lähtuvalt, kaasates dementsusega inimesi protsessidesse, mis puudutavad nendega seonduvat. (Strøm & Engedal, 2021).

Dementsusega inimeste eest hoolitsemisel võib ette tulla olukordi, kus peab valima situatsioonist olenevalt tõe või vale rääkimise vahel. Kuigi tõe rääkimine võib dementsusega inimestele tekitada ülemäärast stressi, tuleks seda eelistada „valgetele valedetele“. See tõstab usaldust ning on märk kliendi austusest ja tema iseseisvuse tunnustamisest. Siiski inimese säästmiseks tuleb arvestada dementsuse puhul haavatavusega ning lähtuda igaühest individuaalselt, kui palju tõest avaldada. (Parker, 2020).

Ajaloost on teada, et dementsusega inimesi on ohjeldatud jõhkratel ja ebainimlikel meetoditel (Bottenberg & Dublevič, 2022). Füüsilised piirangud (nt jõumeetodite kasutamine, uste lukustamine, kinni sidumine), ravimite kasutamine ja tervishoiuasutuses hoidmine pideva järelvalve all piirab dementsusega inimeste vabadust. Piirangute kasutamine dementsusega inimeste hooldekandes, kui need ei ole seatud kohtu korraldusel, ei ole millegagi õigustatud. On nii juriidiline kui eetiline kohustus kaitsta dementsusega inimesi väärkohtlemise eest, kes võivad teha kognitiivse languse tõttu ebaõigeid otsuseid, luua keerulisi suhteid ja sattuda ärakasutamise ohvriks. Tehnilised vahendid ja jälgimisseadmed võivad küll tagada turvalisuse ning hõlbustada lähedaste elukorraldust, kuid samas piirata dementsusega inimeste isikuvabadust ning põhjustada stigmatiseerimist. (Parker, 2020).

Piirid hea tegemise ja eetika vahel võivad sageli dementsusega inimestega töötades olla ähmased. Seepärast on vajadus kehtestada konkreetsed juhised, kuidas toimida erinevates olukordades dementsusega inimeste heaolu ja õigusi kahjustamata. Dementsusega inimeste hooldus nõuab tihedat koostööd kliendi, töötajate ja lähedaste vahel, kõigi õiguslike ning eetiliste aspektide rakendamist. (Parker, 2020).

### 3. LOOMI KAASAVAD SEKKUMISED DEMENTSUSEGA INIMESTELE

#### 3.1. Loomi kaasavate sekkumiste taust

Maailmas on lemmikloomade pidamine populaarsem kui eales varem (Serpell, 2017). Lisaks on tõusnud loomi kaasavate sekkumiste populaarsus eakatega seotud teraapiaprogrammides, mis on suunatud vaimse tervise, sotsiaalse kaasatuse, südame-veresoonkonna haiguste ennetamise ja raviga ning füüsilise aktiivsuse tõstmisega (Gee et al., 2017).

Loomade kasutamisel terapeutilistel eesmärkidel on pikk ajalugu (Fine, 2015: xx-xxii). Selle edukuse aluseks on aastatuhandete vanune inimeste ja loomade vaheline side (Serpell, 2017). Vana Egiptuse linn Hardai sai sinna ehitatud koera peaga jumal Anubisele pühendatud templite järgi tuntuks nimega Cynopolis ehk Koerte linn. Koeri peeti seal ohvriloomadena, kuid nad leidsid kasutust ka terapeutilistel eesmärkidel. Neil lasti lakkuda haavu ja vigastusi, kuna usuti, et nende süljel on tervendav mõju. Vana-Kreekas võeti komme üle ning meditsiinijumal Asclepiusele pühendatud templites hakati eraldi pidama haavade lakkumiseks treenitud koeri. Koera sülje tervendavat mõju usutakse tänapäevalgi mitmetes kultuurides ja seda tõestavad ka teadusuuringud. (Fine, 2015: xx-xxii).

Inglise filosoof John Locke väitis 17. sajandi teises pooles, et tegevused väikeloomadega toetavad laste sotsiaalset arengut ja arendavad empaatiavõimet. 19. sajandil märkis Florence Nightingale, et väikeloomad leevendavad patsientidel pikaajalist depressiooni. Sigmund Freud tundis end teraapiaseansside ajal vabamalt, kui juures viibis tema *chow-chow* tõugu koer Jofi. Õige pea märkas psühhoanalüütik, et ka patsiendid, eriti lapsed ja noorukid, tunnevad end koera juuresolekul paremini. Need tähelepanekud julgustasid teisi spetsialiste kaasama koeri süstemaatiliselt teraapiaseanssidesse. (Fine, 2015: xx-xxii).

Lähimineviku uurimistööd on näidanud, et inimeste ja loomade vaheline interaktsioon mõjutab inimese heaolu ja tervist, mistõttu on loomi kaasavate sekkumiste tähtsus tõusnud erinevates vaimse ning füüsilise tervise valdkondades (Hediger et al., 2019). Inimeste ja loomade vastastikune partnerlus soodustab sotsiaalset aktiivsust ning vähendab väliskeskkonnast tingitud stressi, seepärast kaasatakse loomi järjest enam erinevatesse terapeutilistesse sekkumistesse füüsiliste, kognitiivsete ning vaimse tervise valdkondades (Serpell, 2017).

Loomi kaasavates sekkumistes on oluline tagada nii inimese kui looma heaolu. Teraapialooma



juhid peavad olema läbinud vastava koolituse, hindama enne sekkumist terviseriske, mõistma klientide vajadusi ning arvestama nende kultuurilise taustaga, mis võib olla loomi kaasavate sekkumiste põhimõtetega vastuolus. Sekkumises osalev loom on elusolend, kelle igakülge heaolu tagamisel järgitakse humaansuse põhimõtteid, mille eest vastutab loomajuht. Loomi kaasavatesse sekkumistesse saab kaasata ainult kodustatud loomi, keelatud on metsikud ja eksootilised liigid. (IAHAIIO White..., 2018: 8 - 10). Loomi kaasavate sekkumiste tulemusena erinevas eas ja diagnoosidega inimestega on täheldatud stressi, valu ning ärevuse vähenemist (Bert et al., 2016).

### **3.2. Loomi kaasavad sekkumised dementsusega inimeste elukvaliteedi parandamisel**

Loomi kaasavad sekkumised võivad olla dementsuse ravis tõhusad, kuna loomade seltsis viibimine parandab füüsilist ning vaimset enesetunnet, meeleolu, pakub tuge igapäevastes tegevustes osalemisel ja vähendab käitumishäireid (Lai et al., 2019). Märkatud on muutusi dementsusega inimeste sotsiaalses käitumises, ärevuse ja agressiivsuse langust, füüsilise aktiivsuse ning söögiisu paranemist. Erinevates uurimistöodes on leitud, et loomi kaasavad sekkumised avaldavad positiivset mõju dementsusega inimeste elukvaliteedile. (Yakimicki et al., 2019). Kuigi loomi kaasavad sekkumised mõjutavad dementsusega inimeste üldist heaolu, vajab antud valdkond põhjalikumat uurimist puuduva ühtse seisukoha tõttu, kas loomi kaasavate sekkumiste järgseid positiivseid muutusi põhjustab siiski loomade kaasamine sekkumistesse (Wesenberg et al., 2019).

Dementsusega inimestele sobivate tegevuste leidmine võib olla keeruline, ent erinevad sotsiaalsed ja vaba aja veetmisega seotud tegevused võivad pidurdada kognitiivset langust (Pope et al., 2016). On täheldatud, et tegevused loomadega aitavad dementsusega inimestel luua sotsiaalseid suhteid, parandavad mälu, sotsiaalseid oskusi (Eaton-Stull & Williams, 2019) ja keskendumisvõimet (Rodrigo-Claverol et al., 2020). Samuti on märgatud, et loomi kaasavad sekkumised hooldekodudes on tõhusad dementsusega inimeste vaimse (Wesenberg et al., 2019) ja füüsilise seisundi parandamisel (Franklin et al., 2022), depressiooni (Olsen et al., 2016) ning ärevuse sümptomite leevendamisel (Yakimicki et al., 2019).

Üheks võimaluseks dementsusega inimeste kognitiivsete funktsioonide säilitamiseks, inimeste aktiveerimiseks ja kaasamiseks erinevatesse tegevustesse peetakse loomi kaasavat teraapiat (Pope et al., 2016). Kuid alati ei pea sekkumistesse kaasatavad loomad olema sertifitseeritud teraapialoomad ja mitmetes hooldekodudes peetakse lemmikloomadena kasse, koeri, linde ja

kalu, kellel kõigil on oma roll eakate elanike elukvaliteedi parandamisel. Enamik uurimistöödest käsitleb koeri kaasavaid sekkumisi, palju vähem on uuritud teisi kaasatavaid loomi ja linde. (Ebener & Oh, 2017). Loomi kaasavaid sekkumisi rakendatakse üha sagedamini hooldekodudes, et suurendada dementsusega inimeste igapäevast sotsiaalset aktiivsust ja omavahelist suhtlemist (Pope et al., 2016). Kunagiste lemmikloomade meenutamine, loomadega suhtlemine, erinevates tegevustes loomadele korralduste mõtlemine mõjub kognitiivse stimulatsioonina ning julgustab dementsusega inimesi ennast väljendama. Märatud on, et dementsusega inimesed loovad looma juuresolekul kergemini teistega kontakti. (Wesenberg et al., 2019).

**Koerad** on eelistatuid loomad, keda inimsõbraliku loomuse ja erakordse võime tõttu inimesi innustada kaasatakse loomi kaasavatesse sekkumistesse (Rodrigo-Claverol et al., 2020). Koera lähedalolek loob pingevaba ja suhtlemist soodustava õhkkonna (Rodrigo-Claverol et al., 2020) ning tema juuresolekul tunnevad inimesed end lõdvestunumalt (Peluso et al., 2018). Koera kaasavate sekkumiste tulemusena on mõõduka ja mõõdukalt raske dementsusega inimestel märatud sotsiaalse aktiivsuse kasvu ning sagedaid positiivse meelestatuse perioode. Inimesed otsivad sekkumiste ajal koeraga verbaalset ja füüsilist kontakti ning on liikuvamad. Uurimistöödes on leitud, et looma harjamine või silitamine mõjutab dementsusega inimeste emotsionaalset heaolu (Wesenberg et al., 2019), pakub meeldivat sensoorset stimulatsiooni (Olsen & Predesen, 2016b) ja lohutust (Travers et al., 2013).

Koera kaasava rühmateraapia (vt lisa 1) ajal saavad dementsusega inimesed loomaga individuaalselt suhelda – lugeda ette lühijutte või luuletusi, mängida, jalutada, teda silitada ja pakkuda toitu. Teraapiatsüklites, kuhu oli kaasatud koer, suhtlesid osalejad meelsamini koera kui teiste teraapias osalenud inimeste (Travers et al., 2013) või koerajuhiga (Wesenberg et al., 2019). Pärast koeri kaasavate sekkumiste lõppemist täheldati dementsusega inimeste muutumist initsiatiivikamaks, kontaktsemaks, neil tõusis huvi ümbritseva vastu ja paranes üldine meeleolu (Rodrigo-Claverol et al., 2020). Koera kaasavad sekkumised aitavad parandada dementsusega inimeste väljendusoskust suurendades verbaalset ja mitteverbaalset suhtlust teistega (Eaton-Stull & Williams, 2019).

Depressiooni ja ärevuse tase hooldekodudes viibivate dementsusega inimeste seas on väga kõrge, kuid loomi kaasavad sekkumised võivad olla tõhusad dementsusega inimeste üksilduse, isoleerituse ja sellega kaasneva depressiooni vähendamisel (Olsen et al., 2016a). Koeri kaasava teraapia puhul kerge ja mõõduka dementsusega inimestega on täheldatud olulist meelolu ja

psühhosotsiaalse funktsionaalsuse paranemist võrreldes tavapäraste sekkumistega (Travers et al., 2013).

Pärast koeri kaasavaid külastusi hooldekodudesse märgati dementsusega inimestel muutusi meeleolus, agressiivsuse, ärevuse (Pope et al., 2016), depressiooni vähenemist ja elukvaliteedi paranemist (Alarcón-Braga et al., 2023). Austraalia hooldekodudes läbi viidud uurimistöös, milles osales 55 kerge ja mõõduka dementsusega inimest märgiti tulemustes, et pärast koera kaasavas teraapias osalemist oli dementsusega inimeste depressiooni tase märgatavalt vähenenud. Koera kaasavates sekkumistes osalenud inimesed hindasid oma elukvaliteeti kõrgemalt kui kontrollgrupp, kellega terapeut viis läbi tavapäraseid sekkumisi. (Travers et al., 2013). Norra hooldekodudes 2016. aastal 58 inimesega läbi viidud uurimistöö tulemused näitasid pärast koera kaasavas teraapias osalemist depressiooni sümptomite märgatavat vähenemist ja elukvaliteedi paranemist raske dementsusega inimestel. Seevastu antud uurimistöö kontrolligrupis osalenute seas, kes sekkumise perioodil jätkasid muusikateraapiat, tegelesid laulmise, aianduse, kokanduse ja käsitööga depressiooni sümptomid süvenesid. Ärevuse skaalal muutusi ei täheldatud. (Olsen et al., 2016a). Üks hilisem uurimistöö näitas positiivseid muutusi dementsusega inimeste sotsiaalses käitumises, füüsilise aktiivsuse tõusu, söögiisu paranemist, ärevuse ja agressiivsuse vähenemist ning elukvaliteedi paranemist (Yakimicki et al., 2019). Franklin jt (2022) märkisid oma 18 teadusartikli põhjal läbi viidud uurimistöös, et koeri kaasavate sekkumiste tulemusel olenemata kestvusest ning sagedusest, vähenesid hooldekodudes viibivatel dementsusega eakatel nii depressiivsed sümptomid kui paranes sotsiaal-emotsionaalne käitumine. Elukvaliteedi paranemist täheldati, kui sekkumised toimusid vähemalt kaks korda nädalas. (Franklin et al., 2022).

Dementsusega inimeste elukvaliteet on tugevalt seotud funktsionaalse võimekusega (Olsen et al., 2016b). Erinevad füüsilist aktiivsust nõudvad tegevused aitavad säilitada nii dementsusega inimeste funktsionaalset võimekust kui toetavad kognitiivseid funktsioone (Sampaio et al., 2020). Kuna koeri kaasavates sekkumistes kasutatakse sageli erinevaid füüsilist aktiivsust nõudvaid tegevusi (nt koeraga jalutamine või pallimäng), paraneb dementsusega inimeste füüsiline seisund, mobiilsus ja funktsionaalne võimekus (Franklin et al., 2022).

Halb tasakaal on seotud suurenenud kukkumisriskiga. Norra päevakeskustes viidi läbi uurimistöö 80 kerge ja mõõduka dementsusega inimese seas, kes osalesid koera kaasavates külastustes. Erinevate füüsiliste tegevuste tulemusena, milles tuli kontrollida kehatüve ja liigutada keharaskust vaheldumisi ette (nt palli maast võtmine, silitamise ajal keha koera poole kallutamine) ja külgedele (nt ülakehaga koera poole pöördumine) paranes inimeste tasakaal

ning sellega seoses vähenes kukkumiskriis. Sekkumiste ajal stimuleeriti ka kognitiivseid protsesse kutsudes looma nimepidi, jagades käsklusi ja mõeldes välja ülesandeid. Samuti leiti, et koera erineva tekstuuriga karvastik, looma kehasoojuse ja keharaskusega kokku puutumine võib esile kutsuda dementsusega inimestel meeldivat sensoorset stimulatsiooni. Enamik osalenutest märkis pärast sekkumiste lõppu, et nautisid koeraga koos veedetud aega. (Olsen et al., 2016b). Hispaania hooldekodudes läbi viidud uurimistöösse kaasati 50 erinevas kognitiivse languse staadiumis inimest, kes kolme kuu jooksul, korra nädalas osalesid füsioterapeudi ja tegevusterapeudi juhendamisel koostatud tegevuskava järgi liikumistunnis, mille põhigruppi kaasati teraapiakoer. Teraapiatsükklis tegeleti kuus tundi tasakaalu ja kuus tundi kõnnimustrit parandavate harjutustega. Osalejaid julgustati omavahelise suhtluse suurendamiseks vestlema erinevatel teemadel. Tundides, kuhu oli kaasatud teraapiakoer, tõusis sekkumise järgselt märgatavalt inimeste omavaheline suhtlus. Kõnnimuster ja tasakaal aga paranesid nii põhi – kui kontrollgrupis. (Rodrigo-Claverol et al., 2020).

Ebener jt (2017) käsitlesid oma uurimistöös **kasse** kaasavaid külastusi hooldekodudesse. Külastuste ajal said elanikud kassi silitada ja teda kaasati erinevate igapäevaelu tegevuste juurde. Selle tulemusel märgati muutusi dementsuse, skisofreenia või depressiooniga eakate käitumises, aktiivsuses ja vaimses heaolus. Inimestel, kes seni ei olnud soovinud osaleda tegevustes vähenenud füüsilise võimekuse, halvenenud reaalsus- või keskkonnataju tõttu, kasvas sotsiaalne aktiivsus, paranes füüsiline võimekus, mobiilsus ja enesekontroll, suurenes osalus igapäevaelu tegevustes, vähenes depressioonitase ning samuti täheldati vererõhu alanemist. Antud uurimistöös kajastati ka hooldekodudes lemmikloomadena elavate kasside mõju krooniliste ajuhaigustega eakatele, milles selgus, et loomad pakkusid elanikele lohutust, leevendasid üksindust ning suurendasid verbaalset suhtlust muide vaikivatel elanikel. Kassidega suhtlemine ja mängimine pakkus eakatele taktiilset stimulatsiooni, parandas füüsilist seisundit, tõstis enesehinnangut ning toimus reaalsusele orienteeritud teraapiana neile, kellel esines raskusi ajas orienteerumisega. (Ebener & Oh, 2017). Kassi kaasavat teraapiat kerge kognitiivse langusega inimesele koduses keskkonnas kirjeldasid Shawish jt (2024), kes uurisid teraapia mõju 79-aastase patsiendi mälule, käitumishäiretele ja võimekusele sooritada iseseisvalt igapäevaelu tegevusi. Sekkumist läbi viies täheldati, et nurruva kassi silitamine lohutas, rahustas ja lõdvestas patsienti. Looma süles hoidmine ja tema eest hoolitsemine pakkus seltskonda, toetas patsiendi-kassi vahelise sideme tekkimist ning kasvatas vastutustunnet. Pereliikmete kaasamine mängudesse kassiga suurendas omavahelist suhtlust ja pakkus jagatud kogemust. Tulemused näitasid patsiendi negatiivse käitumise vähenemist, üldise heaolu,

vaimse seisundi ja igapäevaelu tegevuste soorituse paranemist, millest järeldati, et kassi kaasav teraapia on tõhus ning aitab ühtlasi vähendada omastehooldajate koormust. (Shawish et al., 2024).

Statistilistel andmetel dementsusega inimesed viibivad hooldekodudes valdava osa päevast oma toas. Seetõttu mõjub keskkonnavahetus positiivselt. (Velde-van Buuringen et al., 2023). Koerte ja kasside kõrval on populaarseteks teraapialoomadeks ka **hobused**. Hobuseid kaasavate sekkumiste ajal saavad dementsusega inimesed väljuda oma tavapärasest keskkonnast, mis mõjub neile sotsiaalselt stimuleerivalt ja stressi maandavalt. Kerge ja mõõduka dementsusega inimestel vähenes märgatavalt probleemne käitumine, rahutus, uitamine ning vastumeelsus hooldustoimingute vastu pärast hobuteraapias osalemist, kus harjati hobuseid, maaliti ja jalutati hobustega neid rakmeist juhtides. Muutused füüsilises ja sotsiaalses keskkonnas, aktiivne suhtlemine ja mitmete erinevate tegurite koosmõju pakuvad multisensoorset stimulatsiooni, mõjutades positiivselt dementsusega inimeste heaolu, vähendades probleemset käitumist ning parandades elukvaliteeti. (Dabelko-Schoeny et al., 2014). Fields jt (2019) viisid läbi uurimistöö hooldekodudes viibivate dementsusega eakate seas, kes osalesid 8 nädala jooksul 1 tund nädalas järelvalve all hobuteraapias, kus iga osaleja sai valida endale meelepärase tegevuse – hobust vaadelda, harjata, soovi korral ka ratsutada. Hobuteraapia tulemusena täheldati inimeste igapäevase heaolu, füüsilise, sotsiaalse ja kognitiivse võimekuse ning elukvaliteedi paranemist. Kuna hobuteraapia kutsub inimestes esile erinevaid mälestusi, võimaldab see dementsusega inimesi paremini tundma õppida ja tõsta kliendikeskse hoolduse kvaliteeti. (Fields et al., 2019). Ratsutades pakuvad hobuse vahelduv kõnnak ja galopp, erinevad tasapinnad ning tekstuudid (liiv, muru, asfalt) erinevaid sensoorseid sisendeid. Ratsutamine treenib alajäsemeid, parandab kõnnimustrit ja tasakaalu. Uurimistöös on leitud seos kognitiivsete funktsioonide säilimise ja füüsilise võimekuse vahel. Kognitiivsete funktsioonide stimuleerimiseks ergutatakse hobuteraapias inimesi meelde jätma ja meenutama hobuste ning terapeutide nimesid, erinevaid värve ja ümbruses olevaid objekte. (Borges De Araujo et al., 2019).

Värskes õhus viibimise, looduse, taimede ja loomadega seotud tegevused mõjutavad dementsusega inimeste elukvaliteeti. Üha enam koguvad populaarsust dementsusega inimeste päevahoiud põllumajanduse ja loomakasvatusega tegelevates farmides, kus dementsusega inimesed saavad viibida värskes õhus, jalutada, tegeleda erinevate talutöödega, istutada taimi, hoolitseda taluloomade eest ning omavahel suhelda. (Ibsen et al., 2020). Kuid erinevaid taluloomi- ja linde kaastakse ka väljaspool talumajapidamisi. Kirde-Inglismaal on loodud programm *HenPower*, eesmärgiga parandada eakate ja dementsusega inimeste heaolu ning

vaimset tervist hooldekodudes **kanasid** kaasavate tegevuste kaudu, mille raames tuuakse hooldekodude juurde elama kanad. Programmi tulemused näitasid, et kanade eest hoolitsedes muutusid inimesed rõõmsameelsemaks, füüsiliselt aktiivsemaks, neil paranes väljendusoskus, aktiveerusid sotsiaalsed suhted, vähenes ärevus, sotsiaalne isoleeritus ja üksildustunne, tekkisid uued rutiinid ja hovid. Kanadega seotud emotsioone sooviti peegeldada loovate tegevuste kaudu meisterdades, maalides, lugusid jutustades, luuletusi lugedes ja lauldes. *HenPower* programmi abil tekkis dementsusega eakatel võimalus täita taas oma elus tähenduslikke rolle ja seda on edukalt rakendatud ka Taivani ning Austraalia hooldekodudes. (Hodgson et al., 2023).

Kuigi senistes uurimistöodes ei ole leitud konsensust loomi kaasavate sekkumiste tulemuslikkuse osas valimite vähesuse tõttu, on siiski arvukates töodes jõutud järeldusteni, et loomi kaasavate sekkumiste tulemusena paranevad dementsusega inimeste kognitiivsed ja motoorsed funktsioonid (Alarcón-Braga et al., 2023), leevenevad neuropsühhiaatrilised sümptomid (Zhang et al, 2023), väheneb ravimite kasutamine ja sellega kaasnevad negatiivsed kõrvaltoimed (Eaton-Stull & Williams, 2019). Kliendikeskne lähenemine – väärikus, austus ja autonoomia, peab saama domineerivaks dementsusega inimeste toetamisel, et aidata kaasa dementsusega inimeste inimlikustamisele ja dementsuse destigmatiseerimisele ühiskonnas. (Bottenberg & Duplevič, 2022). Tegevusterapeutid peaksid kaaluma loomade integreerimist teraapiaprotsessi dementsusega inimeste elukvaliteedi parandamiseks ja haiguskoormuse vähendamiseks (Kårefjård & Nordgren, 2019).

### **3.3. Eetika loomi kaasavates sekkumistes**

Eetika kaitseb terapeutilises suhtes nii klienti kui terapeuti. Loomi kaasavate sekkumiste puhul, võib muutuda terapeutiline suhe keerukamaks, kuna protsessi on kaasatud loom. On teada juhtumid, kus sekkumisi viiakse läbi loomi kaasava teraapia nime all, kuid terapeudil ega loomal ei ole vastavat tunnistust, seetõttu peaksid sekkumise läbiviijad end eelnevalt kurssi viima korrektse terminoloogiaga ja oskama eristada loomi kaasavate sekkumiste erinevaid lähenemisviise. (Narayan Narvekar & Ghani, 2022).

Loomi kaasavate sekkumiste hea tava näeb ette, et kõiki loomi, inimesi ja keskkonda koheldakse väärikuse, austuse ning osavõtlikkusega (Standards of..., 2021). Loomale võib sekkumises osalemine olla stressirohke ja väsitav. Tiimi juht peab tundma ja oskama jälgida

looma kehakeelt ning märkama looma käitumises märke, mis viitavad stressile, kurnatusele, hirmule või agressiivsusele. (Linder et al., 2017). Sekkumise läbiviijal peavad olema vastavad oskused ja väljaõpe ning nad peavad olema loomaga koos elanud või töötanud vähemalt pool aastat. Kaasatav loom kuuletub juhi korraldustele ja sotsialiseerub teiste inimeste ning loomadega. Loomadega ei viida sekkumise ajal läbi loomuvastaseid, kahjustavaid ega liigile mitteomaseid tegevusi nt riietamine, ebasobivate trikkide tegemine, üleliigne füüsiline koormus või väntsutamine jne. Sekkumised peavad olema ajaliselt piiritletud, kuna loom vajab piisavalt aega puhkuseks ja nautima selles osalemist. (Standards of..., 2021). Majaloomadele, kes elavad mõnes hooldekodus, kus kõigil asutuses elavatel inimestel on igal ajal võimalik nendega suhelda, võib kurnatus olla katsumuseks. Personal on kohustatud hoolitsema looma heaolu eest, jälgima pidevalt tema stressitaset, võimaldama talle puhkeaega ja tagama regulaarse tervisekontrolli. (Iannuzzi & Rowan, 1991).

Linder jt (2017) poolt läbi viidud uurimistöö tulemused näitasid, et sageli ei nõuta dokumente ega kontrollita ütlushi loomade käitumise, kindlustuse, vaktsineerimise ja dieedi kohta hooldekodudes loomi kaasavaid sekkumisi läbi viivatel tiimidel, mis on suureks riskiks nii asutustele kui kindlustusfirmadele (Linder et al., 2017). Terapeudid, kes soovivad kaasata praktikasse loomi, peavad arvestama nii looma kui inimese turvalisuse, heaolu, õiguste ja eetiliste aspektidega ning pidevalt koolitama oma meeskonna liikmeid tõstmaks kompetentsust loomadega koos töötamisel (Allen & Colbert, 2016). Kõigile loomi kaasavates sekkumistes osalevatele loomadele peavad minimaalselt olema tagatud viis põhivabadust: „Vabadus olla vaba näljast ja janust, vabadus olla vaba ebamugavustundest, vabadus olla vaba vigastustest, valust ja haigustest, vabadus käituda liigiomaselt ning vabadus olla vaba hirmust ja kannatustest“ (The Five..., 1979).

Dementsusega inimesi ei tohi sundida osalema loomi kaasavates sekkumistes, kui nad väljendavad oma vastumeelsust. Siiski võib neid sõbralikult meelitada veendudes eelnevalt, et inimestel ei ole foobiat, allergiat või kultuurilisi põhjusi ja neil ei ole osaleda võimalik. Mäluprobleemide tõttu võivad inimesed vajada pidevat veenmist ja selgitamist. Alati on neid, keda kaasata ei õnnestu ja neil on ka õigus jääda oma eelistuste juurde. (Schuurmans et al., 2019). Kõigile spetsialistile, kes soovivad rakendada erinevaid loomi kaasavaid sekkumisi, on vajalikud alusteadmised inimese-looma vahelistest interaktsioonidest, vastav ettevalmistus ja väljaõpe (IAHAIO White..., 2018: 6). Sellega vähendatakse nii inimeste kui loomadega seotud riske, kasvab sekkumiste efektiivsus, tagatakse kõigi osapoolte rahulolu ja turvalisus (Allen & Colbert, 2016).

#### 4. ARUTELU

Käesoleva uurimistöö eesmärgiks oli anda ülevaade loomi kaasavatest sekkumistest dementsusega inimeste elukvaliteedi parandamisel. Lähtudes uurimistöö eesmärgist ja ülesannetest kirjeldati uurimistöös dementsusega kaasnevate sümptomite mõju inimeste elukvaliteedile ning anti ülevaade loomi kaasavatest sekkumistest dementsusega.

Maailma Terviseorganisatsioon (2017) on välja toonud, et dementsus on maailmas globaalseks probleemiks, mis põhjustab nii progresseeruva kognitiivse languse kui sellega kaasnevate neuropsühhiaatriliste sümptomite tõttu inimeste elukvaliteedi märgatavat halvenemist. Autor nõustub antud töös käsitletud uurimistööde põhjal, et dementsusega kaasnevate kognitiivsete, käitumuslike ja psüühiliste häirete tagajärjel satuvad inimesed oma elukaare viimases etapis sageli hooldekodusse, kus tajuvad välismaailma ja lähedastega vähenenud või katkenud kontakti ning puuduva eneseväljendusoskuse tõttu sotsiaalset isolatsiooni, millega kaasnevad vaimse tervise häirete süvenemine, käitumishäired ja suhtlemisraskused, mis põhjustavad pingeid lähedastele ning stressi hooldekoju personalile. Tuginedes antud tööle ja isiklikule kogemusele dementsusega inimese lähedasena on autor seisukohal, et kognitiivsed häired ja dementsus ei ole loomuliku vananemise osa, mistõttu on dementsusega inimeste elukvaliteedi säilitamiseks oluline, et kognitiivsete funktsioonide langust ja muutusi käitumises märgataks, reageeritakse õigeaegselt ning rakendatakse efektiivseid sekkumisi. Autor leiab, et inimeste toetamine kõigis dementsuse staadiumites on oluline ja sekkumismeetodina tuleks eelistada mittefarmakoloogilisi sekkumisi, mille hulka kuuluvad ka tegevusterapeutilised ja loomi kaasavad sekkumised.

Tegevusterapeudi kutsestandard (2018) märgib, et tegevusterapeudi tööks on inimese tegevusvõime parandamine ja säilitamine igapäevaelus, et võimaldada tal osaleda tema jaoks tähenduslikes tegevustes. Bennett jt (2019) kirjeldavad oma uurimistöös, et tegevusterapeudi kompetentsi hulka dementsusega inimeste heaolu parandamisel kuulub lähedaste ja tugipersonali nõustamine, elukeskkonna kohandamine sobivaks ja turvaliseks ning dementsusega inimeste võimekuse toetamine, võimaldamaks neile parimat võimalikku toimetulekut igapäevaelus dementsuse erinevates staadiumites. Autor nõustub selles uurimistöös välja toodu põhjal, et tegevusterapeutiliste sekkumistega on võimalik parandada dementsusega inimeste elukvaliteeti ja leevendada dementsusega kaasnevaid käitumuslikke ning psüühilisi sümptomeid.



Wesenberg jt (2019) märkisid, et negatiivsed emotsioonid on loomi kaasavate tegevuste ajal harvaesinevad ja dementsusega inimestel võib tekkida huvi erinevates tegevustes osalemiseks juba ainuüksi looma lähedalolekust, ilma spetsiaalselt läbi viidava struktureeritud sekkumiseta. Autor nõustub eelnevate väidetega ja leiab, et loomi kaasavad sekkumised on olulised dementsusega inimeste elukvaliteedi parandamisel, kuna toetavad funktsioneerimisvõimet, vähendavad neuropsühhiaatrilisi sümptomeid, suurendavad heaolu ning aitavad sellega rahuldada vastamata jäänud vajadusi, võimaldades inimestel osaleda nende jaoks tähenduslikes tegevustes.

Kratz (2017) leidis, et loomi kaasavad sekkumised on tõhusaks alternatiiviks farmakoloogilistele sekkumistele pakkudes igakülgset tuge dementsusega inimeste sotsiaalse ja emotsionaalse heaolu säilitamiseks. Autor nõustub töös kasutatud uurimistööde põhjal järeldustega, et dementsusega inimeste elukvaliteet paraneb loomi kaasavate sekkumiste tulemusena oluliselt, kuna väheneb vajadus kasutada sümptomite leevendamiseks erinevaid negatiivseid kõrvaltoimeid esile kutsuvaid ravimeid ja seetõttu on loomi kaasavad sekkumised tõhusaks alternatiiviks farmakoloogilistele vahenditele dementsusega inimeste elukvaliteedi parandamisel. Autori hinnangul on tegevusterapeutiliste sekkumiste ja loomi kaasavate sekkumiste vahel dementsusega märkimisväärne seos, kuna mõlemad sekkumisviisid on tulemuslikud dementsusega kaasnevate käitumishäirete ja psüühiliste sümptomite leevendamisel. Tuginedes antud töös kasutatud materjalidele on autor seisukohal, et loomade juuresolek hõlbustab kontakti saavutamist dementsusega inimestega ja seetõttu võib nende kaasamine tegevusterapeutilistesse sekkumistesse oluliselt toetada eesmärkide saavutamist teraapiaprotsessis.

Autor leiab, et sekkumiste planeerimisel tuleb arvestada asjaoluga, et need on tõhusamad inimestega, kellele loomad meeldivad. Sekkumiste läbi viimiseks on vajalik vastav väljaõpe ja tuleb arvestada kõigi osapoolte heaolu, ohutuse ning erinevate aspektidega. Kindlasti peab arvestama ka dementsusega inimeste eelistustega ja mitte sundima neid sekkumistes osalema, kui kokkupuude loomadega tekitab neis ebameeldivaid emotsioone või on takistuseks tervislik seisund. Dementsusega inimeste autonoomsust, väärikust ja konfidentsiaalsust tuleb austada. Väärikas kohtlemine on oluline dementsusega inimeste tunnustamisel ja usaldusliku terapeutilise suhte loomisel.

Autori hinnangul on olemas tõenduspõhised faktid loomi kaasavate sekkumiste tõhususe kohta, kuid uurimistööde valimite suhtarv on jäänud võrdlemisi väikeseks ning seetõttu on vajalik antud

teema edasine käsitus. Seoses rahvastiku vananemisega on oluline välja töötada tõenduspõhiste faktidele tuginevad loomi kaasavad sekkumised dementsusega inimeste elukvaliteedi parandamiseks koostöös erinevate sihtrühmade – dementsusega inimeste, nende lähedaste, terapeutide, tervishoiutöötajate, hoolekandetasutuste personali ja teraapialooma juhtidega.

Töö autor teeb edaspidiseks ettepanekud:

- Luua antud uurimistööl põhjal infovoldik koostöös Dementsuse Kompetentsikeskusega, et tõsta tegevusterapeutide ja teiste tervishoiuvaldkonna spetsialistide teadlikkust loomi kaasavatest sekkumistest kui efektiivsetest ravivõimalustest dementsusega inimeste heaolu tagamisel.
- Jätkata Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli tegevusteraapia õppetooli tudengite lõputööde raames loomi kaasavate sekkumiste valdkonna uurimist erinevas dementsuse staadiumis inimeste elukvaliteedi parandamisel.

## JÄRELDUSED

Lähtuvalt uurimistöös püstitatud eesmärgist ja ülesannetest tehakse antud uurimistöö põhjal järgnevad järeldused:

1. Dementsusest tuleneva progresseeruva kognitiivse languse tagajärjel tekivad esimesed raskused igapäevaelu tegevuste sooritamisel juba kerge kognitiivse languse korral ja süvenevad dementsuse hilisemates staadiumites. Tegevuste sooritus muutub. Dementsus mõjutab mälu, tähelepanu, kõne - ja väljendusoskust ning takistab inimese suhestumist oma eluga. Kaob orientatsioonitaju ja oskus ära tunda oma lähedasi. Depressiooniga kaasneva ärrituvuse, agressiivsuse, ärevuse tulemusena häirub inimeste energiatase, unerütm, halveneb söögiisu, motivatsioonitase langeb, väheneb algatusvõime, tekib apaatsus ja üldine negatiivsus. Erutusseisund ja erinevad välised stiimulid kutsuvad esile rahutust, sihipäratud mootorset aktiivsust, verbaalset ja füüsilist agressiivsust ning emotsionaalset stressi. Psühhoosiseisundiga kaasnevad hallutsinatsioonid ja luulumõtted põhjustavad hirmu, agressiivset käitumist ja ringi uitamist. Piiratud väljendusoskusest tingitud sotsiaalne isoleeritus, neuropsühhiaatrilised sümptomid, muutused elukeskkonnas, dementsusega kaasnev funktsionaalse võimekuse langus ja erinevate ravimite kõrvaltoimed põhjustavad dementsusega inimeste elukvaliteedi languse.
2. Loomi kaasavad sekkumised dementsusega inimestega põhinevad inimeste ja loomade vahelisel tuhandete aastate jooksul välja kujunenud interaktsioonil. Vähendades neuropsühhiaatrilisi sümptomeid ja tõstes sotsiaalset aktiivsust, võimaldavad loomi kaasavad sekkumised säilitada dementsusega inimeste kognitiivseid funktsioone, parandada füüsilist võimekust ja toetavad osalemist tähenduslikes tegevustes. Loomi kaasavad sekkumised parandavad dementsusega inimeste elukvaliteeti. Olles toeks dementsusega inimestega kontakti saavutamisel, võivad loomi kaasavad sekkumised soodustada tegevusterapeutiliste eesmärkide saavutamist dementsusega inimeste tegevusteraapias.

Autor kirjeldas antud töös dementsusega kaasnevate sümptomite mõju inimese elukvaliteedile ja andis ülevaate loomi kaasavatest sekkumistest dementsusega inimeste elukvaliteedi parandamisel. Uurimistöö ülesanded lahendati ja eesmärk täideti.

## KASUTATUD KIRJANDUS

Alarcón-Braga, E. A., Salazar-Valdivia, F. E., Valdez-Cornejo, V. A., Mosquera-Rojas, M. D., Rondon-Saldaña, J. C., & Segura, E. R. (2023). Animal-Assisted Therapy in Dementia: An Updated Literature Review. *Aging Medicine and Healthcare*, 14(1), 43–47. Full Universe Integrated Marketing Limited. <https://doi.org/10.33879/AMH.141.2022.04037>

Allen, K., & Colbert, L. (2016). Ethical and safety considerations for use of animals in a therapeutic setting. *Psychotherapy Bulletin*, 51(1), 35–45. <https://societyforpsychotherapy.org/ethical-safety-considerations-use-animals-therapeutic-setting/>

Bennett, S., Laver, K., Voigt-Radloff, S., Letts, L., Clemson, L., Graff, M., Wiseman, J., & Gitlin, L. (2019). Occupational therapy for people with dementia and their family carers provided at home: A systematic review and meta-analysis. *BMJ Open*, 9(11). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-026308>

Bert, F., Gualano, M. R., Camussi, E., Pieve, G., Voglino, G., & Siliquini, R. (2016). Animal assisted intervention: A systematic review of benefits and risks. *European Journal of Integrative Medicine*, 8 (5), 695–706. Elsevier GmbH. <https://doi.org/10.1016/j.eujim.2016.05.005>

Borges De Araujo, T., Martins, W. R., Freitas, M. P., Camargos, E., Mota, J., & Safons, M. P. (2019). An Exploration of Equine-Assisted Therapy to Improve Balance, Functional Capacity, and Cognition in Older Adults with Alzheimer Disease. *Journal of Geriatric Physical Therapy*, 42(3), E155–E160. <https://doi.org/10.1519/JPT.0000000000000167>

Bottenberg, F., & Dubljević, V. (2022). Ethical and Social Issues in Dementia Care. Raamatus: Farrar, T., & Eifert, E. (toim): Introduction to Aging, Memory and Dementia for Healthcare and Human Service Professionals. Wiley-Blackwell. [https://libres.uncg.edu/ir/uncg/f/F\\_Bottenberg\\_Ethical\\_2022.pdf](https://libres.uncg.edu/ir/uncg/f/F_Bottenberg_Ethical_2022.pdf)

Burks, H. B., des Bordes, J. K. A., Chadha, R., Holmes, H. M., & Rianon, N. J. (2021). Quality of life assessment in older adults with dementia: A systematic review. *Dementia and Geriatric Cognitive Disorders*, 50 (2), 103–110. <https://doi.org/10.1159/000515317>

Carrarini, C., Russo, M., Dono, F., Barbone, F., Rispoli, M. G., Ferri, L., di Pietro, M., Digiovanni, A., Ajdinaj, P., Speranza, R., Granzotto, A., Frazzini, V., Thomas, A., Pilotto, A., Padovani, A., Onofri, M., Sensi, S. L., & Bonanni, L. (2021). Agitation and Dementia: Prevention and Treatment Strategies in Acute and Chronic Conditions. *Frontiers in Neurology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fneur.2021.644317>

Cipriani, G., Danti, S., Vedovello, M., Nuti, A., & Lucetti, C. (2014). Understanding delusion in dementia: A review. *Geriatrics and Gerontology International*, 14(1), 32–39. <https://doi.org/10.1111/ggi.12105>

Dabelko-Schoeny, H., Phillips, G., Darrough, E., DeAnna, S., Jarden, M., Johnson, D., & Lorch, G. (2014). Equine-assisted intervention for people with dementia. *Anthrozoos*, 27(1), 141–155. <https://doi.org/10.2752/175303714X13837396326611>

Datta, D., Datta, P. P., Datta, P., & Majumdar, K. (2014). Relationship of Activity of Daily Living with Quality of Life. *British Biomedical Bulletin*, 2(4), 757-764.

Ebener, J., & Oh, H. (2017). A Review of Animal-Assisted Interventions in Long-Term Care Facilities. George Fox University. [https://digitalcommons.georgefox.edu/sw\\_fac](https://digitalcommons.georgefox.edu/sw_fac)

Eesti Keele Instituudi ühendsõnastik.  
<https://sonaveeb.ee/search/unif/dlall/dsall/elukvaliteet/1> (18.02.2023)

Eetikakoodeks. (2013). Eesti Tegevusterapeutide Liit. Tallinn.  
<https://tegevusteraapia.ee/dokumendid/eetikakoodeks/> (18.02.2023).

Fields, B., Wood, W., & Lassell, R. (2019). Impact of a dementia-specific program of equine-assisted activities: providers' perspectives. *Quality in Ageing and Older Adults*, 20(2), 37–47.  
<https://doi.org/10.1108/QAOA-10-2018-0047>

Fine, A.H. (2015). Foreword. Raamatus: Fine, A.H.(toim). (2015). Handbook on Animal–Assisted Therapy. Foundation and Guidelines for Animal-Assisted Interventions (xx-xxii). London: Elsevier.

Fine, A. H., Beck, A. M. (2015). Understanding our Kinship with Animals: Input for Health Care Professionals Interested in the Human-Animal Bond. Raamatus: Fine, A.H.(toim). (2015). Handbook on Animal–Assisted Therapy: Foundations and Guidelines for Animal-Assisted Interventions (3–10). London: Elsevier.

Franklin, M. A., Parnell, T., Versi, N., & Pope, R. (2022). Animal Assisted Therapy for Older Adults in Aged Care Facilities: A Rapid Review. *Internet Journal of Allied Health Sciences and Practice*, 20(1).  
<https://nsuworks.nova.edu/ijahsp>

García-Martín, V., de Hoyos-Alonso, M. C., Ariza-Cardiel, G., Delgado-Puebla, R., García-Domingo, P., Hernández-Melo, E., de Haro-de Torres, J. L., & del Cura-González, I. (2022). Neuropsychiatric symptoms and subsyndromes in patients with different stages of dementia in primary care follow-up (NeDEM project): a cross-sectional study. *BMC Geriatrics*, 22(1).  
<https://doi.org/10.1186/s12877-022-02762-9>

Eaton-Stull, Y. M., & Williams, A. M. (2019). Animal-assisted interventions: Social work practice for older adults with dementia. *Journal of Aging and Long-Term Care*, 2(1), 1–11.  
<https://doi.org/10.5505/jaltc.2019.21939>

Gee, N. R., Mueller, M. K., Curl, A. L. (2017). Human-Animal Interaction and Older Adults: An Overview. *Frontiers in psychology*, 20(2). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01416>

Giebel, C. M., Sutcliffe, C., Stolt, M., Karlsson, S., Renom-Guiteras, A., Soto, M., Verbeek, H., Zabalegui, A., & Challis, D. (2014). Deterioration of basic activities of daily living and their impact on quality of life across different cognitive stages of dementia: A European study. *International Psychogeriatrics*, 26(8), 1283–1293.  
<https://doi.org/10.1017/S1041610214000775>

Hediger, K., Meisser, A., & Zinsstag, J. (2019). A one health research framework for animal-assisted interventions. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph16040640>

Hodgson, P., Cook, G., Johnson, A., & Abbott-Brailey, H. (2023). Ageing Well with Creative Arts and Pets: The HenPower Story. *Activities, Adaptation and Aging*, 47(2), 214–231. <https://doi.org/10.1080/01924788.2022.2116548>

Iannuzzi, D., & Rowan, A. N. (1991). Ethical Issues in Animal-Assisted Therapy Programs. *Anthrozoös*, 4(3), 154–163. <https://doi.org/10.2752/089279391787057116>

IAHAIO. (2018). IAHAIO Whitepaper 2014 (updated for 2018). The IAHAIO Definitions for Animal Assisted Intervention and Guidelines for Wellness of Animals Involved in AAI. [http://iahaio.org/wp/wp-content/uploads/2019/01/iahaio\\_wp\\_updated-2018-19-final.pdf](http://iahaio.org/wp/wp-content/uploads/2019/01/iahaio_wp_updated-2018-19-final.pdf) (17.02.2023)

Ibsen, T. L., Kirkevold, Ø., Patil, G. G., & Eriksen, S. (2020). People with dementia attending farm-based day care in Norway – Individual and farm characteristics associated with participants' quality of life. *Health and Social Care in the Community*, 28(3), 1038–1048. <https://doi.org/10.1111/hsc.12937>

Jaup, B. (2022). Koeri kaasav tegevusteraapia insuldi läbi põdenud patsientide taastusravis. Lõputöö. Tallinn: Tallinna Tervishoiu Kõrgkool.

Jing, W., Willis, R., & Feng, Z. (2016). Factors influencing quality of life of elderly people with dementia and care implications: A systematic review. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 66, 23–41. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2016.04.009>

Khanna, R., White, L., Bessey, F. Y., Borntrager, E., Hoberg, A., & Caplan, J. P. (2022). Barriers to Treatment of Hallucinations and Delusions in People with Dementia Residing in Long-Term Care. *Journal of Clinical Psychiatry*, 83(2). Physicians Postgraduate Press Inc. <https://doi.org/10.4088/JCP.21m14050>

Kitching D. (2015). Depression in Dementia. *Australian Prescriber*, 38(6), 209–211. <https://doi.org/10.18773/austprescr.2015.071>

Kivisalu, M. (2021). Loomi kaasavad tegevusteraapilised sekkumised. Lõputöö. Tallinn: Tallinna Tervishoiu Kõrgkool.

Kratz, T. (2017). The diagnosis and treatment of behavioral disorders in dementia. *Deutsches Arzteblatt International*, 114(26), 447–454. Deutscher Arzte-Verlag GmbH. <https://doi.org/10.3238/arztebl.2017.0447>

Kårefjärd A., Nordgren L. (2019). Effects of dog-assisted intervention on quality of life in nursing home residents with dementia. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 2019, 26(6), 433 – 440. <https://doi.org/10.1080/11038128.2018.1467486>

Käosaar, A. (2019). „Multisensoorse keskkonna loomine dementsussündroomiga patsientidele Benita Kodu AS Näitel“. Lõputöö. Tallinn: Tallinna Tervishoiu Kõrgkool.

- Kwak, Y. T., Yang, Y., & Koo, M.-S. (2017). Anxiety in Dementia. *Dementia and Neurocognitive Disorders*, 16(2), 33. <https://doi.org/10.12779/dnd.2017.16.2.33>
- Lai N. M., Mei Wern Chang S., Shen Ng S., Ley Tan S., Chaiyakunapruk N., Stanaway S. (2019). Animal assisted therapy for dementia. Chocrane Database of Systematic Reviews. DOI: [10.1002/14651858.CD013243.pub2](https://doi.org/10.1002/14651858.CD013243.pub2)
- Lanctôt, K. L., Amatniek, J., Ancoli-Israel, S., Arnold, S. E., Ballard, C., Cohen-Mansfield, J., Ismail, Z., Lyketsos, C., Miller, D. S., Musiek, E., Osorio, R. S., Rosenberg, P. B., Satlin, A., Steffens, D., Tariot, P., Bain, L. J., Carrillo, M. C., Hendrix, J. A., Jurgens, H., & Boot, B. (2017). Neuropsychiatric signs and symptoms of Alzheimer's disease: New treatment paradigms. *Alzheimer's and Dementia: Translational Research and Clinical Interventions*, 3(3), 440–449. Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/j.trci.2017.07.001>
- Marshall, G. A., Amariglio, R. E., Sperling, R. A., & Rentz, D. M. (2012). Activities of daily living: where do they fit in the diagnosis of Alzheimer's disease? *Neurodegenerative Disease Management*, 2(5), 483–491. <https://doi.org/10.2217/nmt.12.55>
- Martyr, A., Nelis, S. M., Quinn, C., Wu, Y. T., Lamont, R. A., Henderson, C., Clarke, R., Hindle, J. v., Thom, J. M., Jones, I. R., Morris, R. G., Rusted, J. M., Victor, C. R., & Clare, L. (2018). Living well with dementia: A systematic review and correlational meta-analysis of factors associated with quality of life, well-being and life satisfaction in people with dementia. *Psychological Medicine*, 48(13): 2130–2139. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/S0033291718000405>
- Moyle, W., Fetherstonhaugh, D., Greben, M., & Beattie, E. (2015). Influencers on quality of life as reported by people living with dementia in long-term care: A descriptive exploratory approach. *BMC Geriatrics*, 15(1). <https://doi.org/10.1186/s12877-015-0050-z>
- Mäemurd, E. (2012). Ratsutamisteraapia kasutamise tegevusteraapias ja selle mõju 5–7 aastastele autistlikele lastele. Lõputöö. Tallinn: Tallinna Tervishoiu Kõrgkool.
- Narayan Narvekar, H., & Ghani, S. (2022). Ethical Issues in Animal Assisted Therapy. In *Animal Assisted Therapy Global Bioethics Enquiry*, 10(2). <https://otaus.com.au/publicassets/80cfd523-2030-ea11-9403-005056be13b5/AII-Standards-of->
- Niilo, L. (2018). „Tegevusterapeudi roll dementsündroomiga kliendi lähedaste nõustamisel“. Lõputöö. Tallinn: Tallinna Tervishoiu Kõrgkool.
- Ohno, Y., Kunisawa, N., & Shimizu, S. (2019). Antipsychotic treatment of behavioral and psychological symptoms of dementia (BPSD): Management of extrapyramidal side effects. *Frontiers in Pharmacology*, 10. Frontiers Media S.A. <https://doi.org/10.3389/fphar.2019.01045>
- Olsen, C., Pedersen, I., Bergland, A., Enders-Slegers, M.-J., Patil, G., & Ihlebaek, C. (2016a). Effect of animal-assisted interventions on depression, agitation and quality of life in nursing home residents suffering from cognitive impairment or dementia: A cluster randomized controlled trial. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 31(12), 1312 – 1321.

Olsen, C., & Pedersen, I. (2016b). Effect of animal-assisted activity on balance and quality of life in home-dwelling persons with dementia. *Geriatric Nursing*, 37(4), 284– 91. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2016.04.002>

Parker, J. (2020). Ethical issues in the care of people with dementia. *InnovAiT: Education and Inspiration for General Practice*, 13(6), 374–381. <https://doi.org/10.1177/1755738020914953>

Patsiendijuhend. (2018). Info Alzheimeri tõvega inimestele ja nende lähedastele. Eesti Haigekassa. <https://ravijuhend.ee/patsiendivarav/juhendid/185/info-alzheimeri-tovega-inimestele-ja-nende-lahedastele>

Peluso, S., de Rosa, A., de Lucia, N., Antenora, A., Illario, M., Esposito, M., & de Michele, G. (2018). Animal-Assisted Therapy in Elderly Patients: Evidence and Controversies in Dementia and Psychiatric Disorders and Future Perspectives in Other Neurological Diseases. *Journal of Geriatric Psychiatry and Neurology*, 31(3), 149–157. SAGE Publications Inc. <https://doi.org/10.1177/0891988718774634>

Phan, S. v., Osa, S., Morgan, J. C., Inyang, M., & Fagan, S. C. (2019). Neuropsychiatric Symptoms in Dementia: Considerations for Pharmacotherapy in the USA. *Drugs in R and D*, 19(2), 93–115. Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/s40268-019-0272-1>

Pope, W. S., Hunt, C., & Ellison, K. (2016). Animal assisted therapy for elderly residents of a skilled nursing facility. *Journal of Nursing Education and Practice*, 6(9). <https://doi.org/10.5430/jnep.v6n9p56>

Prizer, L. P., & Zimmerman, S. (2018). Progressive Support for Activities of Daily Living for Persons Living with Dementia. *Gerontologist*, 58: S74–S87). Gerontological Society of America. <https://doi.org/10.1093/geront/gnx103>

Pärtel L. (2021). Veteranidel esineva posttraumaatilise stressihäire tegevusterapeutiline sekkumine läbi koeri kaasava teraapia. Lõputöö. Tallinn: Tallinna Tervishoiu Kõrgkool.

Rodrigo-Claverol, M., Malla-Clua, B., Marquilles-Bonet, C., Sol, J., Jové-Naval, J., Sole-Pujol, M., Ortega-Bravo, M. (2020). Animal-assisted therapy improves communication and mobility among institutionalized people with cognitive impairment. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(16), 1–14. <https://doi.org/10.3390/ijerph17165899>

Rästa, B. (2012). Abi- ja teraapiakoerte kasutamine tegevusterapias. Lõputöö. Tallinn: Tallinna Tervishoiu Kõrgkool.

Saks, K. (2016). Kognitiivse funktsiooni ealised muutused. *Dementsus. Õpikus: Saks, K. (toim). (2016). Gerontoloogia (355–395). Tartu Ülikooli Kirjastus.*

Sampaio, A., Marques-Aleixo, I., Seabra, A., Mota, J., Marques, E., & Carvalho, J. (2020). Physical fitness in institutionalized older adults with dementia: association with cognition, functional capacity and quality of life. *Aging Clinical and Experimental Research*, 32(11), 2329–2338. <https://doi.org/10.1007/s40520-019-01445-7>



Schuermans, L. G. J. A., Noback, I., Schols, J. M. G. A., Enders-Slegers, M. (2019). *An Animal-Assisted Intervention Study in the Nursing Home: Lessons Learned. People and Animals: The International Journal of Research and Practice*, 2(1).

<https://docs.lib.purdue.edu/paij/vol2/iss1/7>

Shawish, N., Kawafha, M., Abu Kamel, A., Al-Maghaireh, D., & Bani Hani, S. (2024). Impact of cat-assisted therapy (Ca-AT) among elderly patients with Alzheimer's disease at home: a case study. *Working with Older People*. <https://doi.org/10.1108/WWOP-10-2023-0042>

Serpell, J. A. (2015). *The Human-Animal Bond*. Raamatus: Kalof, L.(toim.). (2017). *The Oxford Handbook of Animal Studies* (89–97). Oxford University Press.

<https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199927142.013.31>

Shen, C., Rolls, E. T., Cheng, W., Kang, J., Dong, G., Xie, C., Zhao, X. M., Sahakian, B. J., & Feng, J. (2022). Associations of Social Isolation and Loneliness with Later Dementia. *Neurology*, 99(2), E164–E175. <https://doi.org/10.1212/WNL.0000000000200583>

*Standards of Practice for Animal-Assisted Interventions*. (2021, September 1). Pet Partners. [https://therapyanimalstandards.org/\\_static/ae18e35bfd13b99794e575b6efce7ab6/aaistandardsofpractice.pdf?dl=1](https://therapyanimalstandards.org/_static/ae18e35bfd13b99794e575b6efce7ab6/aaistandardsofpractice.pdf?dl=1) (31.03.2024)

Strøm, B. S., & Engedal, K. (2021). Ethical aspects in dementia care - The use of psychosocial interventions. *Nursing Ethics*, 28(3), 435–443.

<https://doi.org/10.1177/0969733020952121>

Šmõreitšik, V. (2012). Tegevusterapeudi roll Alzheimeri tüüpi dementsusega eaka toimetuleku toetamisel igapäevategevustes. Lõputöö. Tallinn: Tallinna Tervishoiu Kõrgkool.

Zhang, D., Hennessy, M., & Houghton, C. (2023). Stakeholders' Perceptions and Experiences of Animal Assisted Interventions for People Living With Dementia: A Qualitative Evidence Synthesis Protocol. *International Journal of Qualitative Methods*, 22. SAGE Publications Inc. <https://doi.org/10.1177/16094069231157701>

Tartlan, L. (2019). Koerte mõju autismispektri häirega laste tegevusvõimele ja nende perekonnale. Lõputöö. Tallinn: Tallinna Tervishoiu Kõrgkool.

Tegevusterapeut, tase 6. Kutsestandard. (2018). Tervishoiu Kutsenõukogu. Tallinn.

<https://www.kutseregister.ee/ctrl/et/Standardid/exportPdf/10684200/> (12.08.2023)

Telenius, E. W., Engedal, K., & Bergland, A. (2013). Physical performance and quality of life of nursing-home residents with mild and moderate dementia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 10(12), 6672–6686.

<https://doi.org/10.3390/ijerph10126672>

The Five Freedoms. (December, 1979). Farm Animal Welfare Council.

<https://webarchive.nationalarchives.gov.uk/20121010012427/http://www.fawc.org.uk/freedoms.htm> (01.04.2023)

Tournier, I., Vives M. F., Postal, V. (2017). Animal-Assisted intervention in dementia: Effects on neuropsychiatric symptoms and on caregivers' distress perceptions. *Swiss Journal of*

*Psychology*, 76(2), 51–58. <https://doi.org/10.1024/1421-0185/a000191>

Travers, C., Perkins, J., Rand, J., Bartlett, H., & Morton, J. (2013). An evaluation of dog-assisted therapy for residents of aged care facilities with dementia. *Anthrozoos*, 26(2), 213–225. Bloomsbury Publishing Plc. <https://doi.org/10.2752/175303713X13636846944169>

Uurimissuunad ja rakendusuuringud Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolis. (2018). Tallinna Tervishoiu Kõrgkool. [Uurimissuunad ja rakendusuuringud Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolis | Tallinna Tervishoiu Kõrgkool \(ttk.ee\)](https://www.ttk.ee) (18.02.2023)

Vakrinou, P., & Tzonichaki, I. (2020). Animal assisted therapy and occupational therapy. *Health & Research Journal*, 6(3), 85. <https://doi.org/10.12681/healthresj.25152>

Velde-van Buuringen, M. van der, Hendriks-van der Sar, R., Verbeek, H., Achterberg, W. P., & Caljouw, M. A. A. (2023). The effect of garden use on quality of life and behavioral and psychological symptoms of dementia in people living with dementia in nursing homes: a systematic review. *Frontiers in Psychiatry*, 14. Frontiers Media S.A. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1044271>

Voros, V., Fekete, S., Tenyi, T., Rihmer, Z., Szili, I., & Osvath, P. (2020). Untreated depressive symptoms significantly worsen quality of life in old age and may lead to the misdiagnosis of dementia: A cross-sectional study. *Annals of General Psychiatry*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12991-020-00302-6>

Wesenberg, S., Mueller, C., Nestmann, F., & Holthoff-Detto, V. (2019). Effects of an animal-assisted intervention on social behaviour, emotions, and behavioural and psychological symptoms in nursing home residents with dementia. *Psychogeriatrics*, 19(3), 219–227. <https://doi.org/10.1111/psyg.12385>

World Health Organization. (2023, March 15). *Dementia: Key Facts*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/dementia> (08.05.2024)

World Health Organization. (2017, December 7). *Dementia: number of people affected to triple in next 30 years*. <https://www.who.int/en/news-room/detail/07-12-2017-dementia-number-of-people-affected-to-triple-in-next-30-years> (23.03.2024)

World Health Organization. WHOQOL: Measuring quality of life. <https://www.who.int/tools/whoqol> (23.03.2024)

Õunapuu, L. (2014). Kvalitatiivne ja kvantitatiivne uurimisviis sotsiaalteadustes. Tartu: Tartu Ülikool.

Yakimicki, M. L., Edwards, N. E., Richards, E., Beck, A. M. (2019). Animal-Assisted Intervention and Dementia: A Systematic Review. *Clinical Nursing Research*, 28(1), 9–2. DOI:[10.1177/1054773818756987](https://doi.org/10.1177/1054773818756987)

**Tabel 1.** Koera kaasava teraapia sessiooni näidis elukvaliteedi, kognitiivsete ja psühhosotsiaalsete tegevuseelduste parandamiseks (Travers et al., 2013, kohandatud).

Rühmateraapia plaan:
<ul style="list-style-type: none"><li>• Osalejad istuvad poolringis suures ruumis, igaühele antakse nimesilt</li><li>• Terapeut tutvustab ennast ja koera personaalselt nimepidi igale osalejale rääkides lühidalt, miks nad seal viibivad ning mida hakatakse tegema</li><li>• Seejärel juhatakse koer kordamööda iga osaleja juurde, kes võib pakkuda loomale maiust, teda paitada ja temaga rääkida. Koer võib istuda osaleja juures või toetada pea osalejale sülle sõltuvalt osaleja-koera soovist</li><li>• Terapeut teeb ettepaneku osalejatele meelde tuletada, mis on koera nimi ja nimetada nii palju sama algustähega koera nimesid, kui meenub</li><li>• Osalejate vahel võib panna ringi käima mõne koera või muu eseme ja paluda neil arutleda selle otstarbe üle</li><li>• Järgmiseks võtab terapeut lahti koeratõugude raamatu ja palub rääkida, mis osalejatele pildil oleva koeratõuga seoses meenub ning milliseid omadusi või tõutunnuseid nad märkavad</li><li>• Terapeut palub osalejatel lugeda ette koerast rääkivat lühijuttu või luuletust ja palub kolmel osalejal kirjutada ette antud fraasidest luuletus teraapiakoerast</li><li>• Sessiooni lõppedes tänab terapeut kõiki nimeliselt ja teatab järgmise kohtumise aja</li></ul>