

# Resumé af projektundersøgelse om kroniske smerter, kæledyr og trivsel

Et andetårsprojekt på psykologistudiet, Aalborg Universitet

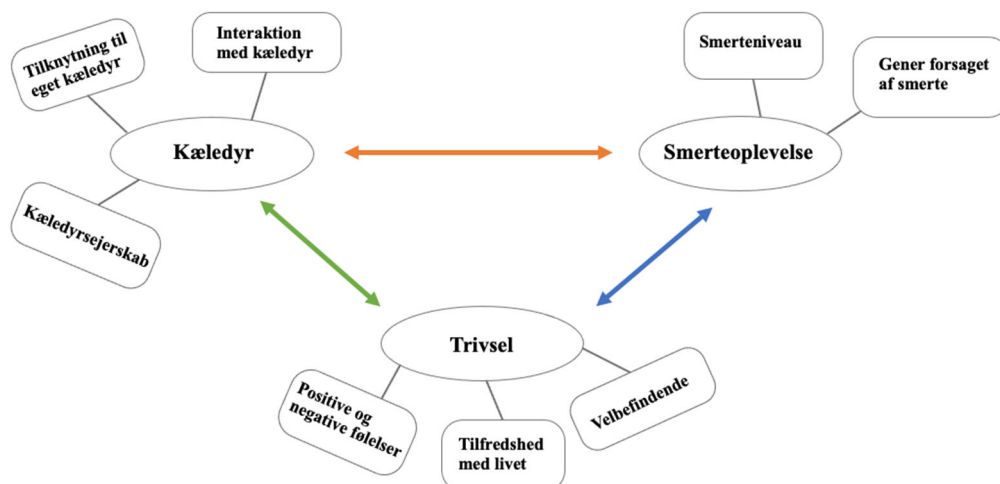
Af Lærke Andersen, Mathias Due og Mie Hede, med bistand fra vejleder Tia Hansen.

Vi interesserer os for, hvordan mennesker med kroniske smerter trives i hverdagen. Projektet havde også fokus på, om kæledyr spiller en rolle i forhold til trivsel og oplevelsen af smerte. Der findes international forskning inden for dette område, som viser varierende resultater. Nogle undersøgelser viser en tendens til, at kæledyr kan være nyttige, mens andre undersøgelser ikke finder dette. Det har derfor været interessant at afdække i en dansk sammenhæng, eftersom dette område ikke tidligere er undersøgt i Danmark.

## Hvordan blev undersøgelsen udført?

For at lave en dansk undersøgelse inviterede vi mennesker med kroniske smerter til at deltage i en spørgeskemaundersøgelse. Invitationen blev udsendt via Facebook-grupper, og 127 personer med kroniske smerter svar blev inddraget i undersøgelsen. 77 af disse personer er kæledyrsejere, hvilket svarer til 61% af den undersøgte gruppe. I gennemsnit har under 40% af de danske husstande kæledyr ifølge Danmarks statistik.

Vi undersøgte, om henholdsvis trivsel og kæledyr reducerer oplevelsen af smerter i hverdagen. Disse forhold undersøgte vi ud fra 2-3 vinkler. Smerteoplevelse blev undersøgt ud fra det oplevede smerteniveau, samt hvilke gener smerterne forårsagede i hverdagen. Kæledyr blev undersøgt ved at sammenligne kæledyrsejere med ikke-ejere, samt ud fra, hvor meget ejerne følte sig knyttet til og interagerede med deres dyr. Trivsel blev undersøgt ud fra deltagernes oplevelse af velbefindende, deres tilfredshed med livet og hvor ofte de oplevede positive og negative følelser. Dette er illustreret med figuren nedenfor, som viser undersøgelsens måleredskaber samt overordnede temaer. Vi fandt og anvendte etablerede måleredskaber for alle vinkler, undtagen ”Interaktion med kæledyr”, hvor vi brugte gennemsnittet af syv selvudviklede spørgsmål.



## Undersøgelsens resultater

Statistiske analyser blev udført for at afgøre, hvorvidt der var en sammenhæng mellem de overordnede temaer. Tabellerne herunder angiver sammenhænge og forskelle mellem de enkelte målinger. Fortolkninger baseret på yderligere analyser ses i den efterfølgende tekst.

### Er der forskel på deltagere med og uden kæledyr?

NA: Jo lavere gennemsnit, jo bedre. Alle andre: omvendt. Forskelstest: signifikansniveau sat til  $p < 0,05$  envejs.

	Har kæledyr ( $n=77$ )		Har ikke ( $n=50$ )		Forskel?		
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
<b>Smerter:</b>							
SF-36	25,45	15,35	20,70	13,31	1,80	<b>0,04</b>	<b>0,33</b>
PSEQ	26,45	10,75	24,10	9,75	1,25	0,11	-
<b>Trivsel:</b>							
WHO-5	38,65	18,48	32,24	14,28	2,20	<b>0,02</b>	<b>0,38</b>
NA	11,52	3,90	13,22	4,66	2,14	<b>0,02</b>	<b>-0,40</b>
PA	14,75	3,72	14,62	3,85	0,20	0,43	-
SWLS	16,56	7,01	16,14	7,14	0,33	0,37	-

### Hvad følges med hvad?

Parvise korrelationer (Pearson's  $r$ ); statistisk signifikante ( $p < 0,001$ ; envejstest) korrelationer er angivet med fed tekst

	Smerter ( $N=127$ )		Trivsel ( $N=127$ )				Forhold til kæledyret ( $N=77$ )	
	SF-36	PSEQ	WHO-5	NA	PA	SWLS	PAQ8	PIPS
SF-36	1	<b>0,551</b>	<b>0,417</b>	<b>-0,215</b>	<b>0,269</b>	<b>0,423</b>	0,088	-0,018
PSEQ		1	<b>0,617</b>	<b>-0,351</b>	<b>0,496</b>	<b>0,584</b>	<b>0,218</b>	0,019
WHO-5			1	<b>-0,451</b>	<b>0,664</b>	<b>0,593</b>	<b>0,225</b>	0,185
NA				1	<b>-0,437</b>	<b>-0,343</b>	0,126	0,066
PA					1	<b>0,633</b>	0,045	0,076
SWLS						1	0,150	-0,011
PAQ8							1	<b>0,541</b>
PIPS								1

### Smerter og trivsel

Undersøgelsen af sammenhængen mellem trivsel og smerteniveau viste, at reduceret smerteniveau fulgtes med større tilfredshed med livet og større velbefindende. Det fulgtes også med flere positive følelser og færre negative følelser, men den sammenhæng var svagere og kan være en afledt effekt.

Undersøgelsen af sammenhængen mellem trivsel og gener forårsaget af smerte viste helt samme mønster. Færre gener forårsaget af smerter viste stærk sammenhæng med både større tilfredshed med livet og højere grad af velbefindende. Det fulgtes også med flere positive og færre negative følelser, men den sammenhæng var svagere og druknede i de øvrige.

Resultaterne for undersøgelse af sammenhængen mellem trivsel og smerter var derfor entydigt, at der er en sammenhæng. Hvilken rolle, følelserne spiller, er mindre klar.

### *Smerter og kæledyr*

Ved undersøgelse af sammenhængen mellem kæledyrsejerskab og smerteniveau antydede resultaterne, at deltagere, der havde et kæledyr, oplevede reduceret smerteniveau. Mængden af gener forårsaget af smerte var imidlertid nogenlunde ens for deltagere med og uden dyr.

Inden for gruppen af kæledyrsejerne sås ingen sammenhæng mellem interaktion med dyret og hverken smerteniveau eller gener forårsaget af smerte. Tilknytning til dyret var heller ikke relateret til niveau af smerter, men større tilknytning fulgtes med færre gener af smerterne.

Resultaterne for undersøgelsen af sammenhængen mellem kæledyr og smerte var altså tvetydige.

### *Trivsel og kæledyr hos mennesker med kroniske smerter*

Forholdet mellem trivsel og kæledyrsejerskab blev desuden undersøgt. Resultaterne viste, at kæledyrsejerne havde bedre velbefindende og færre negative følelser end ikke-kæledyrsejerne. Grupperne var dog ikke forskellige med hensyn til tilfredshed med livet og graden af positive følelser. For kæledyrsejerne fulgtes tilknytning til dyret med højere velbefindende, men ikke med de øvrige udtryk for trivsel. Hvor meget, man interagerede med dyret, fulgtes ikke med nogen af trivselsmålene.

## **Samlet set**

Sammenhæng mellem oplevelse af smerter og trivsel i hverdagen er påvist i mange undersøgelser. Ikke overraskende fandt vi også det. Bedre trivsel og færre smerter fulgtes ad, næsten uanset hvordan det blev målt.

Alle deltagere blev rekrutteret via kanaler henvendt til mennesker med kroniske smerter. Vi undgik at nævne kæledyr i invitationen, da det ville appellere mest til dyrevenner og dermed give et skævt udvalg. Det er derfor overraskende, at andelen af kæledyrsejere var langt større blandt vores deltagere end i landsgennemsnittet. Det efterlader spørgsmålet, om mennesker med kroniske smerter hyppigere har kæledyr end mennesker uden kroniske smerter.

Litteraturen om kæledyrs mulige indflydelse på smerter og trivsel er tvetydig, og det samme blev vores fund. Der *kan* være tale om en lille positiv effekt af kæledyr, men hovedparten af de forventede sammenhænge kunne ikke påvises. På baggrund af resultaternes uklarhed er det ikke muligt at give en anbefaling af, om det er fordelagtigt at have et kæledyr, hvis man har kroniske smerter.