

Hunde können Schmerzwahrnehmung und Schmerzbewältigung bei Menschen positiv beeinflussen

Wissenschaftler*innen des Instituts für Psychologie der Humboldt-Universität haben in einer Studie untersucht, wie sich das menschliche Schmerzempfinden in Anwesenheit von Personen oder Hunden verändert

Schmerz ist ein allgegenwärtiges Phänomen, das das Wohlbefinden stark beeinträchtigen kann. Menschen mit chronischen Schmerzen berichten häufig von einem Interessensverlust an alltäglichen Aktivitäten und einer Verschlechterung ihrer sozialen Beziehungen. Das Verständnis der psychologischen Faktoren, die die Schmerzerfahrung beeinflussen, ist entscheidend für eine bessere Schmerzbewältigung – besonders die soziale Unterstützung der Patient*innen.

Wie eine Studie von Dr. Heidi Mauersberger zeigt, die unter der Leitung von Prof. Dr. Ursula Hess am Institut für Psychologie der Humboldt-Universität zu Berlin (HU) durchgeführt wurde, können auch Hunde als Schmerzhelfer sehr wirksam sein: Die Anwesenheit von Hunden kann die Wahrnehmung von Schmerz und das Schmerzverhalten von Menschen positiv beeinflussen. „In einer Zeit, in der psychische Belastungen und chronische Schmerzen zunehmen, kann die Interaktion mit Hunden nicht nur emotionalen Trost spenden, sondern sogar die körperlichen Schmerzen lindern“, kommentiert Heidi Mauersberger, wissenschaftliche Mitarbeiterin am Lehrstuhl für Sozial- und Organisationspsychologie der HU und Erstautorin der Studie. Die Studie „Pet dogs succeed where human companions fail: The presence of pet dogs reduces pain“ wurde jetzt im Open-Access-Journal Acta Psychologica veröffentlicht.

Bessere Schmerzbewältigung durch anwesende Hunde

In der Studie hat Mauersberger gemeinsam mit einem Forschungsteam die Wirkung von Hunden im Vergleich zu menschlichen Begleiter*innen während schmerzhafter Situationen untersucht. Schmerzbewältigung und Schmerzwahrnehmung wurden in zwei Experimenten untersucht.

Im ersten Experiment wurden die Teilnehmer*innen einem sogenannten „Cold Pressor Test“ unterzogen, bei dem sie ihre Hand in eiskaltes Wasser tauchen mussten. Dabei wurden sie entweder von ihrem eigenen Hund, einem*r gleichgeschlechtlichen Freund*in begleitet oder waren allein. Die Ergebnisse zeigen, dass die Anwesenheit des eigenen Hundes die Schmerzintensität signifikant reduziert, die Schmerzbewältigung verbessert und die physiologischen Stressreaktionen verringerte. Im Gegensatz dazu hatte die Anwesenheit einer befreundeten Person keinen so starken positiven Effekt.

Im zweiten Experiment wurde untersucht, ob auch unbekannte Hunde eine schmerzlindernde Wirkung haben können. Die Teilnehmer*innen durchliefen denselben Schmerztest, begleitet entweder von einem unbekanntem Hund, einem unbekanntem Menschen oder alleine. Auch hier zeigte sich, dass die Anwesenheit eines Hundes die Schmerzbewältigung verbesserte und die physiologischen Stressreaktionen reduzierte. Dies gilt besonders für Teilnehmer*innen mit einer positiven Einstellung gegenüber Hunden.

Die Ergebnisse der Studien legen nahe, dass Hunde effektivere Schmerzhelfer sind als menschliche

Begleiter*innen - möglicherweise aufgrund ihrer nicht wertenden und unterstützenden Natur. Besonders in schmerzhaften Situationen bieten Hunde eine wertvolle soziale Unterstützung, die das Wohlbefinden der Betroffenen verbessert. „Es ist erstaunlich zu beobachten, wie stark die Wirkung der Hunde ist. Die Menschen fühlen sich nicht nur emotional unterstützt, sondern erleben tatsächlich weniger Schmerz. Das eröffnet neue Perspektiven für den Einsatz von Therapiehunden in der Schmerztherapie“, erklärt Dr. Mauersberger. Hunde könnten etwa zukünftig vermehrt in therapeutischen Kontexten eingesetzt werden, um Menschen bei der Schmerzbewältigung zu unterstützen - sei es in Krankenhäusern, bei Operationen oder in der täglichen Bewältigung von chronischen Schmerzen.

Originalpublikation:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0001691824002956?via%3Dihub>