



12. Stress en stress signalen

Stress

- De therapeut of de patiënten-begeleider
 - beschouwt de kat niet als een oplossing voor alle kwalen of verantwoordelijk voor het geluk van de patiënt. Dergelijke onrealistische verwachtingen leggen onnodige druk op de kat wat tot stress kan leiden.
 - dwingt de kat nooit deel te nemen aan een sessie als hij tegenzin uitstraalt of geen plezier lijkt te beleven aan de sessies (Delta Society, 2012).
 - dwingt nooit de kat stil te blijven.
 - beschermt steeds de kat. Hij verwijdt het dier van stressvolle situaties zoals het foutief behandelen van de kat door de patiënt (IAHAIO, 2014).
 - zorgt dat elke sessie op tijd eindigt, namelijk voor dat de kat stress-signalen vertoont (Butler, 2004). Dit komt meestal overeen met een tijdsspanne van 45 minuten, maximum één uur (Iannuzzi et Rowan, 1997).
 - houdt de gedragssignalen van acute stress in het oog maar ook gedragssignalen van chronische stress die veroorzaakt kunnen worden door het te frequent of gedurende een te lange periode deel te nemen aan AAI sessies (Karatsoreos and McEwen, 2011).
 - vermijdt onvoorspelbaarheid en verlies van controle bij de kat (bv. regelmatig nieuwe katten in de groep introduceren, onvoorspelbare reacties van patiënt, ...) dat kan leiden tot chronische stress.
 - spreekt op een kalme en zachte toon om de kat rust te geven (Herron & Schreyer, 2014) in lichte stress-situaties.
 - vermijdt straffen of aversieve intonaties die kunnen leiden tot stress en hierdoor agressie kunnen uitlokken (Herron & Schreyer, 2014).
 - vermijdt plotse en harde geluiden (ook al zouden katten goed bevonden voor AAI dit aan moeten kunnen) (Haverbeke et al, 2008).
 - vermijdt ongepast en luid gedrag van anderen (ook al zouden katten goed bevonden voor AAI dit aan moeten kunnen) (Delta Society Evaluation Procedure).
 - vermijdt snelle en plotse bewegingen (Herron & Schreyer, 2014) (ook al zouden katten goed bevonden voor AAI dit aan moeten kunnen).
 - vermijdt de kat (te) stevig te knuffelen, in de ogen te staren of in directe lijn naar hem toe te gaan, wat bedreigend kan overkomen (ook al zouden katten goed bevonden voor AAI dit aan moeten kunnen).
- De kat:
 - De ervaringen van een kitten tijdens de eerste levensweken zijn cruciaal voor het leren omgaan met toekomstige stress-situaties (Foyer et al., 2013). Het wordt aangeraden kittens minstens 14 weken bij de moederpoes te laten om de kans op latere gedragsproblemen te verkleinen (Ahola, Vapalahti, & Lohi, 2017).
 - Het is belangrijk dat de katten hun eigen rustplaats (bv eigen kamer, tuin, ...) hebben waar ze zich steeds kunnen terugtrekken.
 - De kat moet altijd de kans krijgen zich uit de AAI situatie terug te trekken.



Zorgbeest

- Voor sommige katten kan het zeer stresserend zijn op de schoot van patiënten genomen te worden.
- Klassieke muziek heeft een ontspannend effect op katten (Herron & Schreyer, 2014).
- Fel en/of constant helder licht kan stresserend zijn voor katten (Herron & Schreyer, 2014).
- Vermijdt zoveel mogelijk koude en gladde vloerbedekkingen (Herron & Schreyer, 2014).
- De patiënt:
 - vermijdt plotse en harde geluiden (ook al zouden katten goed bevonden voor AAI dit aan moeten kunnen) (Haverbeke et al, 2008).
 - vermijdt snelle en plotse bewegingen (ook al zouden katten goed bevonden voor AAI dit aan moeten kunnen) (Herron & Schreyer, 2014).
 - vermijdt de kat (te) stevig te knuffelen, in de ogen te staren of in directe lijn naar hem toe te gaan, wat bedreigend kan overkomen (ook al zouden katten goed bevonden voor AAI dit aan moeten kunnen).
- De kuisploeg:
 - Gebruik reinigings- of behandelingsproducten met alcohol met mate omdat hun sterke geur een hevig aversie kan oproepen bij katten (Herron & Schreyer, 2014), zeker bij katten die een veel sterker geurvermogen hebben dan de mens.
- De project-verantwoordelijke:
 - Tip: hang posters op in de kamers, therapieruimte, wachtzaal,... betreffende het correct benaderen van een kat, het herkennen van stress-signalen ...

Aanvullende richtlijnen voor AAI in ziekenhuizen.

- Indien palliatieve patiënten afscheid wensen te nemen met hun eigen kat aan hun zijde, wordt dat niet aangeraden wegens te veel stress voor de kat en het groot risico dat de kat gedurende het volledig afscheidsritueel onder een meubel verborgen blijft.



Zorgbeest

Stress signalen in acute stress situatie

Lijst gedragingen

- Verhoogde alertheid tijdens rusten
- Verhoogde spiertonus
- Gedilateerde pupillen
- Ogen wijd open
- Plassen, markeren en ontlasten / diarree
- Beven
- Snelle ademhaling
- Mogelijks vocaliseren met sissen, grommen of spugen bij het benaderen van de kat
- Verbergen, in elkaar gedoken lichaamshouding, achterin in de kooi zitten
- Staart dicht tegen lichaam
- Oren plat
- Snorharen naar achter.

Ook wanneer de situatie van acute stress voorbij is (bv. een aanval van een andere kat) kunnen bij de kat bepaalde stress-gerelateerde gedragingen geobserveerd worden zoals:

- Zelfverzorging
- Het likken van de neus en mond
- Krabben met de klauwen van de achterpoot
- Hoofdschudden.
- Veltrekkingen over de rug

Deze lijst gedragingen is gebaseerd op de volgende referenties: Beerda et al., 1997, 2000; Horwitz et Mills, 2009; Pastore, 2011; King et al., 2011; Mc Cobb et al., 2005.



Zorgbeest

Schaal die het niveau van stress aanduidt

De aangepaste Cat Stress Score is een eenvoudig te hanteren instrument die de hoeveelheid stress van een kat weergeeft op basis van het gedrag.

Score	Lichaamshouding	Kop
1 Ontspannen	<p>Activiteit: slapen of rusten, alert of actief, kan spelen Lichaam: liggend op zij, op buik of zittend; indien rechtstaand is rug horizontaal Ademhaling: traag tot normaal Poten: gebogen; achterpoten kunnen volledig uitgestrekt zijn; indien rechtstaand uitgestrekt Staat: uitgestrekt of los gedrapeerd; indien rechtstaand naar boven of los naar beneden hangend</p>	<p>Kop: ligt op oppervlak of over lichaam, kan bewegen Ogen: dicht tot open; pupillen klein tot normaal Oren: normaal tot voorwaarts Snorharen: normaal tot voorwaarts Geluid: geen, spinnen</p>
2 Alert	<p>Activiteit: rusten, wakker of actief exploreren Lichaam: liggend op buik of zittend; indien rechtstaand is rug horizontaal Ademhaling: normaal Poten: gebogen; indien rechtstaand uitgestrekt Staat: op het lijf of naar achteren gekruld; indien rechtstaand naar boven of stijf naar beneden; kan bewegen</p>	<p>Kop: boven lichaam, kan bewegen Ogen: open; pupillen normaal Oren: normaal of gespitst naar voor of achter Snorharen: normaal tot voorwaarts Geluid: geen of miauwen</p>
3 Gespannen	<p>Activiteit: rusten of alert, kan actief exploreren, kan proberen te ontsnappen Lichaam: liggend op buik of zittend; indien rechtstaand is de achterhand lager dan de voorhand Ademhaling: normaal Poten: gebogen; indien rechtstaand zijn de voorpoten uitgestrekt en de achterpoten gebogen Staat: dicht bij het lijf; indien rechtstaand stijf naar beneden of naar voor gekruld, kan bewegen</p>	<p>Kop: boven lichaam of tegen lichaam gedrukt, geen of weinig beweging Ogen: wijd open of toegeknepen; pupillen normaal tot deels vergroot Oren: gespitst naar voor of achter Snorharen: normaal tot voorwaarts Geluid: geen of miauwen of klaaglijk miauwen</p>
4 Angstig	<p>Activiteit: alert, kan actief proberen te ontsnappen Lichaam: liggend op buik of zittend; indien rechtstaand is de achterhand lager dan de voorhand Ademhaling: normaal of snel Poten: onder lijf; indien rechtstaand zijn de poten gebogen Staat: dicht bij het lijf; indien rechtstaand kan hij naar voor gekruld zijn; puntje kan kwispelen</p>	<p>Kop: op zelfde niveau als lichaam, geen of weinig beweging Ogen: wijd open; pupillen vergroot Oren: deels plat gelegd Snorharen: normaal tot voorwaarts of achterwaarts Geluid: geen of klaaglijk miauwen; grommen, janken</p>
5 Bang	<p>Activiteit: bewegingsloos, alert, of sluipend Lichaam: liggend op buik of gehurkt op de poten; kan trillen; indien rechtstaand is het hele lijf dicht tegen de grond Ademhaling: snel Poten: onder lijf gebogen; indien rechtstaand zijn de poten gebogen tot vlak bij de vloer Staat: dicht bij het lijf; indien rechtstaand naar voor gekruld</p>	<p>Kop: dicht tegen de vloer, geen beweging Ogen: wijd open; pupillen volledig vergroot Oren: plat gelegd Snorharen: achterwaarts Geluid: geen of klaaglijk miauwen; grommen, janken</p>
6 Doodsbang	<p>Activiteit: bewegingsloos en alert Lichaam: gehurkt op de poten; trilt; vacht op rug en staart rechtopstaand Ademhaling: snel Poten: stijf of gebogen om groter te lijken Staat: dicht bij het lijf</p>	<p>Kop: lager dan het lichaam Ogen: wijd open; pupillen volledig vergroot Oren: plat gelegd tegen de kop Snorharen: achterwaarts Geluid: geen of klaaglijk miauwen; grommen, janken, blazen</p>



Zorgbeest

Stress signalen in chronische stress situatie

Lijst gedragingen

Indien een kat op lange termijn aan stress blootgesteld wordt, kan de kat aan chronische stress lijden en specifieke gedragingen uiten zoals hieronder vermeld.

Het is belangrijk dat de kat altijd in zijn geheel bekeken wordt. Het is de combinatie van verschillende gedragingen die tonen dat een kat aan stress lijdt, wat dikwijls moeilijk in te schatten is. Om u te helpen, stel u de vraag: “Constateer ik een algemene gedragsverandering bij mijn kat tussen vroeger en nu?”

- Vermindering van verkenningsgedrag
- Vermindering van sociaal gedrag
- Het wegblijven van spelgedrag
- Overmatig sexueel gedrag
- Vermindering van eetgedrag (anorexie) of overmatig eten
- Geregeld overgeven
- Algemene verdrukking van of net overmatig vertonen van onderhoudsgedrag zoals grooming, plassen en ontlasting
- Verhoging van agressief gedrag
- Verhoging van slaap gedrag
- Passief gedrag
- Minder gedragsvariatie (minder spel, minder nieuwsgierig)
-
- Overspronggedrag (=een gedrag uiten dat niet hoort bij de situatie. Dit gedrag komt voort uit het conflict van twee relevante gedragssystemen)
- Ze spenderen meer tijd in “gesloten” omgevingen.
- Er komen zelden stereotypieën bij katten voor. Wel zien we bij stress vaak urinewegproblemen optreden bij katten (FIC).

Deze lijst gedragingen is gebaseerd op de volgende referenties: Beerda et al. 2000; Horwitz et Mills, 2009; Rehnberg et al., 2015.