

De bijsluiters is de gebruiksaanwijzing van een hulpaanbod. Niet alleen bij medicijnen, maar bij elke vorm van hulp kan een bijsluiters geschreven worden. Bijsluiters in Deviant worden geschreven vanuit het gebruikersperspectief, liefst door de gebruikers zelf.

## Psychiatrische hulphonden (Psychiatric Service Dogs)

Huisdieren helpen in de psychiatrie, zo bleek uit de schrijfwedstrijd die Deviant vorig jaar hield (zie nr. 50). Al eerder hadden cliënten deze ervaring gemeld, bij tips voor zelfhulp die manisch depressieven elkaar geven (nr. 12). Bij herstellen van ernstige psychosen blijken huisdieren een rol te spelen (volgens het proefschrift van Topor, besproken in nr. 33). In Amerika worden honden getraind als psychiatrische hulphonden. Dit biedt talrijke mogelijkheden die emancipatoir kunnen werken. (1)

In de televisieserie 'Dogs with jobs' van National Geographic wordt getoond hoe honden kunnen worden getraind om allerlei diensten te verrichten voor mensen met handicaps. Het bekendste voorbeeld hiervan is de blindengeleidehond. Minder bekend is de signaalhond, die doven attendeert op de talrijke akoestische signalen die in de moderne maatschappij gemeengoed zijn (deurbellen, telefoons, verklidders, sirenes, claxons, etc.). Voor lichamelijk gehandicapten kan een hulphond een uitkomst zijn voor het apporteren van voorwerpen en het verrichten van allerlei taken, zoals telefonisch inroepen van hulpinstanties (via een alarmtoets die met de poot ingedrukt kan worden).

In diverse onderzoeken rapporteren gehandicapten met een hulphond positieve effecten, zoals toegenomen eigenwaarde, grotere zelfstandigheid, meer zelfvertrouwen en meer sociale

contacten (Schaefer, 2002). Deze effecten zijn niet alleen toe te schrijven aan de praktische steun van de hulphonden, maar ook aan hun emotionele en sociale steun. De honden functioneren als 'sociaal smeermiddel', wat bijvoorbeeld tot uiting komt in een significante stijging van het aantal social acknowledgements (glimlachen, oogcontacten, vriendelijke blikken) dat een rolstoeler op straat ontmoet als hij of zij vergezeld wordt door een hond (Eddy e.a., 2001).

Ook bestaan er epilepsie-honden (seizure-alert dogs) die hun baas kunnen waarschuwen voor een opkomende toeval (Dalziel e.a., 2003). De patiënt kan dan maatregelen nemen en bijvoorbeeld een veilige plek opzoeken. Strong e.a. (2002) vonden dat dit resulteerde in een daling van het aantal daadwerkelijke toevallen, waarschijnlijk mede door de kalmerende werking die van de hond uitgaat. Honden kunnen ook suikerpatiënten waarschuwen bij dreigende hypoglycemia (Bergin, 2005), waarschijnlijk aan de hand van geursignalen. En er zijn berichten dat honden kunnen helpen bij het opsporen van beginnende kankerzellen (Willis e.a., 2004).

### Hulphonden in de psychiatrie

Sinds kort zijn er ook psychiatrische hulphonden. Deze worden getraind om hun bazen te waarschuwen bij psychiatrische symptomen en steun te bieden bij de omgang ermee (Smith e.a., 2003;



Koningin Beatrix ontmoet de uitleenhond van Humanitas ouderenzorg in Rotterdam

Froling, 2003). In de nevenstaande tabel wordt een overzicht gegeven van de taken waarvoor psychiatrische hulphonden getraind kunnen worden.

Psychiatrische hulphonden worden ook getraind voor hulp aan patiënten die lijden aan hersenaandoeningen, zoals de ziekte van Parkinson of dementie (Esnayra, 2005). Een evaluatie van de betekenis van hulphonden voor autistische kinderen werd verricht door Burrows en Adams (2005). Onlangs werd bekendgemaakt dat in Nederland autisme-honden zullen worden opgeleid door de KNGF ([www.geleidehond.nl](http://www.geleidehond.nl)). Voor zover bekend is dit het eerste voorbeeld van een psychiatrische hulphond in ons land.

Bij de selectie en training van de psychiatrische hulphond speelt de cliënt een actieve rol. Cliënt en hond moeten een team worden in een leerproces dat in hoge mate individueel is. De cliënt wordt daarbij begeleid door een gespecialiseerde hondentrainer. De cliënt betreft ook zijn of haar behandelaren in het gebruik van de hond. Het initiatief en de sturing liggen echter grotendeels in handen van de cliënt. Daarom zien Esnayra (2003) en Deagan (2007) de ontwikkeling van psychiatric service dogs als een basisbewe-

ging en een stap in de richting van empowerment. Een beweging die aansluit bij het door cliënten gepropageerde begrip herstel.

In de VS wordt de inzet van hulphonden bevorderd door de Americans with Disabilities Act (ADA). Deze wet geeft een ruime definitie van handicaps en omvat daardoor ook psychiatrische aandoeningen. De ADA garandeert onder meer dat mensen met hulphonden toegang hebben tot alle openbare ruimtes en transportmiddelen.

De honden van de Psychiatric Service Dog Society in de VS worden voorzien van een dekje waarop in grote letters 'service dog' is geschreven. Voor mensen met een onzichtbare handicap is het nadeel daardoor wel dat zij publiekelijke aandacht trekken (PDS, 2002). Het dekje dat in de praktijk nuttig zou zijn gebleken, is echter niet wettelijk verplicht.

✍ Mark Janssen



Tabel 1. Psychiatrische stoornissen en symptomen, en de taken waarvoor psychiatrische hulphonden getraind kunnen worden (Bron: Esnayra, 2003)

Stoornis	Symptomen	Taken die getraind kunnen worden
Ernstige depressie	<i>Apathie</i>	<i>Tactiele stimulatie</i>
	<i>Hypersomnia (excessief slapen)</i>	<i>Wekken van de baas</i>
	<i>Eenzaamheidsgevoelens</i>	<i>Knuffelen, likken</i>
	<i>Verdriet, huilen</i>	<i>Knuffelen, tranen likken, tissues apporteren, spelgedrag</i>
	<i>Slapeloosheid, suïcidaaliteit</i>	<i>Nabij blijven en aandacht geven aan de baas</i>
	<i>Bewegingsarmoede</i>	<i>Aan de riem worden uitgelaten</i>
	<i>Geheugenverlies</i>	<i>Attenderen op medicatie-inname, helpen vinden van sleutels of telefoon</i>
	<i>Desorganisatie</i>	<i>Hulp bij dagelijkse taken in huis</i>
Bipolaire stoornis (manische fase)	<i>Gedachtenstroom, afleidbaarheid</i>	<i>Tactiele stimulatie</i>
	<i>Overconcentratie, geïrriteerdheid, bewegingsdrift, geursignaal?</i>	<i>Waarschuwen voor dreigende manische episode</i>
	<i>Agressief autorijden</i>	<i>Waarschuwen voor gevaarlijk autorijden</i>
	<i>Slapeloosheid</i>	<i>Waarschuwen voor slapeloosheid</i>
	<i>Geheugenverlies</i>	<i>Attenderen op medicatie-inname</i>
Paniek	<i>Desorganisatie</i>	<i>Hulp bij dagelijkse taken in huis</i>
	<i>Derealisatie, depersonalisatie</i>	<i>Tactiele stimulatie</i>
	<i>Geursignaal?</i>	<i>Waarschuwen voor dreigende angst- of paniekaanval</i>
	<i>Angst, vlucht/vecht response</i>	<i>Baas naar een veilige plek leiden</i>
	<i>Hartkloppingen, trillen, misselijkheid, zweten</i>	<i>Nabij blijven en de baas aandacht geven</i>
	<i>Duizeligheid</i>	<i>Schrap zetten, ondersteunen van de baas</i>
	<i>Rillingen</i>	<i>Over de baas liggen</i>
Angst	<i>Geheugenverlies</i>	<i>Attenderen op medicatie-inname</i>
	<i>Rusteloosheid, concentratiegebrek</i>	<i>Tactiele stimulatie</i>
	<i>Slaapstoornis</i>	<i>Nabij blijven en de baas aandacht geven</i>
	<i>Angst</i>	<i>Begeleiden uit de angstige situatie</i>
	<i>Spierspanning</i>	<i>Aan de riem worden uitgelaten</i>
	<i>Geheugenverlies</i>	<i>Attenderen op medicatie-inname</i>
Agorafobie	<i>Angst, onbestemde vrees</i>	<i>Tactiele stimulatie</i>
	<i>Angst, vrees voor kwetsbaarheid</i>	<i>Nabij zijn en aandacht geven aan de baas</i>
	<i>Angst om het huis te verlaten</i>	<i>Met de baas naar buiten gaan</i>
Sociale fobie	<i>Angst</i>	<i>Tactiele stimulatie</i>
	<i>Nervositeit bij mensen</i>	<i>Sociaal contact faciliteren</i>
Posttraumatische stress	<i>Ontreddering, gevoel overspoeld te worden</i>	<i>Nabij zijn en aandacht geven aan de baas, de baas begeleiden uit de angstige situatie</i>
	<i>Concentratiegebrek, angst, storende fantasieën, dissociatie, flashbacks</i>	<i>Tactiele stimulatie</i>
	<i>Hallucinaties</i>	<i>Attenderen op hallucinaties</i>
	<i>Eenzaamheidsgevoelens</i>	<i>Knuffelen, likken</i>
	<i>Overaltheid</i>	<i>Attenderen op andere mensen</i>
	<i>Vrees, schrikreacties</i>	<i>Reageren op de omgeving</i>
	<i>Angst, vrees</i>	<i>Lichten aandoen en de veiligheid van de kamer onderzoeken</i>
	<i>Piekeren, vermijdingsgedrag</i>	<i>Nabij zijn en aandacht geven aan de baas</i>
	<i>Nachtmerries</i>	<i>Onderbreken door de baas te wekken, licht aandoen om te kalmeren/ heroriënteren, licht uitdoen om slaap te laten hervatten</i>
	<i>Gevoel bedreigd te worden</i>	<i>Beschermen van de persoonlijke ruimte</i>
Obsessief compulsief	<i>Concentratiegebrek, storende gedachten/fantasieën, angst</i>	<i>Tactiele stimulatie</i>
	<i>Repetitief of compulsief gedrag</i>	<i>Onderbreken</i>
Dissociatief	<i>Geheugenverlies</i>	<i>Attenderen op medicatie-inname, helpen vinden van sleutels of telefoon</i>
	<i>Ontreddering, flashbacks</i>	<i>Tactiele stimulatie</i>
	<i>Schrikreacties</i>	<i>Onderzoeken van bedreiging</i>
	<i>Geursignaal?</i>	<i>Waarschuwen voor dreigende dissociatieve episode</i>
	<i>Dissociatie, automutilatie</i>	<i>Onderbreken</i>
	<i>Hallucinaties</i>	<i>Attenderen op hallucinaties</i>
	<i>Nachtmerries</i>	<i>Wekken van de baas</i>
	<i>Vergeeten van naam/identiteit</i>	<i>Apporteren van identiteitsbewijs</i>
	<i>Angst</i>	<i>Nabij zijn en aandacht geven aan de baas</i>
Schizofrenie	<i>Fugue, verdwalen</i>	<i>Veilig helpen oversteken van straten</i>
	<i>Vlak affect</i>	<i>Tactiele stimulatie</i>
	<i>Hallucinaties</i>	<i>Attenderen op hallucinaties</i>
	<i>Catatoon gedrag, verward gedrag, psychose, wanen</i>	<i>Nabij zijn en aandacht geven aan de baas</i>
	<i>Vergeeten van naam/identiteit</i>	<i>Apporteren van identiteitsbewijs</i>
	<i>Verwarring, desorganisatie</i>	<i>De baas naar huis leiden</i>
	<i>Terugtrekking</i>	<i>Sociaal contact faciliteren</i>
	<i>Gevoel overspoeld te worden</i>	<i>Ruimte scheppen in drukke menigte</i>
	<i>Geheugenverlies</i>	<i>Attenderen op medicatie-inname, helpen vinden van sleutels of telefoon</i>