

Česká zemědělská univerzita v Praze

Fakulta agrobiologie, potravinových a přírodních zdrojů

Katedra zoologie a rybářství



**Česká zemědělská
univerzita v Praze**

Separační úzkost u psů

Bakalářská práce

Lenka Nahodilová

Kynologie

prof. RNDr. Miroslav Barták, CSc.

© 2021 ČZU v Praze

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že svou bakalářskou práci "Separační úzkost u psů" jsem vypracovala samostatně pod vedením vedoucího bakalářské práce a s použitím odborné literatury a dalších informačních zdrojů, které jsou citovány v práci a uvedeny v seznamu literatury na konci práce. Jako autorka uvedené bakalářské práce dále prohlašuji, že jsem v souvislosti s jejím vytvořením neporušila autorská práva třetích osob.

V Praze dne 29. 4. 2021

Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala panu prof. RNDr. Miroslavu Bartákovi, CSc. za celkové vedení práce a konzultace. Dále děkuji všem pracovníkům veterinární kliniky DOVET ve Velkém Meziříčí, a to hlavně panu MVDr. Eriku Doleželovi, za doporučení odborné literatury a bohaté informace o utišujících lécích včetně jejich působení na zvířata. Rovněž děkuji i paní MVDr. Lucii Grimové, která se zaměřuje hlavně na psychiku zvířat. Dala mi nespočet cenných rad a typů, jak separační úzkost u psů úspěšně překonávat, když jsem se o tuto problematiku začala zajímat. V neposlední řadě patří mé poděkování i členům Agility VM z kynologického cvičiště ve Velkém Meziříčí, především Janě Krčálové.

Separáční úzkost u psů

Souhrn

Bakalářská práce popisuje často se vyskytující psychickou poruchu u psů – separáční úzkost. Dále uvádí hlavní okolnosti, které s ní souvisí a o kterých by měl mít majitel psa s touto poruchou alespoň základní informace.

V začátku textu bylo cílem prostřednictvím příkladů na lidských pocitech nastínit, jak se psi postižení separáční úzkostí cítí, hlavně jsou-li ponecháni doma o samotě a činí jim to značné potíže. Nejčastějšími projevy této poruchy jsou nadměrná vokalizace, destruktivní chování, sebepoškozování, vyměšování v domě a koprofágie, detailněji bylo popsáno několik doporučení (např. nácvik odchodů majitele z domu, a podávání pamlsků ukrytých v hračkách) a jak s poruchou pracovat, aby se jí povedlo alespoň zmírnit a postiženému psovi i majiteli tak ulehčit společné soužití.

Práce upozornila na nevléčitelnost poruchy a na její těžko odhadnutelné predispozice. Na několika příkladech bylo vysvětleno, že si nikdy nemůžeme být jistí, jak psychicky odolný bude jedinec v budoucnosti i přes výborné předpoklady ze stran předků.

Poukázáno bylo i na to, jaký vliv mají úzkostné stavy na kognitivní schopnosti psů, hlavně pracovních. Vzhledem k obtížným stresovým situacím, které tito psi zažívají, bylo poukázáno na rozdíly mezi výcvikem a předpoklady pracovních psů oproti psům, kteří nám dělají pouze společnost. Podobné postupy ve výcviku na stresory, akorát v menší míře, se doporučují využít i u psů, kteří se nevyskytují v pracovních řadách, aby lépe zvládali fungování v běžném životě. Bylo zaznamenáno, že se tímto tréninkem minimalizuje i riziko vzniku separáční úzkosti.

Text obsahuje i kapitolu, která pojednává o psech z útulků, ve které bylo uvedeno několik typů, jak zklidnit psa i v pro něj obtížném prostředí. Pomoci mu mohou hračky či zvuková stimulace. Několik věcí lze aplikovat i v prostředí domova.

Jako hlavní léky, které se používají k léčbě separáční úzkosti, jsou psychofarmatické léky typu klomipramin, trazodon, fluoxetin, alprozam, a diazepam. Zmíněno bylo i o jejich působení na organismus a možných nežádoucích účincích, jako jsou, zvracení, kardiologické obtíže nebo agresivita.

Zkušenosti autorky textu se separáční úzkostí, které jsou zmíněny v případové studii, pocházejí z kynologického cvičiště, kde pomáhá tento problém řešit s majiteli postižených psů, i z domova, kde má fenu, se kterou se jí daří separáční úzkost zvládat.

Z dostupných informací se jeví, že separáční úzkost je těžko rozpoznatelná psychická porucha, se kterou je třeba pracovat trpělivě, obezřetně a pod dohledem odborníků.

Čerpáno je z několika studií, které jsou sepsány do kapitol a podkapitol, ve kterých byly podrobněji rozebrány jednotlivé body obsahu.

Klíčová slova: majitel, psychické problémy, ponechání o samotě, adaptace prostředí, problémové chování

Separation anxiety in dogs

Summary

The bachelor thesis describes a common mental disorder in dogs - separation anxiety. It also lists the main circumstances that are related to it and about which the owner of a dog with this disorder should have at least basic information.

At the beginning of the work, the aim was to outline, through examples of human feelings, how dogs affected by separation anxiety feel, especially if they are left at home alone and are in considerable difficulty. The most common manifestations of this disorder are excessive vocalization, destructive behavior, self-harm, excretion in the house and coprophagia. Several recommendations were described in more detail (e.g. training the owner's departure from the house, and the administration of treats hidden in toys) on how to work with the disorder in order to at least alleviate it and thus make it easier for the affected dog and the owner to coexist.

The work highlighted the incurability of the disorder and its hard-to-estimate predisposition. Several examples have explained that we can never be sure how mentally resilient an individual will be in the future, despite excellent assumptions from ancestors.

It was also pointed out how anxiety affects the cognitive abilities of dogs, especially work conditions. Due to the difficult stressful situations experienced by these dogs, the differences between training and the assumptions of working dogs compared to dogs, making us only company, were mentioned. Similar procedures in stress training, but to a lesser extent, are recommended to be used in dogs that do not occur in the working ranks in order to better manage the functioning in everyday life. It has been noted that this training minimizes the risk of developing separation anxiety.

The text also contains a chapter on dogs from shelters, which listed several types of how to calm the dog even in difficult environments. Toys or sound stimulation can help. Several things can be applied even in a home environment.

As the main drugs that are used to treat separation anxiety are psychopharmacical drugs such as klomipramine, trazodon, fluoxetine, alprozam, and diazepam. Their effects on the body and possible side effects such as vomiting, cardiological difficulties or aggressiveness were also mentioned.

The experience of the author of the text with separation anxiety, which is mentioned in the case study, comes from a cynological training center, where she helps to solve this problem with owners of affected dogs, as well as from a home where she has a with whom she manages separation anxiety.

From the information available, separation anxiety appears to be a hard-to-recognize psychological disorder that needs to be worked with patiently, cautiously and under the supervision of specialists.

It is drawn from several studies, which are written into chapters and subchapter, in which the individual points of the content were detailed.

Keywords: owner, mental problems, leaving alone, adaptation of the environment, problem behavior

Obsah

1 Úvod	7
2 Cíl práce.....	8
3 Literární rešerše.....	9
3.1 Separační úzkost	9
3.1.1 Pojmy související se separační úzkostí.....	11
3.1.2 Stres	11
3.1.3 BDNF neurotrofický faktor	13
3.1.4 Pouto člověk – zvíře	13
3.2 Projevy a příčiny separační úzkosti	14
3.2.1 Nejčastější rysy separační úzkosti	16
3.2.2 Predispozice separační úzkosti	17
3.2.3 Spouštěče poruchy	19
3.3 Vliv úzkosti na chování u psů.....	19
3.3.1 Kritická období v životě psa	20
3.3.2 Formy úzkosti	21
3.3.3 Vliv úzkosti na výkon pracovních psů.....	22
3.3.4 Místo stresu rutina	23
3.4 Jak pracovat se separační úzkostí	24
3.4.1 Předměty zmírňující úzkost	25
3.5 Léky utišující separační úzkost.....	26
3.5.1 Psychofarmaka používající se ke zklidnění zvířat.....	26
3.5.2 Antidepresiva pro agresivní jedince	27
3.5.3 Zmírnění separační úzkosti pomocí feromonů	28
3.6 Psi z útulku	29
3.6.1 Obohacení útulkových prostředí.....	29
3.6.2 Útulkový režim	30
3.6.3 Adopce psa z útulku.....	31
3.7 Případová studie složená ze zkušeností autorky práce.....	32
3.7.1 Případ, který se ze začátku jevil jako separační úzkost	32
3.7.2 Fena, která opravdu byla postižená separační úzkostí.....	33
4 Závěr	37
5 Literatura.....	39

1 Úvod

Práce je vytvořena jednak proto, že se s touto problematikou potýká hodně majitelů psů, kterým by mohla uvedenými informacemi pomoci a jednak proto, že mnoho lidí (laiků) tento problém u svých psů (pokud jejich chování výrazně neobtěžuje okolí) přehlíží, nebo ho dokonce ani nevidí. Pokud dochází k velmi častému příznaku této poruchy, tak psi psychicky i fyzicky trpí. Úzkost dlouhodobého charakteru, může vést k poškození fyziologických funkcí jedince a zvýšenému riziku onemocnění (Terlouw et al. 1997).

Když pes nemá k majiteli důvěru a ve vypjatých situacích, jako je i mimo jiné zůstat doma, nebo kdekoli jinde, kde majitel psa ponechá na určitou dobu o samotě, pes propadá panice. Nemůže se o něj opřít. Jakákoliv nepřírozená situace či okamžik z pohledu psa může pouto mezi člověkem a psem natrvalo poškodit, pokud se majitel nezachová, jak by měl (Salman et al. 2000). Tyto situace mnohokrát člověk, hlavně laik, nevyhodnotí pro zvíře jako krizové, nebo jako takové, že by jim měl věnovat zvláštní pozornost. Měli bychom mít na paměti, že pes, který je ze začátku po příchodu do nového domova, v cizím prostředí, v péči jiného člověka, než na kterého byl doposud zvyklý, či umístěn do útulku ať už dočasně nebo natrvalo, může být a většinou i je nervózní a psychicky více labilní. Hlavně takových psů se tato porucha týká. Psům umístěným do útulku a jejich následnému začlenění do nové rodiny bude věnována samostatná kapitola. Pro jiné psy je odchod majitele z bytu denní rutina, kterou berou jako hotovou věc, ví, že se majitel vždy vrátí, zajde s nimi ven, pohraje si s nimi, nakrmí je. Jsou v klidu, doma nic neničí a většinou skoro celý čas, kdy jsou o samotě, prospí. Pro psy se separační úzkostí začíná noční můra již pouhým zjištěním, že se majitel chystá odejít z domova, byť jen na malou chvíli (Overall et al. 2001).

Práce nabídne různé pohledy na úzkostné stavy jedinců. Vysvětlen zde bude i pojem úzkost. Dle Fábikové (2006) se jedná o „*patologický stav reaktivity, při němž se objevují analogické emocionální reakce, které vycházejí ze strachu z vnitřního a vnějšího prostředí.*“

V textu budou níže uvedeny příklady činností (spouštěčů), které většinou majitelé, často i nevědomky dělají např. před odchodem z domu. Bázeň se tak u psa pořád prohlubuje. Na několika příkladech zde také bude znázorněno, jak je možné pokusit se separační úzkost alespoň zmírnit pomocí různých stimulů, které by měly ponechat psa více v klidu. Velké množství psů se této poruchy úplně nezavíjí za celý život, a když už se to u pár jedinců povede, hrozí, že u jakéhokoliv připomenutí špatné situace může porucha opět propuknout, a to dokonce v horší formě. Neřešení úzkosti jako zdravotního problému může vést i ke zkrácení délky života jedince (Dreschel 2010).

2 Cíl práce

Cílem této práce bylo vypracovat literární rešerši na téma separační úzkost u psů a také byl popsán její průběh (diagnostika), možné spouštěče a jak je možno separační úzkost zmírnit. V práci byly uvedeny i konkrétní příklady psů trpících touto poruchou. Průběh nemoci včetně jejích projevů byl popsán na základě několika uvedených studií a zároveň bylo zmíněno několik rad a postupů, jak se s touto poruchou zdárně naučit fungovat, což bylo hlavním cílem práce. Část práce byla také věnována psům z útulku, kteří se s touto poruchou primárně potýkají a bylo zde zmíněno, jak jim lze pobyt v nepříjemném prostředí alespoň trochu usnadnit. Práce by mohla sloužit jako stručný přehled o psychických problémech psů spojených s jejich oddělováním od majitelů jejichž psi se potýkají s touto poruchou nebo obecně pro ostatní, kteří se o toto téma zajímají.

3 Literární rešerše

3.1 Separační úzkost

Stejně jako u lidí, tak i u zvířat, se v hojném množství objevují čím dál častěji psychické poruchy. Můžeme si to vysvětlit tím, že zvíře, které nežije přirozeným způsobem života, a často i bez blízkosti svého druhu, ale je v lidské péči, bývá ochuzeno o své biologické potřeby. Jak na lidstvo, tak i na zvířata doléhá dnešní hektický uspěchaný svět. Psychické onemocnění nelze tak snadno vyléčit jako fyzický problém. S jedinci postiženými konkrétně separační úzkostí to bývá o to těžší jsou-li osamoceni a neví co si počít sami se sebou, když nastane nejvíce vypjatá situace. U psů Herronet al. (2007) zmínil, že separační úzkost je stav, ve kterém psi vykazují známky akutního a trvalého utrpení, když jsou ponecháni nebo jsou odděleni od klíčové osoby.

V daném okamžiku by člověk přemýšlel jen nad svojí bezmocí, strachem a nic jiného by nebral v potaz. Vše funguje na stejném principu. Situacím, na které nám nezůstaly dobré vzpomínky, se snažíme pochopitelně vyhybat. Někdo se s tím vyrovná snadno, jinému to trvá delší dobu. Každý jedinec je jinak psychicky odolný a na různé podněty reaguje po svém. Dospělí lidé většinou vědí, co se s nimi děje, znají příčinu toho, proč se necítí psychicky dobře.

Menším dětem můžete na rozdíl od zvířat vysvětlit, že si je vždy ze školky vyzvednete, a že o ně budete pečovat, jak nejlépe dokážete. Stejně, jako dospělý člověk po nesnadném rozchodu s partnerem, který se znovu nechce upínat na vizi, že s někým prožije mnoho let, zvykne si na něj, bude ho milovat, vše s ním sdílet a daná osoba ho potom opět opustí, tak i dítě může odmítat v těchto krizových situacích např. jídlo, či jiné činnosti, které běžně dělá. Mnohdy za úzkostné poruchy u dětí mohou až příliš starostliví rodiče (Drake & Ginsburd 2012).

Separace, v překladu do češtiny znamená oddělení. Pokud je tedy oddělení nechtěné, vzniká úzkost, která je známá snad každému člověku. Každý z nás někdy v životě prožil situaci, kdy zůstal někde sám a necítil se úplně dobře. Může to být např. dítě, které nechtělo zůstat samo bez rodičů ve školce. Příznaky separační úzkosti se mohly u dítěte projevit dokonce už večer před tím, než měla celá situace nastat (nervozita, před spaním obavy z toho, co nastane druhý den, někdy dokonce i pomočování). Považovalo se za to, že separační úzkost je omezená pouze na dětství. Podobné příznaky, jako jsou nespavost, záchvaty paniky či utlumené kognitivní schopnosti, však vykazují i dospělí lidé. Oproti dětem u nich nebývají vidět somatické příznaky. Připoutání jsou většinou k blízké osobě (manžel, dítě, rodič) (Elbay et al. 2021)

Dítěti se ve školce nemuselo stát ani nic špatného, nikdo mu tam neublížil a nikdo na něj ani nekřičel. V jeho hlavě se však každý den, kdy mělo jít do školky, sehrávalo dějiště scénářů, jak bude ponecháno bez rodičů, v cizím prostředí s obavami, že se mu stane nějaká událost, se kterou si samo nebude vědět rady a nikdo mu s ní nepomůže. Podobné pocity zažívá i pes při odchodu majitele, který se k němu také jinak chová hezky. Separační úzkost se stejně jako u mladých psů vyskytuje častěji u malých dětí, které jsou nejčastěji ve věku od 3 do 6 let (Morgan et al. 2016)

Zvířatům však nic takového nesdělíte. Pochopitelně také cítí, že s nimi něco není v pořádku a intenzivně vnímají stres, ale pouhá uklidňující věta: „Neboj se, já brzy přijdu.“ psa v amoku z toho, že majitel opouští byt, opravdu neuklidní.

Pes jakožto zvíře, které žije ve smečce, samotu nesnáší dobře a je důležité si uvědomit, že v okamžiku, kdy máte doma jednoho psa, jste jeho smečka vy a je třeba se mu řádně věnovat.

Pes musí vnímat svého majitele jako vůdce smečky, a i toto souvisí poměrně hodně s psychikou jedince. Vlastník psa mu musí ukázat, že jevy, které se nevyskytují běžně, jako je třeba bouřka, hlasité rány, ve městech tramvaje a eskalátory, jsou normální a nic se mu při nich nestane.

Zvíře se separační úzkostí je v psychické nepohodě, a to má neblahý vliv nejen na jeho psychické, ale i fyzické zdraví. Separační úzkost a agrese u psů bývají dva hlavní důvody, proč jsou psi umísťováni do útulků (Ogata 2016).

O to více by měli lidé znát komunikační projevy zvířat a komunikaci zakládat mimo hlasový projev i na jasných gestech. Neznalost potřeb a behaviorálních projevů biologického druhu, o který člověk pečuje, často vede ke snížení welfare chovaného zvířete. Toto se netýká jen psů, ale každého živého tvora. Krizové bývají většinou první dva roky, pokud se jedná o štěně. Období tzv. psí puberty je zkouškou pro oba. Pokud je do nového prostředí přiveden dospělý jedinec, bývá někdy zase problém odstranit staré špatné návyky.

Jako příklad z praxe by mohla být uvedena situace, ve které majitelka zmínila, jak jí při odchodu z bytu, její pes kolem nohou (podle ní) radostně pobíhá a nadměrně zívá. Člověk, který zná základní psí komunikaci ví, že tato neustále se opakující situace rozhodně není pozitivní ani radostná, a že pes, který nadměrně zívá či se olizuje, je ve skutečnosti značně nervózní (Horwitz 2009).

Pes, který je srovnán s odchodem majitele z bytu, v klidu leží na svém místě, či majitele klidně pozoruje a nevykazuje žádné známky nervozity. V případě psů, kteří jsou umístěni ve venkovních kotcích, by měl být odchod majitele z daného prostoru také klidný a pes by měl být k situaci lhostejný, nikoli aby se s ním např. přetahoval o dveře kotce. Podněty, které vyvolávají strach jsou vysoce odolné vůči zapomínání a pes si tak velmi rychle dokáže připojit k určitým činnostem jejich následky (Ballantyne 2018).

Tato porucha je čistě psychologického rázu. Při velmi těžkém průběhu, však může mít negativní dopad i na fyzické zdraví jedince. Když si člověk uvědomuje, že jeho pes se chová velmi neklidně při jeho odchodu a danou situaci začne včas řešit, separační úzkost se pak nemusí naplno projevit a nemusí ani dojít až k nejčernějším scénářům, kdy se psi začnou mimo zničeného majetku i sebepoškozovat.

Odborníci, kteří pracovali s majiteli psů s touto poruchou, se snažili zjistit, zda na separační úzkost nemá vliv plemeno, věk psa, pohlaví, či životní styl majitele. Přímo se ale žádná souvislost neprokázala (Storengen et al. 2014).

Některé studie např. dle Overall et al. (2001) však ukázaly, že existuje jisté spojení mezi fobií z bouřek a úzkostí ze samoty. Studie byly prováděny na základě dotazníků, které vyplňovali majitelé psů. Hlavní zaměření bylo na to, jak se pes chová, když majitel odchází z bytu a jak se chová při bouřce. Majitelé měli uvádět z možností, které dostali na výběr: zda je pes klidný, spokojený, smutný, třese se, brání majiteli v odchodu z domu, nebo jestli je jeho projev doprovázen silnou vokalizací. Shoda se objevila třeba v tom, kdy se majitel psa, u kterého uvedl, že si myslí, že má separační úzkost, teprve chystá opustit dům a pes ho následuje po celém bytě z místnosti do místnosti. Stejně chování takto postižený jedinec vykazoval i při bouřce, kdy byl neustále v blízkosti majitele.

Na závěr výzkumu Overall et al. (2001) popsal separační úzkost jako poruchu úzkostnou a zoufalou až do té míry, že jedinec trpí, když je doma sám bez člověka. Separační úzkost byla dříve brána jako nevychovanost psa, teprve až ve 2. polovině 20. století se jí začali odborníci zabývat hlouběji.

Zajímavé jsou také studie, které zkoumají, zda má dopad na toto postižení psů pohlaví majitele, se kterým zvíře žije, popř. když žije v úplné rodině s více členy. Ve druhém případě se pes pravděpodobně i tak upoutá na nějakou osobu z rodiny více, ale není to tak dramatické, jak když žije jen s jedním majitelem.

Ve svých studiích zjistil Flannigan & Dodman (2001), že u psů z domovů jediného dospělého člověka je 2,5x větší pravděpodobnost mít separační úzkost než u psů z domovů s více osobami. Psům s úzkostmi nepomáhá ani když je s nimi doma jiný pes. Může to jejich obtíže zmírnit, ale pes se natolik soustředí na odchod majitele, že další pes ho nezajímá stejně tak, jako hračky, které mu majitel nechal k dispozici, aby si měl s čím hrát, když zůstane o samotě.

3.1.1 Pojmy související se separační úzkostí

Dle psychologické terminologie s tímto tématem souvisí několik pojmů. Nejčastější jsou strach, fobie a úzkost.

- Pokud se jedná přímo o reakci na nějaký podnět, která po jeho odstranění odezní, jedná se o strach. (Např. pes se bojí igelitové plachty a vykazuje známky strachu – příkrčením, couváním, strnutím, po jejím odstranění je však zvíře v klidu.)
- Když je reakce na strach přehnaná, maladaptivní a škodlivá pro jednotlivce, je definována jako fobie (Landsberg et al. 2013). Zde lze uvést jako příklad psa, který se tak moc bojí např. jiných psů, nějakých předmětů či hlasitých zvuků, že z jeho neadekvátní reakce může dojít k ublížení na zdraví jak jeho, tak i zvířat či osob okolo.
- Úzkost, konkrétně separační úzkost je definována jako úzkostná porucha u psů, jejichž příznaky jsou pozorovány pouze v nepřítomnosti majitele nebo vnímané nepřítomnosti (Horwitz 2000; Sherman & Mills 2008).

3.1.2 Stres

Psychické onemocnění je způsobeno stresem, jehož následkem jsou duševní obtíže. Vysvětlení pojmu je dle Atkinson et al. (2000) následující: Stres je funkční stav živého organismu, kdy je tento organismus vystaven mimořádným podmínkám (stresorům) a jeho následným obranným reakcím, které mají za cíl zachování homeostázy a zabraňují poškození nebo smrti organismu. Organismus se dostane do stresu pomocí mnoha faktorů, které vyhodnotí jako stresory neboli spouštěče.

Pro každý organismus je to něco jiného. Z pohledu psa to může být třeba již zmíněné ponechání psa o samotě, týrání, nedostatečné krmení a napájení, ponechání v nevyhovujících fyzikálních podmínkách (horké prostředí bez možnosti ukrýt se ve stínu, nadměrné světlo, velký chlad bez možnosti zahřát se v úkrytu, velký hluk...). Vše je řízeno hormonálně a nervově. Rozdělení dle Atkinson et al. (2000) je následující:

Hormonální řízení:

- v první řadě mozek vyšle signál do hypotalamu v němž se nachází řídicí centra
- v případě potřeby jsou pak vyslány signály dále do hypofýzy, která vyplaví hormony, které přímo ovlivňují činnost žláz s vnitřní sekrecí

- nakonec je v případě stresu aktivována činnost v nadledvinách, jejichž dřev uvolní do krve adrenalin, následně kůra nadledvin produkuje steroidní hormony (glukokortikoidy a kortizol), které mají významnou činnost v regulaci organismu

Nervové řízení:

Funguje na základě dvou činností:

- sympatiku – složka vegetativního nervstva, která není ovládaná vůlí, nervové vzruchy na sympatiku přenáší noradrenalin
- parasympatiku – řídí životně důležité funkce, též není ovládaný vůlí

Stres můžeme rozdělit ještě na dva typy: eustres a distres

- eustres – tzv. pozitivní stres, který mnohdy motivuje jedince k lepším výkonům
- distres – je nadměrná zátěž organismu, kdy už tělo nečerpá ani z rezervních záloh – posledním rezervoárem jsou tuky a následně dochází k celkovému vyčerpání organismu, v krajních případech i ke smrti, v této fázi stresu jedinec prožívá úzkost či depresi

Také u zvířat se vyskytuje chronický nebo akutní stres a ten můžeme u psů měřit pomocí množství kortizolu v krvi či ve slinách. Chronický stres přetrvává po dlouhou dobu. Akutní stres nastane pouze v určitý okamžik. Pokud jde o problémy s chováním, jisté studie prokázaly koncentraci plazmatického kortizolu u agresivních psů, zejména u těch, kteří vykazují známky agrese vůči členům rodiny, výrazně vyšší než u klidných psů (Rosado et al. 2011). Na základě této studie se dá říci, že psi mohou trpět chronickým stresem.

Ve skutečnosti psi, kteří se chovají agresivně ke svému majiteli, často vysílají signály během konfliktních situací, které jsou považovány za indikátory vysokého vzrušení a naznačují tak přítomnost strachu nebo stresu (Bamberger & Houpt 2006 ; Reisner et al. 2007). Málokterý pes zaútočí z ničeho nic bez varovných signálů. Mezi známé jevy patří např. ztuhnutí, ohrnuté pysky a cenění zubů, přímý pohled. Některá plemena tyto náznaky nedávají najevo tak viditelně a to např. plemena typu bull. Pokud však některý z těchto signálů zaznamenáme, lze konfliktu a emočnímu vypjetí, jak ze strany psa, tak ze strany majitele, předejít.

U psů se separační úzkostí se zvýšený plazmatický kortizol neobjevil, byl však zjištěn ve větším množství ve slinách (Mongillo et al. 2013 ; Shin & Shin 2016). Důležitou roli tu hraje hormon Gherlin. Je to peptid 28aa, který je syntetizovaný v žaludku a působí jako signál pocitu hladu pro stimulaci příjmu potravy (Yokoyama et al. 2005).

Receptor pro gherlin působí v celém mozku včetně oblastí souvisejících s metabolismem v hypofýze a v oblastech mozku souvisejících s odezvami na stres. Gherlin je proto zvýšený jak v chronickém, tak v akutním stresu a jeho zvýšení probíhá současně se zvýšením glukokortikoidů, které se zvednou také kvůli stresu (Perelló & Zigman 2012). Zvýšení gherlinu přímo kvůli separační úzkosti zatím nebylo dostatečně prozkoumáno a bylo potvrzeno pouze v jedné studii. Určitá vazba tam však je.

Vzhledem ke spojitosti stresu a příjmu potravy, může být změna stravovacího režimu jako odezva na zatížení. Psi trpí při úzkostech anorexií nebo jim naopak pomáhají úzkostný stav překonat potraviny, které jim chutnají a dostávají je tak alespoň z části do psychické pohody. Konkrétně u psů se separační úzkostí se dle studie Luno et al. (2019) po požití vhodných potravin hodnoty gherlinu a kortizolu snížily, naopak u psů, kteří mají problémy s agresí, příjem potravy nepomohl.

3.1.3 BDNF neurotrofický faktor

Stres se může v každém organismu projevovat v určitý okamžik jinak silně. Oblast regulace nálady, emocí a kognice je uložena v limbické oblasti mozku a prefrontální kůře, tedy v koncovém mozku. Tam se nachází i molekuly BDNF (Brain Derived Neurotrophic Factor – neurotrofický faktor odvozený od mozku). Jsou to molekuly, které mají v neuronech funkci růstového faktoru, chrání mozkové buňky a pomáhají jim k přežití. Také podporují vznik nových neuronů a synapsí, které slouží k převodu vzruchů, neboť neurony tvoří souvislé pokračování, ale vzruch se přenáší z jednoho na druhý pomocí knoflíkovitého dotyku – synapsy (Waterhaus & Xu 2009).

Množství BDNF indikuje v podstatě náladu jedince. Čím větší je množství neurotrofického faktoru, tím je jedinec více v psychické pohodě a naopak. Studie na hlodavcích a lidech prokázali, že stres expozici glukokortikoidů snižuje a zmírňuje expresi BDNF v hipokampu a prefrontální kůře (Chen et al. 2001; Kuma et al. 2004). Odborně vysvětleno-neurotrofický faktor odvozený od mozku (BDNF) je jeden z několika neurotrofinů. Je známo, že hraje zásadní roli hlavně prostřednictvím receptoru tyrosinkinázy v nervové proliferaci, přežití a synaptických plasticitách, ovlivňující učení a formování paměti během vývoje mozku i hipokampální neurogenezi v dospělosti (Thoenen 1995; McAllister et al. 1999; Mahar et al. 2014). Pro vysvětlení, hipokampální neurogeneze představuje tvorbu nových neuronů v části velkého mozku.

Na vyšším množství BDNF se podílí např. co nejlepší životní podmínky, dobré sociální vztahy, sport, zdravá výživa, vzdělávání a jiné. Svou roli tu mohou sehrát i jiné psychické poruchy, které BDNF zase snižují, (schizofrenie a jiné psychózy). Tato onemocnění totiž snižují uvolňování serotoninu, noradrenalinu, dopaminu či acetylcholinu. Podáváním antidepresiv by se uvolňování těchto neuromediátorů mělo vrátit do normální hladiny a množství neurotrofických faktorů by se mělo zvednout. Podobné účinky mají i utišující léky pro psy. Některé psychologické onemocnění může být samozřejmě dědičné a můžeme ho tedy v následující generaci předpokládat. Z hlediska separace psi mohou mít také genetické predispozice k rozvoji úzkosti (Serpell 1995).

Ne každý provedený výzkum obhájil, zda-li k separační úzkosti a ostatním poruchám mají větší předpoklad kříženci než čistokrevní psi nebo jestli jimi trpí více psi než feny. Z genetického hlediska je ale logické, že u křížení dvou různých plemen a povah, nikdy se stoprocentní jistotou nevíte, jak bude následující generace psychicky vyrovnaná a jak její jedinci budou reagovat na různé okolní podněty, či jak budou zvládat obtížnější stresující situace.

Důležitou roli u tvorby BDNF hraje již péče, jaké se dostává feně se štěňaty, v jakém prostředí žijí a v neposlední řadě i následná péče matky o štěňata (Gaines et al. 2008). Zkušeným chovatelům je určitě známo, že někteří psi z křížených vrhů mohou být všestranně využití a s některými je to naopak složité ve všech směrech.

3.1.4 Pouto člověk – zvíře

Zajímavý je i pohled na tuto psychologickou problematiku z druhé strany, kdy separační úzkost při odloučení od domácího mazlíčka pociťuje majitel. Je logické, že když člověk o zvíře láskyplně pečuje, pociťá při odloučení od něj úzkost a smutek. Člověk si také po odchodu z bytu

či při pobytu v zaměstnání, několikrát na mazlíčka vzpomene a přemýšlí, co zrovna teď dělá. Stejně tak pociťuje nepřítomnost majitele i mazlíček. Zvířata, hlavně jejích mláďata, totiž v lidech vzbuzují potřebu pečovat o ně. Se psy a kočkami, které jsou již ve většině domácnostech, jsme se už během evoluce natolik sžili, že mnoho z nás si bez nich svůj život ani nedovede představit. Domestikovaná zvířata se adaptovala na člověka a naopak.

Dle Kaminski et al. (2019) taková adaptace zahrnuje vývoj neotenózních charakteristik (mladistvé vlastnosti, jako je zvětšená hlava, velké oči) přizpůsobených k vyvolání pečovatelských odpovědí.

Jelikož nejčastějšími domácími mazlíčky jsou psi a kočky, bylo provedeno několik studií, které měly za cíl zjistit, které ze zvířat majitelům více chybí. Lidé si k sobě domácího mazlíčka připoutají, protože cítí potřebu mít někoho blízkého. Z hlediska fyzické ochrany může třeba pes pro ně sloužit jako zdroj bezpečí. Takové studie obecně ukazují, že lidé, kteří žijí se psy, jsou podstatně více připoutáni ke svým zvířatům než ti, kteří žijí s kočkami (Smolkovic et al. 2012).

Jiné výzkumy zase ukázaly, že větší separační úzkost od domácích mazlíčků prožívají lidé, kteří nemají děti. Dle Marinelli et al. (2007) je to pravděpodobně tím, že mají více času věnovat se svým mazlíčkům, odpadnou-li jim starosti o rodinu. Soužití s domácím mazlíčkem je pro člověka velice přínosné. Z pohledu psychické stránky, je jasné, že dobře vychované zvíře, se kterým jsou minimální problémy, nám dělá radost. Z fyzické stránky pozitivně působí na člověka i více pohybu např. při venčení, tím se zlepšuje jeho kardiovaskulární systém. Rovněž při procházkách se snáz navazují kontakty s jinými lidmi, např. v parku může pes sloužit jako pomocník při komunikaci (McNicholas et al. 2005).

Majitelé si také často čtením článků a knih o jejich mazlíčkovi či sledováním dokumentů prohlubují obecně o zvířatech znalosti. I to je následně nutí nad nimi více přemýšlet, když jsou v jejich nepřítomnosti, protože jim více rozumějí. Někteří lidé dokonce uvádějí, že jejich domácí mazlíček pro ně znamená víc než kdokoli z jeho přátel. Bylo zjištěno, že úzkost z odloučení od zvířete, většinou provází člověka s menší sociální podporou a s minimálním kontaktem na sociálních sítích než člověka, který je obklopen přáteli. Zvířata mohou sloužit v takovém případě jako náhražka lidí, a pro ty, co jsou sami bez sociálních kontaktů, je takové odloučení, či smrt zvířete, o to bolestnější a hůř překonatelné než pro ty, kterým pomohou přátelé a rodina (King & Werner 2012).

3.2 Projevy a příčiny separační úzkosti

Tuto psychickou poruchu i přes, její na první pohled jasné příznaky, bývá většinou těžké rozpoznat. Příčiny a projevy jsou sice jasné, ale úplně stejně se může pes projevovat v tzv. psí pubertě, když je v cizím prostředí nebo je-li jen s cizími lidmi, nemusí se hned jednat o separační úzkost. Pes, který vyrostl z puberty a přestane vše ničit, se tak chová, protože už ho např. nebolí zuby a lépe si zvykl na denní režim majitele, kdežto pes postižený separační úzkostí se s ní většinou potýká celý život. Klasickými pacienty jsou velká aktivní plemena, která tráví většinu dne sama, na omezeném prostoru (Fábiková 2006).

Mnoho lidí si problému nevšimne zavčas, nebo ho neřeší a potom už často bývá na nápravu pozdě. Kvůli problémům s chováním pak psi končí v útulcích pro zvířata nebo jsou majitelem dovedeni k veterinárnímu lékaři na eutanazii. Podle studií je separační úzkost třetím nejčastějším důvodem k eutanázii psa (Haupt et al. 1996; Miller et al. 1996).

SeparáčnÍ úzkost je u psů druhý největší problém v chování hned po agresii. Majiteli je takové chování na obtíž, a někdy se projevuje už v takové míře, že si s ním nedokáže majitel poradit a pes se stává nebezpečný sám sobě i okolí. Zhruba jedna třetina psů, kteří byli adoptováni z útulku, jsou navraceni zpět kvůli jejich chování (Shore 2005).

Vliv na budoucí chování psů má, jak již bylo zmíněno, prostředí, ve kterém jsou štěňata s fenou od narození. Potíže u štěňat spojené se strachem z navazování kontaktu s lidmi, psy a ze zkoumání okolního prostředí mohou být způsobeny tzv. kotcovým syndromem, kdy jsou psi drženi odděleně od okolí během prvních měsíců života. Pokud si majitel vezme štěně z kotce, či venkovního prostředí ve vhodném období pro odběr, musí počítat s tím, že se pes bude déle učit vyměšování venku, pokud bude žít např. v bytě. Jedná se zde zase o tzv. kotcovou socializaci, kdy bylo štěně zvyklé močit a kálet volně v kotci. Bývá tu delší doba na adaptaci k vyměšování venku a nemusí to být hned příznak separáčnÍ úzkosti. Pes se i poté hůře adaptuje na cizí prostředí a nové předměty. Co se úzkosti týče, není to tak, že by pes byl ve stoprocentní pohodě, když je s majitelem doma, ale nemusí úzkost dávat tolik najevo. SeparáčnÍ úzkost může být také způsobena obecnějším stavem úzkosti, která je potlačena, když je pes s majitelem (Bradshaw et al. 2002).

Mezi nejznámější projevy této psychické poruchy, kterou zaznamená i okolí, patří hlasitý štěkot následovaný destruktivním chováním a vytím (Bradshaw et al. 2002). Tyto hlasité projevy trvají většinu času, kdy je zvíře samo doma. Když pes párkrát štěkne v době, kdy je doma sám, nejedná se o separáčnÍ úzkost. Může to být jen reakce na nepřiměřený hluk, či zvuk na chodbě v panelovém domě, na který pes není zvyklý.

Kromě zmíněné vokalizace a destrukce jsou dalšími častými projevy: anorexie, vylučování moči a stolice, slintání, sebepoškozování, koprofágie, lapání po dechu, pokusy o útěk a behaviorální deprese (Horwitz 2009). SeparáčnÍ úzkost často nebývá jedinou psychickou poruchou, kterou zvíře trpí. Tímto onemocněním trpí často psi, kteří jsou mimo jiné i citliví na hluk. Jako další příznak, který často majitelé nevnímají jako problém, je tzv. hyperpřipojení, které zahrnuje sledování pohybu majitele z místnosti do místnosti, včetně následování majitele i do koupelny, na toaletu a touze spát s ním v jeho posteli (Appleby & Pluijmakers 2004). Již od prvních chvil s novým psem doma bychom ho měli po malých chvílích nechávat doma samotného a tuto dobu po malých časových intervalech prodlužovat. Je dobré psa od sebe postupně oddělovat zpočátku aspoň zavíráním dveří do koupelny či ložnice, aby nebyl neustále v naší přítomnosti. Veškeré tyto činnosti by měl majitel dělat automaticky jako kdyby se nic nedělo a byla to zcela normální situace. Vše by mělo probíhat bez sebemenších loučících či vítacích rituálů.

Předcházet problému s úzkostí je mnohem jednodušší než ho pak odstraňovat. Z výše uvedených příznaků jsou např. pomočování a kálení, destrukce a globální strach projevem i psí puberty. Chování, které je zobrazované štěňaty a je u nich považované za bezproblémové, nemusí být přijatelné u starších psů (Wells & Hepper 2000).

Laik by proto tyto činnosti, měl konzultovat s odborníkem, popřípadě i natočit chování psa, aby se zamezilo pozdějším obtížím, či rozvoji úzkosti.

3.2.1 Nejčastější rysy separační úzkosti

Duševní choroby nebývá lehké v počátcích rozpoznat. Podobné znaky nemusí vždy nutně indikovat danou nemoc. Separační úzkost má, jak dokládá i studie Storengen et al. (2014) několik příznaků, které mohou onemocnění signalizovat.

- Destrukce: Jak už bylo zmíněno, štěňata koušou do věcí, protože je bolí dásně, když jim rostou zuby, či přezubovávají. Destruktivní žvýkání je také první z forem her, které se u štěňat vyskytují. Je to však to klasické kousání obuvi, rohů nábytku apod. Problém nastává v případě, kdy pes, který je sám doma ve snaze dostat se z bytu podhrabáním pode dveřmi, zničí drápy a zuby podlahu natolik, že mu to zabere několik hodin a následně je nutná výměna podlahy. Zde by mnoho lidí ani nenapadlo co a jak pes dokáže zničit. Dalším projevem je sebepoškozování.
- Sebepoškozování: pes, který několik hodin vytrhává prkna podlahy, je schopen si zničit packy do krve. Bolest od odlámaných drápů a od prken rozřezané tlamy ve chvíli amoku ani nevnímá. Z úzkosti se pes může sebepoškozovat i cílevědomě. Toto chování se dá nazvat tzv. stereotypií, což je neustálé, pravidelné opakování aktivit, které nemají evidentní cíl. Patří sem kousání ocasu, lízání a škrábání se na různých částech těla. Pes si tímto způsobem ulevuje od stresu.
- Anorexie: Někteří jedinci trpí i anorexií. Ve stavech úzkosti nepřijímají žádnou potravu, dokonce ani pamlsky či jinak oblíbené žrádlo.
- Pomočování a kálení: vyskytuje se také velmi často. Pes ve svých úzkostných stavech neovládá svěrače. Podle webkamery nainstalované v jednom bytě fena seděla u dveří, hlasitě vyla, a přitom se v sedu pomočila bez jakéhokoliv nadzvednutí či přesunu do typického postoje pro močení feny. V ten moment ani nepostřehla, že se jí něco takového stalo.
- Koprofágie: během úzkosti může nastat z nudy (někteří psi si se svými výkaly i hrají), nebo ze stresu, pokud je pes majitelem trestán poté co se vrátí domů a najde moč nebo výkaly. Pes se tak snaží zahladit stopy, aby to majitel nezaznamenal. Pokud u tohoto činu není pes přistižen (většinou přes webkameru), lze to jen těžko zjistit. Jedním z důvodů, také může být nevyvážená strava psa, či malá krmná dávka. Pes se tímto způsobem snaží dostat do těla potřebné živiny. Další příčinou mohou být paraziti ve střevech. Pokud je pes ve venkovním prostředí a má možnost požívání zvířecích výkalů (liška, zajíc, kočka.), je nutné udělat jednou za čas koprologické vyšetření, které přítomnost či nepřítomnost vajíček od parazitů potvrdí anebo vyvrátí. Pes, který má ve střevech parazity, přenechává živiny jim, neboť žijí ve stěnách střeva, kde se živiny vstřebávají. Střevo psa nestihne živiny vstřebat, protože paraziti je pozřou. Požívání výkalů, ať už svých, či cizích, u psů není nic neobvyklého. Feny se štěňaty po sobě tímto způsobem v přírodě zakrývají zcela přirozeně stopy před nepřáteli.

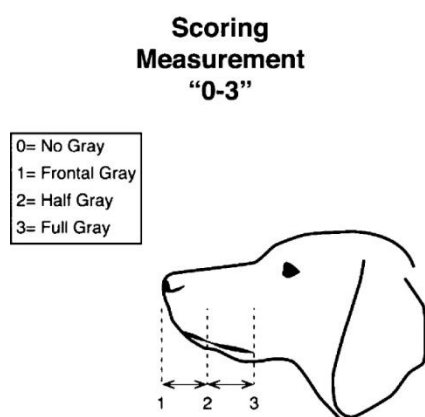
Trestání psa po návratu majitelem do domu neřeší základní problém, kterým je např. nežádoucí značkování či destruktivní chování. Načasování trestu není podmíněno chováním a celá situace tak může vést ke strachu psa či k agresi vůči majiteli (Mills 1997; Herron et al. 2009).

Jako následek dlouhotrvající úzkosti u psů, si můžeme u některých jedinců kromě vnitřních fyziologických potíží, které nejdou pouhým okem vidět, všimnout i postupného šedivění srsti na čenichu. Šedivění u starších jedinců není nijak neobvyklé, zvláštní je však u mladých psů, u kterých může být právě jeho příčinou úzkost a stres (King et al. 2016). Rozlišujeme tři stupně postupného šedivění. Způsob jeho definování je znázorněn na obrázku č. 1.

Postupné šedivění tlamy může vyvolat i opakované vystavování různým stresorům, které mu činí potíže. Je-li jim pes vystavován opakovaně bez nácviku přivykání, může začít vykazovat známky maladaptivního chování. Vzniklá úzkost je spojená se stresem, který může vyvolat zánět v mozkových buňkách a zrychluje tak stárnutí organismu (Vida et al. 2014).

Dle šedivění tlamy a celkového zhoršení kvality srsti můžeme zpozorovat, že se psem není něco v pořádku, i když známky stresu na první pohled nevykazuje, nebo ho nemáme tak často pod dohledem, bývá-li umístěn např. ve venkovním kotci. Spojení postupného šedivění se stresem potvrdil i Viveros et al. (2007), který se tímto jevem zabýval u myši domácích.

Obrázek č. 1: Normální pigment srsti – 0, počínající šedivění – 1, poloviční šedivění – 2, úplné zešedivění – 3 (King et al. 2016).



3.2.2 Predispozice separační úzkosti

Hodně se diskutuje nad tím, jsou-li k separační úzkosti náchylnější psi nebo feny, jestli je větší pravděpodobnost výskytu této poruchy u kříženců než u psů čistokrevných nebo jestli případná kastrace vyřeší tento problém stejně jako třeba nežádoucí značkování. Zda separační úzkostí bude více postižena fena nebo pes se s určitostí říct nedá, jelikož každé konkrétní zvíře je psychicky jinak odolné, avšak Takeuchi et al. (2000); McGreevy & Masters (2008) zjistili ve svých studiích, že psi oproti některým fenám měli vyšší pravděpodobnost pro zvýšení úrovně rozrušení. Mimo toto tvrzení Takeuchi et al. (2000) uvedl, že důvod, proč by mohli mít psi větší predispozice pro úzkost je takový, že jsou oproti fenám větší a silnější. Mohou tak vydávat větší hluk a vykazovat ve větší míře známky destruktivního chování. Okolí si to proto může vyložit jako projevy, které jsou totožné s projevy úzkosti. V dalším výzkumu Overall et al. (2001) uvedl, že postižených psů, u kterých se objevila i fobie z hluku a bouřek, bylo 57 %, kdežto fen

43 %. Byl však prováděn i jeden výzkum v Norsku u 7 plemen psů a v něm se to naopak obrátilo. 58 % postižených separační úzkostí byly feny a 42 % psi, což je v rozporu s tvrzením Flannigan & Dodman (2001), kteří zjistili, že pohlaví psa nemá na separační úzkost žádný vliv.

Tuto poruchu nám dopředu nepomůže vytypovat ani výběr plemene. Prozatím nelze s jistotou říct, že určité plemeno bude postižené separační úzkostí tak, jako je např. více než pravděpodobné, že velká a obří plemena psů se budou v budoucnu potýkat s problémy s dysplazií kyčelního kloubu, oproti malým a středním plemenům, které k tomuto onemocnění nemají tak vysokou prevalenci (Krontvejt et al. 2010). V jedné studii Flannigan & Dodman (2001) zaznamenali, že v EU se projeví více úzkostné stavy třeba u zlatých retrívrů, anglických špringeršpanělů či u anglických kokršpanělů. Z toho by mohlo vyplývat, že separační úzkost má predispozici v genech. Co se týče kříženců a čistokrevných plemen psů, je kříženců s psychickou nestabilitou ve výzkumech větší množství než čistokrevných psů, ale rozdíl není příliš velký (Storengen et al. 2014). Vše je prozatím uvedeno v několika studiích, které je nutno dále rozvíjet. Tyto studie byly zatím prováděny na malém množství plemen psů z celkového počtu.

Je obecně známo, že zvíře by mělo být po kastraci klidnější a mnoho majitelů si tak přeje svého psa či fenu vykastrovat s očekáváním, že potom bude zvíře klidné. To ale neplatí u všech psů. Na prvním místě je vždy výchova zvířete. Dle Kustritz (2014) kastrace neovlivňuje poruchy chování, které nejsou zprostředkovány pohlavními hormony. Hlavními důvody pro kastraci by proto měly být sexuální chování, kde tím chceme snížit aktivitu psa nebo feny, nebo značení či znečišťování domu – tzv. nežádoucí značkování (Stronengen et al. 2014). Kastraci dojde ke snížení tvorby pohlavních hormonů a zvíře je tak méně energické. Dalším důvodem pro kastraci jsou agresivita či hyperaktivní chování. U všech psů se tímto problémy nevyřeší.

Mohou však nastat i situace, které separační úzkost nastartují u psů, kteří s ní nikdy problémy neměli. Jsou to většinou zásadní změny v jejich životech i životech majitelů. Jako příklady uvedli Sherman & Mills (2008) - stěhování rodiny/majitele do nového domu, kde je pes ponecháván v neznámém prostředí, odložení psa do útulku, byť jen na krátkou dobu z důvodu služební cesty či dovolené, ponechání psa o samotě na veterinární klinice, změna denního režimu, změna složení psí smečky, úmrtí člena rodiny nebo úmrtí jiných zvířat v rodině, se kterými je pes zvyklý žít.

Obvyklé vystavení stimulům vyvolávajícím úzkost za určité časové období může negativně ovlivnit tělesné, duševní nebo sociální zdraví psů (Dreschel 2010; Mills et al. 2014). Úzkost mohou odstartovat i na první pohled ne vážné situace, při kterých je pes ponechán o samotě. Bouřka a hlasité rány jsou časté spouštěče takovýchto psychických poruch (Sherman & Mills 2008).

Za obzvlášť psychicky náročný je považovaný pobyt psa v útulku. Pes je najednou ponechán bez majitele nejen v cizím prostředí, ale i mezi spoustou cizích psů vydávajících neustálou vokalizaci a psychiku narušuje také to, že o něj pečují cizí lidé. Zvíře často po celou dobu pobytu nepřijímá žádnou potravu a je apatické. Stresovou situaci můžeme zmírnit tím, že psovi dáme s sebou jeho pelech či hračky. Psychické vypětí je většinou tak velké, že tyto věci nepomohou. Je dobré pak zvážit, jestli jedna dovolená stojí za psychické zdraví našeho mazlíčka, nehledě na to, že taková dovolená může nenávratně zpřetrhat citovou vazbu mezi

psem a majitelem. Pozitivní vliv na fyziologické funkce psa, má totiž ve stresových situacích pouhá přítomnost majitele, kterému pes věří (Gácsi et al. 2013).

3.2.3 Spouštěče poruchy

Mezi spouštěče separační úzkosti mimo výše uvedené situace patří i běžné činnosti, které majitelé psů dělají, často i nevědomky. Několik tisíc let domestikace umožnily psům skvěle vynikat ve čtení lidských sociálně-komunikačních signálů a reagovat na ně, včetně mimiky a gest, které lidé vysílají (Hare & Tomasello 1999; Miklósi et al. 2005; Miklós & Topál 2013). Jsou to činnosti, které majitelé běžně dělají při odchodu z domu. Pes si spojí s určitými gesty určité situace a může tak předvídat, co v příštích okamžicích nastane.

Téměř každý pes okamžitě projeví radostnou reakci, když majitel vezme do ruky vodítko. Pes má tuto činnost spojenou s venčením, které ho baví a má z něj radost. Stejně tak rychle pes reaguje i na opačné situace. Skoro každý se při odchodu z domu převléká, vypne televizi nebo rádio, častěji navštíví koupelnu a vezme do ruky klíče, kabelku či kabát. Tohle jsou přesně ty činnosti, které už pes zná a ví, že po nich nastane doba, kdy bude sám doma (Storengen et al. 2014). Pes majitele většinou při těchto činnostech sleduje po celém bytě – již zmíněné hyperpřipojení. Již v tento moment se mohou objevovat některé z projevů separační úzkosti, kterých si ještě majitel může všimnout. Nejčastěji pes začne více slinit, často se olizuje, nervózně pobíhá po domě, či začíná kňučet nebo štekát. Může se i pomočit. Pokud jsou projevy mírné, majitel je ani nemusí zaznamenat, obzvláště nemá-li dosud s touto poruchou zkušenosti.

Na úzkost mají vliv i některé léky podávané psům. Podle výzkumů se jedná hlavně o antiepileptika, jejichž užívání může úzkostné stavy vyvolat. U pacientů, kteří tyto léky začali užívat se zvýšila úroveň strachu i úzkosti, což naznačuje, že úzkost může být buď nepříznivým účinkem samotných antiepileptik, nebo kombinace nežádoucích účinků a komorbidit. Vliv úzkostných poruch v závislosti na lécích souvisejících se zdravím psů by se neměl podceňovat. Chronické úzkostné poruchy mohou mít významný dopad na chronickou únavu, fyzické zdraví a další chování (De Risio et al. 2015).

3.3 Vliv úzkosti na chování u psů

Psychický stav jednice má vliv na jeho fungování v běžném životě. S tím souvisí i schopnost učení – kognitivní funkce, schopnost řešit různé, někdy nepříjemné situace, rychlost rozhodování, způsob komunikace s ostatními či udržení pozornosti. Úzkost je obecně popsána jako psychologický, fyziologický a behaviorální stav vyvolaný u zvířat a lidí, kteří se nachází v ohrožení svého blahobytu nebo dokonce přežití, ať už skutečně, nebo potenciálně (Steimer 2002).

Zaměříme-li se přímo na zvířata, je úzkost jako taková definovaná ve veterinární literatuře jako očekávání negativního výsledku z nepříjemné situace, která by mohla v příštích okamžicích nastat. Úzkost je doprovázená somatickou a behaviorální reakcí na stimul, který ji způsobil (Palestrini 2009). Chování pod vlivem úzkosti bylo zkoumáno u lidí, ale u psů nikoli.

Vzhledem k tomu, že se v posledních několika letech začala brát větší zřetel i na psychologické problémy u zvířat, Passalacqua et al. (2013) zaměřila svou studii přímo na psy, ve které zkoumá vliv úzkosti na řešení různých situací a úkolů, které jsou pro psy neznámé. Na základě zadané úlohy, kde měl pes řešit problém, psům s diagnostikovanou úzkostí trvalo řešení

problému o něco déle než zdravým jedincům a vykazovali u něj viditelné známky stresu. Zdraví jedinci zaměřili svoji pozornost při řešení úkolu, se kterým si nevěděli rady, na majitele, zatímco někteří psi s úzkostí se k řešení vůbec neodhodlali. Jeden z několika testů v této studii bylo získání jídla z neznámé krabice. Pes byl s experimentátorem i majitelem v místnosti, kde ležel pro psa neznámý předmět, ze kterého měl dostat ven jídlo. Pes se bál přistoupit k neznámé krabici, trvalo mu to o mnoho déle než jedincům bez projevů úzkosti, a vykazoval známky bázně i vůči experimentátorovi. Psi se separační úzkostí často trpí i strachem z cizích osob. Když však psi uviděli jak cizí osoba/experimentátor, plní krabici pamlsky, byli na něj ochotní více zaměřovat svůj pohled a začali ho v této situaci tolerovat (Roh et al. 2012).

Úzkost je běžnou součástí života každého organismu. Při běžné nebo krátkodobé zátěži se organismus většinou adaptuje a přiměřeně reaguje na okolí. Krátkodobá zátěž a úzkost může vést jedince, jak již bylo řečeno u stresu, ke zlepšení výkonů. Problém nastává ve chvíli, kdy jsou úzkostné stavy přetrvávající a organismus se dostane do maladaptivní fáze, ve které vidí hrozbu v každodenních jinak běžných situacích. Jedinec poté přejde do patologického stavu, který mu brání v objektivním rozhodování a řešení problémů, který má zdravý jedinec (Steimer 2002; Ohl et al. 2008). Může to být způsobeno i strachem, který s úzkostí souvisí a pokud pocit strachu není odstraněn, může se ze strachu stát fobie.

Vidí-li pes poprvé např. neznámý předmět, či osobu nebo jiné zvíře v nepříjemné situaci, spojí si to tak s pocitem strachu a bývá velmi složité ho pak přesvědčit, že se o nic stresujícího nejedná a navést ho do klidového stavu. Pokud je v těchto situacích přítomný majitel, musí být v klidu hlavně on, i když ví, že pes bude z dané situace pravděpodobně ve velkém vypětí, neboť psychický stav psa se ve velké míře odráží od psychického stavu majitele/psovoda. Na neznámé situace si lépe zvyknou mladší jedinci. Jak uvedl Piotti et al. (2018), psi mladší osmi let, se odváží přiblížit k neznámému stimulu rychleji než starší psi.

3.3.1 Kritická období v životě psa

Minimální stáří pro odběr štěněte od feny je dle zákona na ochranu zvířat proti týrání (246/1992 Sb.) 50 dní. Nejvhodnější doba je mezi 7-8 týdnem, protože v tomto období života, je štěně ve fázi zvýšené odvahy. Mezi 8-12 týdnem se nedoporučuje štěně odebírat od chovatele, neboť prochází obdobím, kde je silně vnímavé na stres. Odběr je potom lepší provést až po 12. týdně (Didehban 2020).

V rozmezí mezi 5-12 týdnem se štěně nachází v období imprintingu, tzv. vtiskování. Je to chování, ve kterém se do paměti štěněte zafixují určité vzorce chování, které mu často zůstanou po celý život. Pes by se tedy v této fázi měl naučit nejdůležitější věci/prvky chování (chůze na vodítku, začíná se učit základní povely). Fáze odvahy se objevují ještě u chovatele, nejznatelněji v období mezi 6-8 týdnem. První fáze strachu se začíná formovat mezi 8–10 týdnem. V tomto období je štěně velice citlivé na okolní vjemy a je hlavně na majiteli, štěně před nepříznivými vlivy ochránit. Pokud psovod plánuje např. stěhování, náročný transport psa či jiné stresující situace, neměl by je se štěnětem provádět v tomto období. Druhé období odvahy nastává okolo 5. měsíce věku. V tomto období by štěně mělo tyto situace zvládat lépe a naučit se stresem pracovat tak, aby to na něm nezanechalo následky. Zde bychom měli psa brát co nejvíce na cizí místa a nechat ho seznamovat se s jinými psy, zvířaty i lidmi. Psovod by měl psa pečlivě pozorovat, neboť nástup tohoto období může nastat již od 3. měsíce věku a pes

je v něm velmi zvědavý (Didehban et al. 2020). Velmi často se stává, že co se pes nenaučí v tomto věku, už nikdy nemusí dohnat. Druhé období strachu se vyskytuje v období mezi 6–8 měsícem. Zde by měl psovod psa ochránit před nekontaktními cizími psy a co nejaktivněji zapracovat na jeho socializaci.

Za nerozvážnosti by psa nikdy neměl nikdo trestat, neboť to podryvá psovo sebevědomí a trest se tak mine s účinkem. Na základě několika studií bylo zjištěno, že majitelé, kteří používají pozitivní metody při výcviku, mají méně problémů s chováním jejich psa (Hiby et al 2004; Blackwell et al 2008). Špatné zkušenosti, které pes prožije, ho v tomto věku nejvíce ovlivní a mohou mu způsobit trauma či celoživotní následky. Třetí období strachu nastává na prahu dospělosti a souvisí s hormonálními změnami v těle. U fen je často spojeno s prvním háráním. Znalost psovoda ohledně klíčových a vývojových stádií šteněte je velice důležitá. Následně je schopen dát svému psovi ve správný okamžik vše co potřebuje a velice to usnadní i trénink a socializaci psa (Dodge 1989).

3.3.2 Formy úzkosti

Jedinec se může nacházet v různých fázích úzkosti. Od té nejmírnější – krátkodobé, až po nejtěžší – distimii, Fábiková (2006) je popsala takto:

1. Paroxysmální – krátkodobé krize. Tuto formu úzkosti doprovází projevy jako jsou: tachykardie, tachypnea, průjem, pocení a uvolnění análních váčků, zvýšené značkování teritoria, agresivita
2. Deprese. Je to snížená reaktivita na stimuly. Bývá často následkem neřešené a neléčené úzkosti. Deprese má také několik forem:
 - akutní deprese – zde se objevují nespavost, anorexie či náhražkové aktivity (lízání, škrábání, kousání)
 - chronická deprese – akutní deprese, může dojít až k narušení některých hygienických aktivit
 - reaktivní deprese dospělých jedinců – spouštěčem je násilný emocionální šok, několik dní po šoku se objevují anorexie, apatie či poranění kůže způsobené škrábáním
 - chronická deprese dospělých jedinců – může ji způsobit podávání progestogenů využívaných k léčbě hormonálních poruch, příznaky mohou být značkování teritoria, vokalizace, podráždění, olizování
 - evoluční deprese – je vázaná na stárnutí mozku a postihuje starší jedince, zvíře se přestane čistit a může mít poruchy spánku, ve kterých pak vykazuje náhražkové aktivity
3. Distimie. Je to nepředvídatelná a cyklická změna nálad s impulzivními anebo stereotypními projevy agresivity, poruchy spánku či poruchy příjmu potravy. (V období mezi těmito stavy se zvíře chová zcela normálně). Jedinec může napadat i vlastní tělesné partie. Zde se většinou volí eutanázie zvířete, neboť tento psychický stav může být velmi nebezpečný i pro okolí jedince.

3.3.3 Vliv úzkosti na výkon pracovních psů

Příčiny strachu a úzkosti u pracujících psů jsou multifaktoriální a mohou zahrnovat zděděné znaky včetně rozdílů mezi jednotlivci Goddard & Beilharz (1984), vlivy životního prostředí Lefebvre et al. (2007) a naučené zkušenosti během konkrétních citlivých období Appleby et al. (2002) i v průběhu života.

Tato porucha se může objevit ale i u psů, kteří k ní nemají žádné predispozice, a dokonce tak může být postiženo jediné štěně z celého vrhu. Vzhledem k tomu, že se porucha a úzkostné stavy často objeví až v průběhu života, je to velký problém u pracovních psů. Do těchto řad vybíráme pečlivě psy po prověřených rodičích, často od soukromých chovatelů (jejichž psi mají výborné pracovní výsledky a hodí se pro náš typ výcviku), z doporučených chovatelských stanic (některé organizace mají i své chovatelské stanice) anebo pomocí asistenčních psích agentur. Dále se psi testují pomocí různých testových úloh a úkolů, které psa čekají v budoucím pracovním životě. Velká část těchto testů obsahuje plnění úkolů, které ve psech pravděpodobně vyvolají stres, aby se zavčas odhalilo, jak se jedinec pod nátlakem bude chovat a jakým způsobem bude řešit krizové situace (Rooney et al. 2016).

Může se i přesto stát, že některý z jedinců přestane časem zvládat náročnější výcvik a s ním spojené stresové situace, které nastávají hlavně u policejních psů. Zde je kladen důraz na výborně odvedenou práci a schopnost řešit úkoly pod velkým stresem doprovázeným adrenalinem. Většinu pracovních psů tyto situace nabudí a stimulují je tak k lepším výkonům a rychlejšímu jednání. Tito psi se velmi často vyskytují v situacích, které přímo ohrožují život jak jejich, tak i ostatních lidí v okolí. Psi zde bývají vystaveni potenciálně stresujícím podnětům okolí jako jsou vysoká hladina hluku ze strojů a střelby, výbuchy, přeprava, různorodý terén s nestabilním a rozmanitým povrchem pod nohama, vysoké úrovně prachu a kouře, či přítomnost hlasitých strojů (Brown 2011). Psovod musí také počítat s tím, že pes se potká s řadou osob, které se budou chovat nepředvídatelně a mnohdy nebezpečně. Všem těmto uvedeným faktorům se musí přizpůsobit každý výcvik. Je tak logické, že v těchto řadách nemohou sloužit bázlíví, nerozhodní a psychicky nevyrovnaní jedinci.

Tyto vlastnosti jsou nepřípustné i u psů vodících, kteří jsou cvičeni speciálně na to, aby pomáhali lidem. Musí se také rozhodovat sebejistě a okamžitě, neboť v tomto případě je např. nevidomý člověk téměř zcela závislý na pomoci zvířete. Chování související se strachem a vysoká úroveň bázně či úzkosti ohrožuje výkon a může ohrozit bezpečnost psa a psovoda. Vede k velkému počtu psů, kteří neabsolvovali výcvik Murphy (1995); Batt et al. (2008), či byli brzo vyřazeni ze svých pracovních rolí (Caron-Lormier et al. 2016).

Velkou roli zde hrají i ekonomické důsledky, protože výcvik pracovního psa je mnohdy i finančně náročný, včetně nákladů na krmiva a veterinární péči. Je tedy logické, že je lepší psa vyřadit z výcviku hned zpočátku a nabídnout ho veřejnosti jako domácího mazlíčka, avšak s kladnými předpoklady k práci. Vezmeme-li v potaz vyloženě úzkost z odloučení, je nepřípustné, aby tito psi, pokud jsou ponecháni o samotě, vykazovali její příznaky. Pes si musí během doby, kdy je odložen v kotci, odpočinout a být dobře fyzicky i psychicky připraven na další den ve službě. Tesknění a neustálé vyhledávání majitele psa zcela vyčerpává a další den se tak nemůže dostavit stoprocentní výkon, i když je zvíře na výcvik sebevíce šikovné, a kromě těchto situací pracuje výborně.

Vliv na rozvoj úzkostných stavů a tím i malého sebevědomí u zvířete má také způsob výcviku. Dnes už se naštěstí téměř vše učí většinou formou pozitivní motivace, ale najdou se i taci, co stále učí psa formou trestů a donucování. Pes se samozřejmě naučí povel plnit, nikoli z radosti či pochopení, ale ze strachu z trestu, který nastane, když povel dobře nesplní. Ti, kteří používají vysoké míry trestů mají méně sebevědomé a bázlivější psy než ti, kteří učí pozitivními metodami (Hiby et al. 2004).

Neplatí to samozřejmě jen u psů, ale u všech zvířat obecně. Výcvik pozitivní motivací nám také usnadní potřebnou manipulaci se zvířaty a má vliv i na správný rozvoj kognitivních funkcí. Jak uvedl Haverbeke et al. (2010) při tréninkových cvičeních, které byly prováděny pozitivně a byly i spojeny s odměnou, byl trénink snazší, rychlejší a takto cvičení psi vykazovali zvýšené sebevědomí a lepší celkový výkon, což poukazuje na to, že forma výcviku hraje v životě psa velmi důležitou roli.

Při výcviku bývá používán i elektronický obojek, jehož prostřednictvím se psovi dostává při špatně provedeném povelu elektrický šok. Není to přímo trest od majitele, ale pes si velmi rychle spojí, kdy se mu tato činnost děje a kdo ji ovládá. Takto cvičení psi vykazují vyšší míru agrese ve stresových situacích stejně jako psi cvičení pomocí fyzických trestů přímo od majitele, a vykazují vůči němu i bázlivost (Schilder & Van der Borg 2004).

Při výcviku pracovních psů nám o budoucích schopnostech zvířete může hodně napovědět styl, jakým pes řeší různé situace. Rozlišujeme proaktivní a reaktivní styl jednání při řešení různých úkolů, především těch, které vyvolají u dotyčného strach (Yehuda et al 2006). Pokud pes jedná proaktivně, znamená to, že se rozhoduje zcela vědomě sám za sebe. Pokud je styl řešení reaktivní, pes jedná na základě principu akce a reakce a pravděpodobně se takovému úkolu bude chtít příště vyhnout. (Roth & Cohen 1986).

Pracovní psi by měli mít hlavně vysokou přizpůsobivost k novým místům, vysokou trénovanost na různé úkoly a pozornost držet na psododovi – nikoli na cizích lidech, zvířatech, a už vůbec k nim nesmí projevovat agresivitu nebo vzrušivost (Hsu & Serpell 2003; Harvey et al. 2016 ; Vaterlaws-White-page & Hartmann 2017).

Jedince, u kterých se projeví jakýmkoli způsobem známky psychického onemocnění, bychom neměli zařazovat dále do chovu. Celkově plodnost a kvalita spermií souvisí s úzkostí a strachem, které mohou u psa bránit v úplné erekci a ejakulaci (Kutzler 2012). U fen se objevují problémy s poruchami vnímavosti a sníženém mateřském chování, což často vede k selhání chovu (Grundy et al. 2002).

3.3.4 Místo stresu rutina

Abychom mohli u zvířat předcházet rozvoji stresu a úzkostí, je vhodné je od raného věku přivykat na zvuky a situace, které kdyby pro ně byly neznámé, by pak mohly vyvolat bázeň a úzkostné stavy. Různorodá manipulace se štěňaty má vliv v pozdějším období na jejich reakce spojené se stresem (Rooney et al. 2016). Pokud je pes doma pouze jako domácí mazlíček, majitel často podcení návyk na tyto situace v ranném období a pes je poté v dospělosti levavý a méně jistý.

Pes by neměl být vystresovaný při větším hluku, který venku zaslechne a tím může být obyčejné přibouchnutí víka popelnice. Stejně tak snadno, jak psa učíme obyčejné povely typu sedni, lehni apod., můžeme psa naučit klidně reagovat na hluk, neznámé osoby, jízdu v autě i

ponechání ho o samotě. Důležité je nepřecenit naše i jeho síly hned na začátku, aby si pes rovnou nezapamatoval tyto situace jako negativní. Výhodou je, když jsou psi již jako štěňata v chovatelských stanicích vystavována různým hlukům. Z počátku se štěně několikrát lekne, ale pokud budeme my v této situaci lhostejní a dáme najevo, že se nic zvláštního neděje, bude časem klidný i pes. Jedná se o adaptivní reakci, na kterou se může odpověď buď zvýšit nebo snížit. V případě snížení reakce na podnět hovoříme o habituaci – přivykání. Opakovanou prezentací podnětu, se reakce na stimul snižuje, někdy téměř vymizí (Grissom & Bhatnagar 2009).

Obtížnější situace můžeme podpořit pamlskem, který psovi dáme (pokud reaguje relativně klidně) ihned po jejich skončení či v průběhu. Opačný případ habituace je senzibilizace, při které se reakce na stimul zvyšuje. Častá obrana zvířete proti senzibilizaci, kde zvíře identifikuje stimul jako hrozbu, je útěk (Davis 1974). Často jsou to zvuky, nad kterými se člověk ani nepozastaví a nevnímá je jako potenciální hrozbu pro psa: zvuk hadice která čistí kotec, hlasité přibouchnutí brány, na malou chvíli uzavření psa do odkladné klece, upuštění plechovky na beton, příchody cizích osob a mnoho jiných nečekaných situací, se kterými se pes bude v běžném životě potýkat.

Psi, kteří vykazují známky úzkosti kvůli neznámým podnětům již v chovatelské stanici, mývají v budoucnu problémy, učit se operativním úkolům (Blackwell et al. 2010). Pokud štěně v takovém prostředí nevyrůstá, je na budoucím majiteli, jaké situace nasimuluje, aby k nim byl pes v budoucnu lhostejný. Majitelé psů, kteří celkově sdílí se svým psem více aktivit a mají snahu ho něčemu naučit, mají pak méně nervózní psy (Bennett & Rohlf 2007).

Psi jako společníci lidí musí být zvyklí na každodenní lidský kontakt. Snadno je tomu naučíme, budeme-li je vodit do společnosti anebo necháme-li, aby je občas hladili cizí lidé. Lidský kontakt je důležitý udržovat po celou dobu života, a to i u pracovních psů. Psovodi vojenských psů, kteří berou své psy po službě domů, je popsali jako méně bojácné, více společenské a také uvedli menší pravděpodobnost, že jejich pes pokouše cizího člověka než u psů psovodů, kteří je nechávají na stanicích (Lefebvre et al. 2007).

3.4 Jak pracovat se separační úzkostí

Separální úzkost u psů je téměř nevléčitelná duševní porucha a sebemenší špatný zážitek, či připomenutí okolností z dřívější doby, ji může, jak již bylo zmíněno, opět nastartovat. Dá se s ní však pracovat a minimalizovat ji, pokud možno do stádia, aby spolu mohli pes a majitel fungovat. Bez ohledu na riziko vývoje separační úzkosti, či úzkosti jako takové, většina odborníků souhlasí s tím, že stejně tak jako mnoho zdravotních problémů se i tento dá nejlépe léčit prevencí (Patronek & Dodman 1999). Zapotřebí je velké úsilí nejen ze strany majitele, ale i jeho okolí.

Jak bylo popsáno ve spouštěcích této poruchy, provází ji několik věcí, které mohou obtěžovat majitelovo okolí. Pokud majitel zpozoruje na svém psovi známky separační úzkosti, měl by to oznámit svým sousedům a poprosit je o trpělivost. Štěkající pes, který je doma sám v amoku, a ještě mu několikrát denně někdo mlátí na dveře, či zvoní, ve snaze zkontaktovat se s majitelem, je potom ještě ve větším tlaku. Pokud majitel neví, jak si s tímto problémem má poradit sám, má možnost zkontaktovat veterináře nebo různé psí trenéry ať už osobně, či přes internet a ulevit tak svému psovi co nejdříve. Je dobré pořídit několik videí z doby, kdy je pes

o samotě, aby odborník viděl jeho přesné chování a dokázal majiteli lépe poradit s následujícím cvičením. Názory trenérů a forma výcviku se pochopitelně bude lišit.

Celoživotně stresovaní jedinci, kteří žijí několik hodin denně v nepohodlí, se dožívají nižšího věku oproti ostatním vyrovnaným psům. Jedním z řešení je podávat psovi léky, které vedou ke snížení úzkostných stavů. Nemusí to být přímo léky, které pes pozře, existují i různé difuzéry do elektrické zásuvky, které by měly zvíře zklidnit. Nemusí to fungovat na všechny psy, protože pokud je úzkostný stav velký, difuzér většinou nepomůže a je na majiteli, jestli se rozhodne pomoci psovi pomocí tréninku, hraček a jiných podnětů, nebo zvolí pro něj jednodušší cestu a to takovou, že psovi bude před každým odchodem z bytu podávat uklidňující léky-antidepressiva. Většina trenérů majiteli v první řadě zkusí pomoci sama, než aby je odkázala na veterináře, který psovi s největší pravděpodobností předepíše léky, které obsahují látky s antidepressivními účinky (Hunter et al. 2020).

Mnoho lidí si pod pojmem separační úzkost představí delší časový úsek, kdy je pes opuštěn. Psům s touto diagnózou stačí zůstat doma o samotě několik minut a začíná pro ně utrpení. Návlek zvládnutí samoty by neměl znamenat, že pes hned zůstane zavřený doma několik hodin sám. Tím by se problém jen prohloubil. Psovi, který svého majitele sleduje i v bytě, bude pro začátek stačit, když za sebou bude na krátkou dobu zavírat dveře do koupelny nebo ložnice. Pokud pes bude v klidu, může být odměněn hrou či pamlskem.

Když pes reaguje na obutí bot či oblečení kabátu, je dobré cvičit tyto situace, i když majitel neodchází z bytu. Stačí pár minut cvičení různých situací, které psům dělají potíže, pes by je měl po čase začít bagatelizovat a bude je brát jako rutinu (Schwartz et al. 2003).

Poté co pes zvládá situace, kdy je na chvíli sám v bytě, může majitel zkoušet po chvílích opouštět byt. Z počátku by měly být tyto intervaly velmi krátké (5–10 minut). Před odchodem není dobré se se psem loučit. Loučení v něm vyvolá pocit, který mu naznačí, že se něco děje, neboť už v tu chvíli začíná být nervózní i majitel, který očekává, co bude pes sám doma dělat a svůj stres na něj tak přenesou. Ze široké škály lidských psychických stavů, gest, výrazů a vokalizace se psi po dobu soužití s námi naučili přebírat na sebe naše emoce a zpracovávat různé informace, které jim tímto vysíláme (Hatfield et al. 1993). Pokud pes nevykazuje známky stresu i po obutí, oblečení a opuštění bytu, měl by majitel vyčkat v tichosti chvíli za dveřmi a poslouchat, zda neuslyší štěkot či vytí. Po návratu do bytu je přínosné opět psa odměnit hračkou či pamlskem nebo ho vzít ven.

3.4.1 Předměty zmírňující úzkost

Každý pes je zvyklý na jiný denní režim, proto pro každého tento pojem znamená něco jiného. Neunavený pes trpící úzkostmi si doma vybíjí energii např. destruktivním chováním. Předtím, než ponecháme psa o samotě, musí být řádně vyvenčen. Venku se pes různými aktivitami unaví a lépe se mu potom doma odpočívá, než když je venku jen malou chvíli a je plný energie. Doma by měl pes zůstat v obohaceném prostředí s hračkami a na dostatečně velkém prostoru, opak je následkem nudy a špatné autostimulace, která může mít za následek opět destruktivní chování (Hunthausen 1991).

Jestli je pes zvyklý žít v domácnosti, kde se neustále mluví, je puštěná televize či rádio, není od věci nechat hrát rádio nebo televizi i při opuštění bytu. Psovi to mnohdy pomůže k uklidnění, uslyší-li alespoň známé zvuky. V dnešní době je možné promluvit na psa i přes

webkameru, která je propojená s mobilním telefonem. Otázkou ale je, co to se psem udělá, když majitele sice uslyší, ale fyzicky přítomný nebude.

Některé psy, kteří mají v oblíbené jídlo, zabaví alespoň pro začátek doby, kdy jsou sami doma hračky naplněné pamlsky, které z nich nejdou jen tak lehko dostat a pes musí vyvinout úsilí, popřípadě i zapřemýšlet, jak by pamlsek dostal ven (Herron et al. 2014). V tomto případě pozor na to, pokud je doma více psů, kteří žijí pohromadě. I přes majitelovu přítomnost občas vznikne souboj o jídlo. Potom je pravděpodobné, že spor nastane i za naší nepřítomnosti, a to může bez zásahu majitele někdy skončit velmi špatně. Stejně tak můžeme psovi poschovávat po bytě těsně před našim odchodem pamlsky, aby se poté zabavil hledáním a zároveň se i čicháním unavil.

Pokud je v domácnosti jiné zvíře, na které je pes zvyklý a nejsou mezi nimi problémy v chování, měli by být ponechání pohromadě, i když majitel není doma. Jestli pes ale trpí velkou separační úzkostí, obvykle nepomůže ani přítomnost jiného zvířete, které je v klidu (Herron et al. 2014). Oddělením zvířat od sebe z důvodu obav ze soubojů, které se nevyskytují, by byla psovi akorát navozena další stresová situace.

Častá úvaha majitelů také bývá koupě dalšího psiho společníka, aby se nemocný pes doma sám nebál a nenudil. Úmrtí psiho společníka, na kterého je pozůstalý pes zvyklý může separační úzkost vyvolat a ani přidání nového psa do rodiny nebývá úspěšným řešením problému (Sherman & Mills 2008).

3.5 Léky utišující separační úzkost

Když už je separační úzkost, tak silná, že se zvíře opravdu trápí, a i přes veškerou snahu majitele a trenérů se nejeví známky zlepšení úzkostných stavů, jsou na trhu k dispozici stejně jako pro lidi antidepressiva a syntetické látky, které pomohou zvíře na určitou dobu utišit. Někteří majitelé se zdráhají souhlasit s léčbou pomocí antidepressiv, i když se jejich zvíře nachází v bezmoci. Mnohdy nejsou dostatečně informovaní o následujícím průběhu léčby a mají strach z případné závislosti na psychofarmakologické terapii nebo z nežádoucích účinků či případné závislosti na lécích (Cracknell & Mills 2008; Mills 2003).

Důležité je mít na paměti, že léčba pomocí antidepressiv je dlouhodobá a první známky zlepšení při léčbě těmito látkami se mohou dostavit až po uplynutí doby tří či pěti týdnů od počátku užívání (Overall 2017). Za velmi prospěšné se považují kombinované terapie, ve kterých jedinec dostává příslušnou dávku léku a majitel s ním ještě k tomu aktivně pracuje formou pozitivní motivace.

3.5.1 Psychofarmaka používající se ke zklidnění zvířat

Tyto léky se dělí podle jejich složení a účinku do několika skupin:

- a) Tricyklická antidepressiva – ovlivňují zpětné vstřebávání neurotransmiterů jako je serotonin a noradrenalin, čímž dochází k jejich udržení v organismu v takovém množství, které nepřivozuje úzkostné stavy. Čím menší množství serotoninu má organismus, tím častěji se objevují úzkostné a nerozhodné stavy. Mezi nežádoucí účinky léků, patřících do této kategorie patří: přibírání na váze, zvýšený výskyt komorových arytmií, sucho v tlamě. Zvířatům se z této kategorie předepisuje klomipramin – Clomicalm® (Simpson et al. 2007; Landsberg et al. 2008).

- b) Antidepresiva se silnější složkou, než tricyklická antidepresiva, jsou lépe snášenlivá a nepůsobí kardiotoxicky. Do této kategorie patří např. Trazodon. Tento lék může poskytnout terapeutickou možnost u psů, kteří nereagují na konvenční léčbu a dobře také funguje ve spojení s jinými látkami působícím proti depresím, a to s tricyklickými antidepresivy, či antidepresivy se selektivní inhibicí zpětného vychytávání serotoninu (Gruen & Sherman 2008).
- c) Antidepresiva se selektivní inhibicí zpětného vychytávání serotoninu (SSRI). Antidepresiva se selektivní inhibicí zpětného vychytávání noradrenalinu (NARI). Antidepresiva inhibující zpětné vychytávání dopaminu (DARI). Toto jsou většinou léky, kterými se zkusí psychická porucha léčit jako prvními. Patří sem léky obsahující fluoxetin – hydrochlorid. Pro zvířata např. Recomile®. Účinností těchto antidepresiv se zabýval Simpson et al. (2007), který porovnáním několika studií zjistil, že tyto léky mají u pacientů až 80% účinnost ve zlepšení chování. Konkrétně v závislosti na separační úzkosti se chování psů zlepšilo po 4 týdnech užívání těchto léků. Selektivní inhibitory zpětného vychytávání serotoninu jsou užitečné veterinární léky, neboť jejich vysoká selektivita serotoninového systému funguje na léčbu úzkostí a potíží s ní spojenými dobře (Fitzgerald & Bronstein 2013).
- d) Benzodiazepiny – krátkodobě působící anxiolytické léky. Benzodiazepiny, jako jealprazolam, diazepam a další se často používají jako doplněk SSRI ke zmírnění známek úzkosti (Simpson & Papich 2003). V současné době jsou benzodiazepiny jedním z nejčastěji používaných léků na léčbu úzkosti u psů, kteří nevykazují známky agresivity (Manthey 2012).

Pokud si to vážnost situace žádá a chceme zvířeti poskytnout okamžitou úlevu od strachu a úzkosti, doporučuje se podání tricyklického antidepresiva – klomipramin společně s benzodiazepinem – alprazolam. Pokud je cílem zavést efektivní dlouhodobou terapii, doporučuje se zvířeti podávat fluoxetin (Crowell-Davis et al. 2003).

3.5.2 Antidepresiva pro agresivní jedince

Mnoha psům působí separační úzkost a úzkost obecně takové utrpení, že se z nich časem stanou agresivnější jedinci, i když se u nich nikdy předtím žádné náznaky agresivity neobjevily. U některých jedinců to nemusí být reakce na separační úzkost, ale na jakýkoli jiný nepříjemný podnět. Je to jejich způsob obrany před vzniklým problémem. Podávání antidepresiv takovýmto psům se musí pečlivě zvážit, neboť některá antidepresiva mohou míru agresivity u jedince ještě zvýšit. Mezi takové patří např. benzodiazepiny, které mohou u agresivních psů vyvolat dezinhibiční účinek. Znamená to ztrátu sebekontroly a propuknutí nekontrolovatelnosti a neovladatelnosti (Bruhwylar & Chleide 1990; Herron et al. 2009).

Jako úspěšná, se u těchto jedinců osvědčila léčba glukonátem lithným. (Pineda et al 2018). Bylo zjištěno, že lithium zmírňuje stresové podmínky, které mohou narušit poznávání, učení a emoční chování jedince (Vasconcellos et al 2003). Stopové prvky lithia tedy pomáhají zvládat jedinci úzkost a neklid, minimalizovat podrážděnost a srovnat spánkový režim (Picard 1985). Podávání lithia ve stopových prvcích by nemělo vyvolat nepříznivé účinky. Tento způsob léčby má větší důvěru i u majitelů, kteří nechtějí svým psům podávat výše uvedené

látky, neboť lithium řadíme mezi lehký alkalický kov, dobře rozpustný v organických látkách. Počet jedinců, léčených tímto přípravkem se s ohledem na relativní bezpečnost léku zvyšuje (Askew 2005; Overall et al. 2000).

Pro jedince, kteří mají problémy se sebeovládáním se osvědčilo i podávání fluoxetinu. Vzhledem k jeho vlastnostem zpětného vychytávání serotoninu uvedl Dodman et al. (1996), že jeho užívání vedlo ke snížení agresivity a dominance zaměřené na osoby včetně vlastního majitele již po třech týdnech léčby. Tento lék může psovi pomoci naučit se relaxovat bez přítomnosti majitele, ale za přítomnosti dalších psů, či cizích lidí, pokud takové situace nastanou a pes na ně není zvyklý (Overall 1995).

Agresivní chování mohou zmírnit i uklidňující feromony (DAP). U některých jedinců, kteří byli vystaveni těmto látkám, se snížila frekvence i hlasitost štěkání, která nedosahovala tak vysokých decibelů jako bez použití feromonů (Tod et al. 2005). Je třeba si uvědomit, že u závažných případů nemohou tyto feromony nahradit působení psychofarmakologických léčiv.

3.5.3 Zmírnění separační úzkosti pomocí feromonů

Psům, u kterých není separační úzkost rozvinuta ve velké míře, mohou pomoci uklidňující feromony (DAP – dog appeasing pheromone) vyvinuté speciálně pro psy (Herminston; Montrose; Taylor 2018). Nejedná se o antidepresiva, neobsahují žádné psychotropní látky a nemají vedlejší účinky. Tyto prostředky můžeme psovi dodávat pomocí spreje, obojku či difuzéru zapojeného do elektrické zásuvky. Uvedené produkty jsou vhodné spíše do místnosti nebo neprofukujícího kotce, aby feromony zůstaly ve vzduchu co nejdéle a nesnižoval se rozfoukáním jejich účinek. Tyto feromony vnímají pouze psi. Kočky ani lidé jejich vylučování v místnosti nezaznamenají. Jsou účinné nejen jako pomoc při úzkostných stavech souvisejících s odloučením, ale snižují i strach z hluků, přepravy, nového prostředí a jiných nežádoucích faktorů (Kim et al. 2010).

Přirozené feromony uklidňující psy vylučuje kojící fena z mazových žláz mezi prsními žlábkami hned po porodu. Feromony jsou detekovány Jacobsonovým orgánem nebo vomeronasálním orgánem a mají zklidňující účinky hlavně u štěňat, ale i u dospělých psů v různých stresových situacích, včetně úzkosti z odloučení. Feromony DAP jsou chemicky syntetizované a vysoce napodobené reálným feromonům, které vylučuje kojící fena (Pageat 1999).

Zklidňující prostředky je vhodné využívat i v chovatelských stanicích, útulcích či u veterináře, kde bývají psi nervózní. Užití sprejů a difuzérů je vhodné spíše v uzavřených prostorech, ve venkovním prostředí může psovi pomoci obojek obsahující feromony, který má neustále na krku. Sprejem je vhodné v prostředí, kde pes vykazuje známky nervozity, označit psí pelech nebo prostor, ve kterém je ponechán. Je to řešení i pro cesty k veterináři, či obecně pro přepravu, jestliže psa stresuje. Vhodné je chvíli před plánovaným odjezdem označit sprejem, klec či bedýnku, ve které budeme psa převážet. Výhodou je, že je přenosný a můžeme ho tak použít téměř ve všech oblastech, kde psovi hrozí úzkost (Mills et al. 2006).

Do uzavřených prostor, jako jsou místnosti, je vhodný difuzér do elektrické zásuvky. Měl by být umístěn tak, aby nebyl v dosahu psa ani dětí, vzhledem k nebezpečí poranění elektrickým proudem. Zásuvný difuzér je déletrvající, ale jeho nahřátí pro plnou efektivitu vyžaduje 24 hodin (Adaptil 2016).

Uklidňující feromony mohou také snížit hlasitost psiho štěkání, což je prospěšné jak pro štěkající psy, tak pro psy, kteří nevykazují intenzivní vokalizaci, ale jsou jí vystaveni. Hluk vyšší než 100 dB může trvale poškodit psi sluch. V útulcích a prostředí, kde je míra hluku vysoká a psi jsou jí vystaveni dlouhodobě, nejsou pro psy vhodné podmínky. Nevhodné prostředí má negativní dopad na jejich psychické i fyzické zdraví. Použitím DAP feromonů se dle studie Scheifele et al. (2012) hlasitost štěkání u některých psů snížila o 6,48 dB.

Nejrozšířenější jsou na trhu produkty ADAPTIL® představující všechny tři výše zmíněné produkty.

3.6 Psi z útulku

Skupina psů, která má k psychickým poruchám největší predispozice, jsou jednoznačně útlukoví psi. Psi, kteří žijí v těchto zařízeních pro zvířata, zažívají každodenně akutní i chronický stres. Většinou jsou to psi, u kterých neznáme jejich minulost a může tak trvat déle, než se sžijí s ostatními zvířaty, než se s nimi personál naučí pracovat a než stávající psi je začnou tolerovat. Je mnoho případů, ve kterých si zvíře v útulku nezvykne nikdy a z důvodu nepřijímání potravy, vody a silnou úzkost, musí být utraceno. Každoročně je do útulků po celém světě přijato několik milionů psů. Za jeden rok jsou to např. jenom ve Spojených státech zhruba 3,3 miliony psů, kteří končí v útulcích (ASPCA 2018). Nejsou do toho započítána toulavá zvířata, která žijí sama na ulicích.

3.6.1 Obohacení útlukových prostředí

Prostředí pro zvířata je v útulku mnohdy nevyhovující. Setkají se zde se změnami prostředí, které jim způsobují stres, včetně nových hlasitých zvuků, štěkání ostatních psů a neznámých lidí, které o ně pečují (Newbury et al. 2010). Tyto stresory mohou u psů vyvolat vzorce chování, které se u nich dříve nevyskytovaly. Mohou být rozvinuty nejen behaviorální, ale i fyziologické problémy jako jsou opakované skákání na dveře kotců, olizování podlahy, kožní a jiná onemocnění (Kogan et al. 2012).

V dnešní době je ve většině útulcích snaha o vylepšování prostředí pro zvířata. Jsou zaváděny techniky, které by měly vést ke snižování stresu. Vylepšené lidské interakce, trénování psů i formou her, pokud se psi snášejí a prostory to dovolí, tak je vhodné zvolit skupinové ubytování (výběr psů, kteří budou spolu žít se musí řádně zvážit, aby se předešlo možným sociálním problémům ve smečce), vylepšení stravování, vizuální stimulace. Dokonce i sluchová stimulace by měla dle Epstein et al. (2021) zmírnit stres. Zlepšení psychické pohody zvířat pomocí zvukové a vizuální stimulace je prozatím málo prozkoumáno a provádět je, je v možnostech jen několika málo útulků.

Na problematiku akustické stimulace se ve své studii zaměřil Kogan et al. (2012), který se rozhodl vyzkoušet, jak budou psi reagovat na hlasitou heavymetalovou hudbu, oproti klidné klasické hudbě. Studie byla prováděna na psech, kteří byli zapřaženi ve psím spřežení a byla jim puštěna rozdílná akustická stimulace. Pohybová aktivita, tep i vokalizace se u psů zvýšily, byla-li puštěna heavymetalová hudba. Klasická hudba psy naopak zklidňovala a měli tendenci zpomalovat.

Snížit stres u psů pomocí vizuální stimulace se pro ně jeví i jako dobrá forma relaxace. Pomocí průzkumů bylo zjištěno, že psi tráví daleko více času sledováním stejných druhů, ale i

mezidruhových organismů a lidí než prázdné obrazovky umístěné na dveřích kotce. Vizualní obohacení přispívá u psů v útulku ke snižování stresu. Toto je vnímáno pozitivně hlavně u psů, kteří jsou odděleni od ostatních v karanténě a nevidí tak jiné společníky svého druhu. Primárně pro tyto psy byla vymyšlena DOGTV®, jejíž obsah se skládá z vizuální a zvukové stimulace, která je pro psy příjemná a zajímavá. Přenos zajišťuje interaktivní obrazovka, kterou lze umístit na zeď, či dveře kotce a pes ji může po celou dobu pobytu sledovat a necítit se tak osamocený (Graham et al. 2005).

Mezi jednotlivými útulky jsou velké rozdíly, jak v jejich vybavenosti, tak i v proškolení a znalostech personálu, který se o zvířata stará. Kromě negativních dopadů na dobré životní podmínky psa samy o sobě mohou být problémy s chováním vyvolané stresem považovány za nežádoucí potencionálními osvojiteli, čímž se tak prodlužuje délka pobytu psa v útulku (Southland et al. 2018; Weiss et al. 2012).

Prodloužením délky pobytu v útulku se více zhoršují dopady chronického stresu na problémové chování a znehodnocení zvířete. Velké množství psů se z této situace nikdy nevzpamatuje a nese si s sebou následky do zbytku života. Útulky by se měly snažit o co nejlepší péči, kterou budou zvířatům poskytovat hlavně prostřednictvím kvalifikovaného personálu. Vzhledem k množství zvířat, které se v útulcích nachází, není vždy v silách personálu, věnovat se naplno všem zvířatům, i když by samozřejmě pro každé zvíře chtěli jen to nejlepší. Obohacovací programy však vyžadují finanční investice, které nemá většina útlků k dispozici. Dle Perry et al. (2021) by mohlo chování útlkových zvířat zlepšit pouhé přidání jedné procházky denně navíc. Dnes už každý útulek spolupracuje s veřejností a s venčením pomáhají lidé, kteří se snaží pomoci psům z útulku alespoň tímto způsobem. Podmínkou pro propůjčení psa je v České republice dosažení plnoletosti.

Na návštěvníky útulku působí dobře, když vidí, že psi jsou v obohacném interaktivním prostředí a je o ně kvalitně pečováno. Zvíře adoptované z těchto podmínek pravděpodobně nebude v tak špatném psychickém stavu jako z jiného útulku, kde tyto prostředky nevyužívají a zvířeti se tak nedostane potřebné péče, která by alespoň zmírňovala úzkost z odloučení od předchozího majitele. Se psem se poté bude pravděpodobně i lépe pracovat (Graham et al. 2005).

3.6.2 Útlkový režim

Psi umístění do útulku, ať už bývalým majitelem, či odchytovou službou, musí bezprostředně po přijetí absolvovat veterinární prohlídku a následně zůstat týden odděleni v karanténě pro případ, že by u nich bylo zjištěno infekční onemocnění, které by mohlo nakazit ostatní zvířata v útulku, či jsou zranění a vyžadují zvláštní péči (Epstein et al. 2021). Na každodenním režimu je čištění kotců, zajištění vody a krmiva, transport zvířat na veterinární prohlídky, venčení a administrativa.

Z pohledu laika se to nemusí zdát jako nijak zaplněný denní program, ale berme v potaz, že v některých útulcích jsou jen dva zaměstnanci na několik desítek psů. Nelze se jim proto patřičně věnovat a každý, kdo odkládá psa do útulku, by si měl uvědomit, že takové zařízení mu v žádném případě neposkytne plnohodnotnou péči, o kterou bude ochuzen.

Co se týče separační úzkosti, pes tu dostane hned několik psychických šoků z důvodu oddělení. V první řadě je oddělen od majitele, na kterého byl zvyklý a ve druhé řadě ještě musí

zvládnout být týden o samotě. Ať už se pes nachází v jakémkoliv prostředí, nemělo by mu být upíráno pět základních svobod zvířat, které by měl znát každý chovatel. Jejich narušení může vést u zvířat k psychické nepohodě a k rozvoji úzkostných stavů.

Pět základních svobod zvířat bylo ustanoveno roku 1993 dle Farm Animal Welfare Council:

- svoboda od žízně, hladu a podvýživy – bezproblémovým přístupem k čerstvé vodě a krmivu dostačujícím k zachování zdraví
- svoboda od nepohodlí – poskytnutím vhodného prostředí včetně přístřeší a pohodlného místa k odpočinku
- svoboda od bolesti, zranění a nemoci – pomocí prevence nebo rychlé diagnózy a léčení
- svoboda uskutečnit normální chování – poskytnutím dostatečného prostoru, vhodného prostředí a společnosti zvířat téhož druhu
- svoboda od strachu a úzkosti – zabezpečením podmínek a zacházení, jež vylučují mentální strádání (Sandgren & Ekman 2005)

Na stres zvířat má vliv i prostředí, ve kterém se útulek. či záchytná stanice nachází. Ve svém výzkumu uvedli Beerda et al. (2000); Mertens & Unshelm (1996), že psi, kteří žijí ve ztížených nevhodných podmínkách v osamělých útlucích, kde pro psy není dostatek prostoru, personál jim nevěnuje patřičnou pozornost a žijí většinou všichni pohromadě, vykazují následně vysoké úrovně stresu včetně stereotypního chování jako je přešlapování na místě, zvedání tlapek, či močení.

Psí organismus je přesto velmi odolný a silnější jedinci, kteří jsou schopni se dříve vyrovnat se vzniklou situací, si většinou zvyknou spát v rušivém prostředí útulku i ve dne. Jsou potom uvolněnější a nevykazují tolik problémů s chováním (Owczarczak-Garstecka & Burman 2016).

Útulek by se neměl nacházet na velmi hlučných místech např. v okolí velkých továren. Prostory odchytového zařízení by měly být kvalitně oploceny, nejlépe neprůhledným materiálem, aby psi nebyli ještě stresováni podněty z venkovního okolí.

3.6.3 Adopce psa z útulku

Psi, kteří jsou v útlucích nabízeny k adopci, jsou většinou bezproblémoví a působí mile. Vycvičení psi jsou pro budoucí majitele atraktivnějšími. Lidé si nejčastěji vybírají psa podle vzhledu a jeho chování (Protopopova 2012). Útulek samozřejmě nemůže do adopce nabízet nebezpečné a agresivní jedince, se kterými by si pěstouni nevěděli rady a psa by do útulku během pár dní vrátili zpět pro neovladatelnost.

Vzhledem k několika milionům zvířat, které jsou ročně po celém světě přijati do útulků, není možné pokrýt náklady na péči o každé zvíře. Psi, kteří podstoupí behaviorální terapii, nemusí být zcela zotavení, a i přes snahu o vyléčení dochází k eutanázii (Takeuchi et al. 2000). Jedinci s problémovým chováním jsou pak často utraceni, i když jsou fyzicky v pořádku. Zaměstnanci útulku bohužel nemají čas věnovat se celé dny jen problémovým psům, a tak se jejich psychický problém v útulku nemůže řešit a mnohdy se i stupňuje (Protopopova 2012).

Jelikož tito psi mají mizivou šanci na adopci, v útulku je následně nedostatek místa pro ostatní jedince, kterých by se časem někdo ujal.

Aby se tato situace minimalizovala, zodpovědní pracovníci útulků, obeznámí budoucího majitele se zdravotním stavem zvířete a s jeho povahou. Pokud je jedinec problémový a majitel má i přesto zájem psa adoptovat, (případně za ním nějakou dobu docházet do útulku, než si pes na nového majitele přivykne), poskytnou mu rady, jak se psem pracovat, popř. doporučí trenéry v okolí, pod jejichž dohledem bude pes cvičen.

Pokud si majitel bere z útulku agresivního či reaktivního jedince, měl by s tímto problémem mít již zkušenosti a vědět, jak se psem zacházet i bez rad trenérů. Zvíře vážící několik desítek kilogramů se v záchvatech paniky stává neovladatelným, tudíž je absolutně nevhodné pro začínajícího chovatele, či chovatele, který se s tímto problémem nikdy předtím nesetkal. Pracovníci útulku, kteří se psem pracovali, mají právo rozhodnout o budoucím majiteli psa (Sternberg 2003).

3.7 Případová studie složená ze zkušeností autorky práce

Zkušenosti autorky se separační úzkostí pochází jak z kynologického cvičiště, kde ostatní lidé tento problém řeší tak i z domu, neboť vlastní fenu, která se s touto poruchou potýká. Dva, na první pohled stejné případy, poukazují na různorodost psího chování v podobných situacích.

3.7.1 Případ, který se ze začátku jevil jako separační úzkost

V domácnosti do doby, než se k nim připojila fena křížence výmarského ohaře a bernského salašnického psa, žili dva psi – 3letý americký stafordširský teriér, kterého rodina vlastní od štěněte a 1,5leté fena amerického pitbulteriéra, která byla osvojena z nevhodných podmínek.

Při odběru fenu pitbulteriéra, která měla dle očekávání mírné zdravotní obtíže (atopický ekzém téměř po celém těle) a neměla ani výcvik základní poslušnosti, očekávali, že u ní budou řešit i problémy psychického rázu, neboť fena žila rok a půl v rodině, na kterou byla zvyklá, i když se jí nedostávalo potřebné péče a vyžití. Při transportu feny z jejího dřívějšího domova se pochopitelně projevila vokalizace, nadměrné zívání, slinění, nízká poloha ocasu a další příznaky stresu, které mimo jiné uvedla i Ballantyne (2018).

Krátce po osvojení s ní bylo pracováno s ohledem na základní výcvik. Fena byla vcelku učenlivá, takže s výcvikem nebyl žádný problém. Když zůstávala doma sama pouze se stafordširským teriérem, který jí dělal společnost, nastaly problémy s vyprazdňováním a destruktivním chováním. V nové rodině měla větší prostor, kde zůstávala sama, oproti jedné malé místnosti u předchozích majitelů a také měla hračky k zahnání nudy. Oba psi byli před odchodem vlastníků do zaměstnání řádně vyvenčeni. I když se neprojevovala vokalizace, nastal dojem, že se fena doma o samotě opravdu trápí. Přítomnost druhého psa ji nijak nepomohla a dle kamerového záznamu si ho téměř vůbec nevšímala. Zde nastaly u autorky obavy, nejednali se skutečně o úzkostné stavy. Vzhledem k jejím potížím s atopickým ekzémem si noví majitelé mohli jen domýšlet, zda vykusování tlapek a boků jsou projevy separační úzkosti, či potíže s léčeným, ale přesto přetrvávajícím atopickým ekzémem. Tyto příčiny jsou obtížné

k rozlišení a přiřazení k separační úzkosti, neboť je pes může provádět z obou důvodů (Fábiková 2006). Chování, ale nebylo nijak odlišné od destrukce, kterou provádějí štěňata. Většinou šlo o rozkousání drobných věcí, které zůstaly ležet na stole (propiska, blok, přívěšek na klíče) nikoli vytrhávání parket za dveřmi bytu či přímo ničení dveří, kterými jsme odešli, ve snaze dostat se ven, kudy majitelé odešli. Na kousání předmětů, které nemusí nutně naznačovat separační úzkost poukázal ve své studii i Houpt (2005) jako na určitou formu hry. Oproti tomu, kdyby ale destruktivní chování bylo pouze projevem nudy, snažila by se fena vybízet psa ke hře, či ho alespoň občas kontaktovat. Fena však psa zcela ignorovala, což je jeden z příznaků úzkostných stavů. Co se problémů s vylučováním týče, většinou šlo o kálení (formou průjmu) po celém prostoru, i když byla vyprázdněná z venčení. Během nepřítomnosti fena normálně jedla a při odchodech z domu nevykazovala žádné viditelné známky stresu až na doprovázení majitelů ke dveřím. Po krátkém vyčkání za dveřmi, však slyšeli fenu po chvílce od dveří odejít.

Odkoukání těchto zlovyků od psa, který zůstával v bytě s ní bylo nepravděpodobné, neboť s ním nebyly nikdy žádné problémy a při ponechání o samotě v klidu spal na svém místě. Vše chtělo svůj čas, a hlavně trpělivost členů nové rodiny.

Feně trvalo déle adaptovat se na nové prostředí, na nové osoby i cizího psa, ale nakonec vše zvládla a tyto projevy postupně během tří měsíců vymizely. Vzhledem k tomu, že se doma v lidské přítomnosti u feny neprojevovaly žádné příznaky separační úzkosti, bylo zvoleno pouze větší vyžití při venčení, trénováno více cviků při jejichž provádění musela více přemýšlet, občas zůstala zapnutá televize nebo po bytě poschovávané pamlsky, při jejichž hledání se ještě trochu unavila. Cvičením se většinou stres utlumuje (Menor-Campo et al. 2011).

Zde je vidět, jak složité může být separační úzkost vůbec rozpoznat a odlišit ji v tomto případě od adaptace na nový domov. Dnes je feně 6 let, v žádné situaci nevykazuje známky abnormálního chování a ve chvílích, kdy je ponechaná o samotě, pravděpodobně v klidu odpočívá. Už delší dobu není nutné využívat pro její kontrolu webkameru, která je dle Blackwell et al. (2006) účinnou terapeutickou pomůckou, která ve velké míře přispívá k odhalení potíží a diagnostice.

3.7.2 Fena, která opravdu byla postižená separační úzkostí

Po nějaké době, když se vyřešilo chování feny pitbulteriéra se do domu dostala ještě druhá fena. Kříženec výmarského ohaře a bernského salašnického psa. Na rozdíl od první feny, majitelé přesně věděli, v jakých podmínkách vyrůstala a v jakém prostředí žila i její matka. Matce feny bylo přes osm let, když nechtěně přišla při útěku za psem z okolí k březosti. Nikdy předtím štěňata neměla, a tak vysoký věk není pro prvorodičku dobrý. Žila venku v kotci, na který byla zvyklá celý život, na několik dní před porodem byla přesunuta do domu do tepla. Štěňata se narodila koncem listopadu. Celkově se vrh skládal ze 13 štěňat, ale živých se jich narodilo pouze 7. Porod nijak zvláště komplikovaný nebyl a fena údajně měla veškerou potřebnou péči. Jak to bylo možné, byla štěňata s fenou přesunuty opět ven do kotce. K dispozici pro venčení měli celý dvůr se zahradou, kde se setkávali i s jiným psy, zvířaty a vzhledem k umístění domu, který stál vedle lesa, štěňata několikrát přišla do styku i s mnoha okolními pachy. Majitel feny, od které byla štěňata, je myslivec, tudíž bylo předpokládáno, že fena bude zvyklá i na hlasité zvuky. Viděno bylo i její chování ve smečce, do které patřila. Ostatních štěňat se nijak nestraničila a v okolním prostředí se zdála být velmi zvědavá. Matka

byla občas od štěnat na chvíli oddělena, což je do budoucna pro štěňata dobře, neboť by poté měli mít zvýšenou odolnost vůči stresovým událostem. Výhodou je po návratu matky i zvýšená pozornost ke štěňatům (Parker et al. 2006; Benetti et al. 2007). Povaha matky byla vyrovnaná, fena byla dobře vycvičená a cizích psů si víceméně nevšímala. Otec byl ale dle informací spíše zdrženlivý a v mnoha situacích vykazoval bázlivost. I on žil ve smečce složené z více psů a případné konflikty uvnitř řešil většinou stejně tak jako přítomnost u střelby, útekem ze situace. Vzhledem k loveckému plemeni měl být původně využíván v myslivosti, ale kvůli jeho nevhodné povaze zůstal u domu na zahradě jako domácí mazlíček. S přihlédnutím na povahy obou rodičů, hlavně otce, tu bylo jisté riziko, že štěňata z tohoto vrhu budou mít nějaké problémy v chování. Znepokojující byla hlavně intolerance na hluk, která může značit budoucí psychické problémy u potomků (Voith & Borchet 1985). Tuto fenu si noví majitelé vzali v necelých třech měsících, což nebyla vzhledem k věku pro odběr štěněte dobrá volba, ale nepříznivá situace si to tak žádala. Před odběrem se na ni byli několikrát podívat a přivedli k ní i staršího psa, se kterým bude sdílet nový domov. Jejich seznámení proběhlo bez problému a během krátké chvíle si spolu začali hrát.

Když nastal odběr feny, nastala i obava z její reakce, která přijde bezprostředně po oddělení od matky a sourozenců. U štěněte se mění jeho vnímání strachu a odvahy během prvních týdnů velmi rychle. Stres má v ranném věku velký vliv i na kognitivní schopnosti psa (Burman et al. 2011). Jelikož v období, kdy byla citlivá na stres, doma ještě nežila, tak i přes mnohé informace od chovatele nebyly všechny nepříjemné zážitky, které se jí mohli stát a ovlivnit tak její budoucí povahu. Při transportu domů pochopitelně vydávala vokalizaci, ale jinak nevykazovala žádné známky stresu, jako je třes či vyprázdnění, což je pro štěňata běžné v neznámých situacích. Většina štěnat je při odběru od fen oddělena a následně ihned převezena do cizího sociálního i fyzického prostředí (Rooney et al. 2016).

Po příjezdu domů měla možnost v první řadě očichat a prozkoumat nový prostor a poté byla přivedena k dalším psům. Staršího psa znala, ale nová pro ni byla fena pitbulteriéra. Při seznamování nebyly žádné potíže a během prvního dne se doma alespoň z části aklimatizovala. Z počátku nebyly žádné velké problémy s vylučováním, ani s příjmem potravy, či začleněním do smečky. Prvních pár dní s ní některý z členů rodiny zůstal doma a později ji začali nechávat po malých chvílích o samotě s ostatními psy. Po pár dnech, kdy si doma zvykla, s ní byl zahájen výcvik základní poslušnosti, a většinou formou her. Každý jedinec je jinak temperamentní a jinak zvládá změny prostředí ve kterém žije a odlišně reaguje na vystavování stresorů (Yehuda et al. 2006). Z počátku krátké odchody na nákup či do města zvládala relativně dobře. Po návratu byly sice nalezené rozkousané hračky či noviny nebo moč, ale to jsou opět věci, které nejsou u štěnat nic neobvyklého, takže jim nebyla nevěnovaná velká pozornost. Po pár týdnech si autorka začala všimnout, že je fenka doma všude sleduje a snaží se být pořád v jejich přítomnosti. I přes většinu studií potvrzujících hyperpřipojení jako zcela jasný příznak separační úzkosti, tomu tak ne vždy musí být (McGreevy & Masters 2008). Psi měli přitom v domácnosti svá místa, nebyli pouštěni ani na sedačku ani do postele, neboť i to může mít dle Stronengen et al. (2014) vliv na rozvinutí separační úzkosti a byli zvyklí na občasné zavírání dveří do různých místností. Psům, kterým majitelé dovolí být neustále v jejich přítomnosti a jsou na nich tak plně fixováni, se mohou vytvořit predispozice pro úzkosti. Fena od mala žila ve stejném režimu jako zbytek smečky a co se týče prostorového vymezení, neměla ani jako nejmladší člen vůči ostatním žádné úlevy. Majitelé pracovali na směny, takže se doma většinou

střídali. Nikdy se tak nestalo, že by psi zůstali sami doma třeba půl dne. Se psy byly neustále prováděny nějaké činnosti, hlavně při venčení a výcviku, neboť lidská interakce je pro psy prospěšná, snižuje stres i krevní tlak a zvyšuje množství vylučovaných endorfinů (Odendaal & Meintjes 2003). Několik týdnů nato začala fena projevovat nervózní chování při odchodech z domu. Po návratech, se doma kromě zničených věcí a moči, začaly nacházet ve velké míře i výkaly. Dle sousedů bezprostředně po našem odchodu začala zpočátku kňučet a poštekávat, což se během chvíle změnilo v táhlé vytí. Sousedé majitelům volali i do zaměstnání, co se doma děje. Po návratu domů se začalo objevovat více zničených věcí než zpočátku. Když je v prostoru více psů, je těžké ukázat na toho, který tuto činnost dělal, ale vzhledem k flegmatické povaze psa, který naši nepřítomnost prospal a již relativně srovnané povaze feny pitbulteriéra, to bylo jasné. Zničené věci nikoho netrápily natolik jako fakt, že fena se doma necítí dobře. Uvedené příznaky jsou i dle Palestrini et al. (2010) shodné s příznaky separační úzkosti.

Vždy před jejím ponecháním doma byla se zbytkem smečky řádně vyvenčena. Autorku napadla myšlenka, co když jí jeden ze psů v naší nepřítomnosti ubližuje, fena se cítí být odstrkována a zaměří se tak na nepřítomnost majitelů. To by odpovídalo i hyperpřipojení, kdyby fena měla tendenci vázat se na nás více než na zbytek smečky (Horwitz 2009). Ihned po zjištění těchto faktů byl opět do hlavní místnosti, kde psi trávili čas, nainstalován přístroj na kamerový záznam. Žádné znepokojující chování starších psů však nebylo shledáno. Mladé feny si téměř nevšíмали. Při vysoké vokalizaci k ní občas jeden z nich přišel a zkoušel ji kontaktovat (šťouchnutím čumákem, či obcházením). Fena na jejich aktivity nereagovala a upírala svůj pohled na dveře, kterými vlastníci odešli, a u kterých většinu času i ležela s čumákem zaboreným pod jejich polstrováním. Při silných úzkostných stavech jedinec s touto poruchou často nereaguje na žádné podněty a soustředí se jen na nepřítomnost majitele (Palestrini et al. 2010). Stejně chování vykazovala i u rodičů autorky, kde to znala a kde byl také druhý pes. Při krátkém odložení fena dělala úplně stejné věci i v jejich přítomnosti. O pomoc byla požádána kamarádka, která měla doma chvíli počkat a psům se věnovat. I přes její veškerou snahu fenu zabavit a začlenit do her se zbytkem smečky, fena neustále vyla a odbíhala několikrát do minuty ke dveřím. Při příchodu alespoň jednoho z majitelů se většinou i pomočila, pravděpodobně z radosti z jejich návratu. Někteří psi při příchodu svého majitele vítají i déle než 2 minuty (Flannigan & Dodman 2001). Po této zkoušce bylo jasné, že fena si sama se sebou neví rady, pokud není v blízkosti ani jeden z majitelů. Když odešel z domu jen jeden, vše bylo v pořádku, problém byl vyloženě ve chvíli, když neměla ani jednoho v blízkosti. Během soužití, byl zpozorován i její strach z hluků, což ve svých studiích uvádí i Dreschel & Granger (2005) jako spojitost se separační úzkostí. Okolní sousedé byli neprodleně obeznámeni s problémem, byla jim popsána situace a bylo požádáno o trpělivost z jejich strany. Byli ujištěni, že feně není fyzicky ubližováno a vokalizace probíhá jen v době, kdy zůstane o samotě. Sousedí byli obeznámeni, aby nezvonili ani neklepali na dveře domu, neboť to by vokalizaci a psychickou nepohodu feny ještě zvýšilo. I když si psi doma nelezli do misek se žrádlem ani se nijak nepřetahovali o místa na pelechu, byla feně pořízena ohrádka, ve které měla umístěnou misku se žrádlem a deku. Ohrádka měla navodit pocit bezpečí a po pár dnech se do ní fena naučila pomocí pozitivní motivace a pamlsků sama chodit. Dvířka měla neustále otevřená a ostatní psi jí tam nechodili. Byl naplánován několikátýdenní režim tak, aby psi zůstávali doma sami co nejméně času, a s fenou se začalo intenzivně pracovat na zvládnání problému. Z počátku byla ponechávána samotná v jiné místnosti, (majitelé odběhli do sklepa, či ke schránce). Před

odchodem či zavřením dveří, nedávali najevo, že nastane nějaká změna. Na fenu při ponechávání v jiné místnosti či odchodu z domu nebylo mluveno ani pohlédnuto. Při každém příchodu byla fena odměněna formou hry, pamlskem nebo vyvenčením, aby si tak zafixovala, že se vždy majitelé vrátí, a že jejich odchod je pozitivní, neboť po jejich návratu domů přijde odměna. Zpočátku to byly jen minutové intervaly, které velmi pomalu prodlužovali. Situace byla po celou dobu konzultovaná s veterinářkou, která se podrobněji zabývala psychickými problémy psů. Na její rady zůstávala při odchodech puštěná televize a po bytě poschovávané pamlsky. Zbylí psi sice pamlsky hledali také, ale to mohlo fenu povzbudit k ostatním hrám s nimi. Na základě studie, kterou provedl Herron et al. (2013) ponechání ukrytých pamlsků může vést k postupnému zlepšení separační úzkosti. V zásuvce byl ponechán zapojený difuzér, který měl fenu pomoci výparů uklidňujících feromonů zklidnit. Zdálo se, že to však nemá žádný efekt. Řešení pomocí antidepresiv majitelé odmítli. Situace se několik měsíců nelepšila a autorka začala přemýšlet o změně práce, aby mohla pracovat z domu a nenechávat tak fenu o samotě v silných úzkostných stavech.

Při jednom z návratu jejího partnera domů, který objevil zničenou televizi a linoleum strhané do půlky místnosti, jím byla fena do své ohrádky zavřena a ponechána v ní o samotě. Stalo se to pouze jednou. Opakované destruktivní chování projevované ve velké míře často odradí některé majitele od toho, aby si psa dále ponechali (Gonzalez Martinez et al. 2011; Miller et al. 1996; Mondelli et al. 2004). Těžko soudit, jestli to byla jen náhoda a pro fenu šok z uvěznění na malém prostoru, které doposud nezažila, nebo tak pochopila, že to není cesta, která vede k řešení, ale od té doby se situace začala zlepšovat. Byla to ještě dlouhá cesta s každodenním intenzivním cvičením, ale malé úspěchy majitele velmi motivovaly. Zhruba po jednom roce se situace ustálila a fena mohla zůstat běžně doma i několik hodin. Odezněly veškeré projevy separační úzkosti. Cokoliv a kdekoliv je doma ponecháno, zůstane na svém místě, fena leží v klidu na místě i při odchodu vlastníků a vyprazdňuje se pouze při venčení. Přestože psi odlišně reagují na cizí osobu a vlastníka, jak ve své studii potvrdil i Gyori et al. (2010), tak se fena vypracovala do fáze, ve které když zůstane o samotě s cizí osobou, nevykazuje velké známky stresu, jen lehce zvýšenou pohybovou aktivitu (občasné nervózní přešlapování).

Dnes je feně pět let a nikdy nebyla vystavena stresorům jako je pobyt v útulku, či v nevhodném prostředí, neboť pro to nebyl důvod a je pravděpodobné, že by se jí problém rychle navrátil. Vzhledem k jejímu věku je prožívaná úzkost znát i na šedivém čenichu, který má zhruba od dvou let na úrovni polovičního zešedivění – viz. obrázek č. 1 (King et al. 2016). I přes psychické problémy a reaktivitu vůči cizím psům má za sebou prozatím dvě úspěšně složené zkoušky z poslušnosti (ZZO, BH-VT) a účast na několika klubových závodech. Za velmi důležité se v těchto situacích považuje trpělivost a znalost majitele, který musí dát psovi s takovou poruchou dostatek času a motivaci stresové situace zvládat.

4 Závěr

- Na začátku práce bylo pro představu, jak se psi s touto poruchou cítí, uvedeno i několik příkladů separační úzkosti, co se týče dětí a dospělých lidí. Hlavní myšlenkou této části práce bylo, aby si čtenář dokázal lépe představit situaci, kterou téměř jistě někdy prožil a nyní ji pravděpodobně prožívá jeho pes.
- Dále zde bylo zmíněno, jak těžké může být tuto poruchu rozpoznat buď od tzv. psí puberty, či od případné adaptace na nové prostředí. Velmi zavádějící jsou hlavně destruktivní chování a problémy s vyprazdňováním. Poznatky z různých studií poukázaly na totožné chování psů u více situací, které nemusí hned znamenat projev separační úzkosti. Je dobré takové situace ale nepodceňovat a zavčas jejich následkům začít alespoň preventivně předcházet.
- Zmíněny zde byly příklady, jak se separační úzkostí účinně bojovat, mezi něž můžeme zařadit nácvik ponechání psa o samotě, ponechání puštěného rádia či televize nebo ukrývání pamlsků po domě při odchodu majitele, které by měly pomoci poruchu minimalizovat a psa alespoň na nějakou dobu zklidnit. Na pravou míru bylo uvedeno i přidání druhého psa ke psu postiženému, o čemž si většina lidí myslí, že nový pes pomůže nemocnému jedinci svojí přítomností překonat stres a úzkost vznikající s ponecháním psa o samotě. Tento názor byl vyvrácen, neboť vystresovaný pes se podle několika poznatků z různých výzkumů nebyl schopný soustředit na nic jiného než na nepřítomnost majitele.
- Chování, které vykazovali postižení jedinci bylo dle studií ve většině případech sledováno webkamerou, která se osvědčila jako jediný prostředek vhodný ke zjištění chování psa za nepřítomnosti majitele.
- Antidepresiva jako klomipramin, trazodon, fluoxetin, alprozam a diazepam, které by měly úzkostné stavy psa zmírnit alespoň na určitou dobu, jsou nejčastěji podávanými léky v souvislosti s touto poruchou. Upozorněno bylo i na podávání těchto léčiv agresivnějším jedincům, kterým by nesprávná medikace mohla uškodit a jejich stav zhoršit. Veřejnosti byl vysvětlen hlavní účel podávání chemických látek psům, které obsahují antidepresiva, a tím bylo pomoci jedinci zmírnit jeho utrpení, které provází úzkostné stavy.
- Za důležité bylo považováno do textu zařadit i zmínku o psech z útulku, neboť většina takových psů je touto poruchou postižena ať už ji nastartovalo odložení psa do útulku či se začala projevovat až při delším pobytu jedince v zařízení. Ulehčit těmto psům pobyt v útulku můžeme několika způsoby a to např. vhodným zařízením kotce, dostupností hraček, popř. kontaktu s ostatními psy či zvukovou stimulací
- V poslední kapitole, kde autorka popisuje své osobní zkušenosti s touto psychickou poruchou, detailně popsala různé případy dvou fen doplněné o informace z odborných článků, které její slova buď potvrzují či vyvrací. Jedna fena separační úzkostí skutečně trpí a u druhé feny šlo pouze o delší adaptaci na nové prostředí, jejíž projevy se zpočátku jevily stejně jako projevy separační úzkosti. Tato část je také pojatá jako demonstrace celé rešerše na konkrétních případech. Cílem této kapitoly bylo poukázat na různorodost psího chování v podobných situacích a poukázat na to, že trpělivost a

porozuměním se dají překonat se zvířaty i problémy, které se ze začátku zdají jako neřešitelné.

5 Literatura

- Amat M, Le Brech S, Camps T, Manteca X. 2020. Separation – Related Problems in Dogs. *Advances in Small Animal Care* **1**: 1-8.
- Atkinson RL et al. 2000. Psychological reactions to stress. Page 497 in Atkinson et al., editors. *Hilgard's Introduction to psychology*. Harcourt, Inc, United States of America.
- Ballantyne KC. 2018. Separation, Confinement, or Noises: What Is Scaring That Dog? *Vet Clin Small Anim* **48**: 367–386.
- Dowset E, Delfabbro P, Chur – Hansen A. 2020. Adult separation anxiety disorder: The human – animal bond. *Journal of Affective Disorders* **270**: 90-96.
- Didehban N, Borujeni MP, Avizeh R, Mosallanejad B. 2020. Problematic behaviors in companion dogs: A survey of their prevalence and associated factors. *Journal of Veterinary Behavior* **39**: 6-13.
- Elbay RY, Görmez A, Kılıç A, Avcı SH. 2021. Separation anxiety disorder among outpatients with major depressive disorder: Prevalence and clinical correlates. *Comprehensive Psychiatry* **105**: 152219.
- Epstein J, Dowling-Guyer S, McCobb E, Glotzer C, Dodman NH. 2021. Addressing stress in dogs in shelter through a novel visual and auditory enrichment device. *Applied Animal Behaviour Science* **236**: 105215.
- Fábiková R. 2006. Psychogenní dermatózy psů a koček – 2. část. *Veterinářství* **56**: 603-608.
- Galambos A, Gergely A, Kovács AB, Kiss O. 2021. Affect matters: Positive and negative social stimulation influences dogs behaviour in a subsequent situation involving an out – of-reach object. *Applied Animal Behaviour Science* **236**: 105242.
- Gruen ME, Sherman BL. 2008. Use of trazodone as an adjuvant in the treatment of canine anxiety disorders: 56 cases (1995–2007). *Journal of the American Veterinary Medical Association* **12**: 1902-1907.
- Harvie H, Rodrigo A, Briggs C, Thiessen S, Kelly DM. 2020. Does stress run through the leash? An examination of stress transmission between owners and dogs during a walk. *Animal Cognition* DOI: 10.1007/s10071-020-01460-6.
- Herminston CH, Montrose VT, Taylor S. 2018. The effects of dog-appeasing pheromone spray upon canine vocalizations and stress-related behaviors in a rescue shelter. *Journal of Veterinary Behavior* **26**: 11-16.
- Herron ME, Lord KL, Hiseiny SE. 2013. Effects of preadoption counseling on the prevention of separation anxiety in newly adopted shelter dogs. *Journal of Veterinary Behavior* **9**: 13-21.
- Ibanez M, Anzola B. 2009. Use of fluoxetine, diazepam, and behavior modification as therapy for treatment of anxiety-related disorders in dogs. *Journal of Veterinary Behavior* **4**: 223-229.

- King C, Smith T, Grandin T, Borchelt P. 2016. Anxiety and impulsivity: Factors associated with premature graying in young dogs. *Applied Animal Behaviour Science* **185**: 78-85.
- King JN et al. 1999. Treatment of separation anxiety in dogs with clomipramine: results from a prospective, randomized, double-blind, placebo-controlled, parallel-group, multicenter clinical trial. *Applied Animal Behaviour Science* **67**: 255-275.
- Kustritz R. 2014. Pros, cons, and techniques of pediatric neutering. *Vet Clin North Am Small Anim Pract* **44**: 221-233.
- Lord MS, Casey R, Kinsman RH, Tasker S, Knowles TG, Da Costa REP, Woodward JL, Murray JK. 2020. Owner perception of problem behaviours in dogs aged 6 and 9 – months. *Applied Animal Behaviour Science* **232**: 105147.
- Luno I, Palacio J, Garcin – Belenguer S, Rosado B. 2019. Baseline and postprandial concentrations of cortisol and ghrelin in companion dogs with chronic stress – related behavioural problems: A preliminary study. *Applied Animal Behaviour Science* **216**: 45-51.
- Mai DL, Howell T, Benton P, Bennet PC. 2021. Socialisation, training, and help – seeking – Specific puppy rearing practices that predict desirable behaviours in trainee assistance dog puppies. *Applied Animal Behaviour Science* **236** 105259.
- Moesta A, Kim G, Wilson – Frank CHR, Weng H, Ogata N. 2020. Comparison of serum brain – derived neurotrophic factor in dogs with and without separation anxiety. *Journal of Veterinary Behavior* **35**: 14-18.
- Morgan AJ, Rapee RM, Bayer JK. 2016. Prevention and early intervention of anxiety problems in young children: A pilot evaluation of Cool Little Kids Online. *Internet Interventions* **4**: 105-112.
- Mundell P, Liu S, Guérin NA, Berger JM. 2020. An automated behavior – shaping intervention reduces signs of separation anxiety – related distress in a mix-breed dog. *Journal of Veterinary Behavior* **37**: 71-75.
- Niwako O. 2016. Separation anxiety in dogs: What progress has been made in our understanding of the most common behavioral problems in dogs? *Journal of Veterinary Behavior* **16**: 28-35.
- Nijse R, Gras ML, Wagenaar JA, Ploeger HR. 2014. Coprophagy in dogs interferes in the diagnosis of parasitic infection by faecal examination. *Veterinary Parasitology* **204**: 304-309.
- Passacalqua Ch, Marshall – Pescini S, Merola I, Palestrini C, Previde EP. 2013. Different problem – solving strategies in dogs diagnosed with anxiety – related disorders and control dogs in an unsolvable task paradigm. *Applied Animal Behaviour Science* **147**: 139-148.
- Perry PJ, Scarlett JM, Huopt KA, Erb HN. 2020. A comparison of four environmental enrichments on adoptability of shelter dogs. *Journal of Veterinary Behavior* **35**: 1-7
- Pineda S, Anzola B, Ruso V, Ibáñez M, Olivares A. 2018. Pharmacological therapy with a combination of propranolol and fluoxetine and use of the trace element lithium gluconate for

- treting anxiety disorders and aggression in dogs. *Journal of Veterinary Behavior* **28**: 30-34.
- Protopopova A, Gilmour AJ, Weiss RH, Shen JY, Wynne CDL. 2012. The effects of social training and other factors on adoption succes of shelter dogs. *Applied Animal Behaviour Science* **142**: 61-68.
- Rooney NJ, Clark CCA, Casey RA. 2016. Minimizing fear and anxiety in working dogs: A review. *Journal of Veterinary Behavior* **16**: 53-64.
- Sanders CH, Ekman T. 2005. Mastitis in dairy production: current knowledge and future. *Animal welfare: Of increasing importance in modern dairy production* **22**: 75-81.
- Scott JP. 1958. Critical periods in the development of sical behavior in puppies. *Psychosomatic medicine*. (13505986) DOI: 10.1097/00006842-195801000-00005.
- Storengen LM, Boge SCHK, Strom SJ, Loberg G, Lingaas F. 2014. A descriptive study of 215 dogs diagnosed with separation anxiety. *Applied Animal Behaviour Science* **159**: 82-89.
- Tiira K, Sulkama S, Lohi H. 2016. Prevalence, comorbidity, and behavioral variation in canine anxiety. *Journal of Veterinary Behavior* **16**: 36-44.
- Van Bourh J, Wynne CDL. 2021. A Rapid Serial Reversal Learning Assessment for Age-related Cognitive Deficits in Pet Dogs. *Behavioral Processes*. DOI: 10.1016/j.beproc.2021.104375.
- Young-Mee K, Jong-Kyung L, Abd AM, Hwang SH, Lee JH, Lee SM. 2010. Efficacy of dog-appeasing pheromone (DAP) for ameliorating separation-realted behavioral signs in hospitalized dogs. *The Canadian Veterinary Journal La Revue vétérinaire canadienne* **51**: 380-384.