

HELSE

Tekst og foto:
HELENE MARIUSSEN

Fluffy terapi

Det er ikke lenger bare den berømte, myke ulla som er «big business». Nå brukes alpakaer stadig mer som terapidyr.

**BILDE-
TEKST:**
eostrum re-
henis sequi
blaut qui
sunt ma ne
pa iliquia qui
quae com-
nienderum
eaqui dolup-
tatin eostem
repera pre
nobit, enim
que plic tem



«Jeg opplever at alpakkabesøkene har gitt både glede og latter.»

GRO ANITA HALSTVEDT

Du har kanskje hørt om alpakkavandring – og sett bilder av kjendiser som poserer med de fluffy dyrene på Instagram?

Nå inntar alpakkene også eldre-entene.

– Møtet mellom mennesker og dyr frigjør mye positivt i kroppen, sier Bjørn Brændshøi mens han parkerer hos Høyås bo- og rehabiliteringssenter.

Sammen med kona Alexandra driver han alpakkagård på Sørums som tilbyr alpakkavandring. De siste årene har familiebedriften åpnet horisonten for hva man kan bruke alpakkene til. For bare noen måneder siden fikk Bjørn et litt spesielt oppdrag.

En guttegjeng i Oslo ville nemlig overraske kompisen sin til utdrikningslaget.

– Brudgommen ble lettere sjokkert da alpakkene hadde rigget seg til med høyhet i stuen hans, smiler han lurt.

I 2005 kom det 15 alpakkene til Norge. I dag er det mellom 4000-5000 dyr på gårder rundt om i landet, og dyrene blir stadig mer populære.

– De er så rolige og omgjengelige dyr for både barn og voksne, sier Bjørn.

Omtrent ukentlige får Bjørn bookinger fra eldre-entene og sykehjem som vil ha alpakkene på besøk, noen ganger oftere.

– Dyrene fungerer bra inne – foreløpig har ingen av dem gjort fra seg, ler han.

Bjørn og svigermor Gro Anita drar frem et gitter for å samle dyrene utenfor inngangen. Hun er med på å drive gården på Sørums. Nå har de fraktet åtte alpakkene i en stor dyretransportvogn - slik man frakter hest i.

Fire alpakkene skal være med inn, mens fire står ute. Så ruller de på dyrene.

Innenfor vinduene på Høyås kan man skimte lange øyne. Både ansatte og beboere skuer nysgjerrig mot inngangen.

– Jeg opplever at alpakkabesøkene har gitt både glede og latter, og at det får tankene til å vandre, sier Gro Anita. I dag hjelper hun til med å leie alpakkene rundt på Høyås.

– En gang tok vi med alpakkene inn til en eldre dame som ikke hadde smilt eller snakket på flere måneder, fikk vi beskjed om. Men da hun så alpakkene fikk hun mimikken tilbake i ansiktet, sier Gro Anita Halstvedt.

Bjørn og Gro Anita veileder dyrene inn i heisen. De fire alpakkene skal først besøke en gjeng i tredje etasje.

– Jeg tror det kan skape en del assosiasjoner. Noen har brukt alpakkullen til å strikke, for eksempel, eller noen har bodd på gård selv. Hos andre skaper det forundring og samtale, sier Gro Anita.

Mens alpakkene føres inn i fellesarealet er det flere som åpner øynene. Noen måper. En eldre dame legger hånden på en av al-

pakkene og klemmer tak i den myke ullen.

– Jeg har strikket mye med alpakkull, men aldri møtt en alpakk, smiler hun.

– **Både berøring av dyr** og det å se dyret i rommet, kan ha en beroligende effekt.

Det sier Ingeborg Pedersen, førsteamanuensis Institutt for folkehelsevitenskap på NMBU. Hun har forsket på helsefremmede aktiviteter, blant annet hvordan hundebesøk gir positiv helseeffekt for eldre.

– Man har sett at blodtrykk og hjerterefleks går ned. Stresshormoner, som kortisol, blir også redusert i møte med dyr. →



BILDETEKST:

eostrum rehenis sequi blaut qui sunt ma ne pa iliquia qui quae comnienderum eaqui doluptatin eostem repera pre nobit, enim que plic tem



**BILDE-
TEKST:**
eostrum re-
henis sequi
blaut qui
sunt ma ne
pa iliquia qui
quae com-
nienderum
eaqui dolup-
tatin eostem
repera pre
nobit, enim
que plic tem



BILDETEKST:
eostrum rehenis sequi blaut qui sunt ma ne pa iliquia qui quae comnienderum eaqui doluptatin eostem repera pre nobit, enim que plic tem

«Jeg tenker at alt av aktiviteter med dyr kan være positivt. Det gir trøst, varme og nærhet.»

INGEBORG PEDERSEN, FORSKER



BILDETEKST:
eostrum rehenis sequi blaut qui sunt ma ne pa iliquia qui quae comnienderum eaqui doluptatin eostem repera pre nobit, enim que plic tem

Forskningen hennes viser at assistert aktivitet med dyr kan ha en positiv påvirkning på eldres helse.

– I vår forskning har vi sett at det blir mer sosial interaksjon mellom menneskene med dyr tilstede. Folk får mer kontakt med hverandre.

Pedersens forskning har fokusert mest på mennesker med demens, som ofte har vanskelig med å ordlegge seg, forklarer hun.

– Da kan det å snakke om et dyr være enklere. Har du kognitive utfordringer trenger du ikke si vanskelige setninger for å fortelle hvor morsom en hund er.

Forskning viser at livskvaliteten for personer på sykehjem ofte går ned over tid. Men eldre som bodde på sykehjem med tiltak med hund opprettholdt sin livskvalitet – også i etterkant da dyrebesøkene tok slutt.

– Kan alpakaene ha samme effekt?

– En har sett liknende betydning også av andre dyreslag enn hund, så jeg tenker at alt av aktiviteter med dyr kan være positivt. Det gir trøst, varme og nærhet og det har noe sosialt for seg.

Ferden på Høyås går videre til både andre og første etasje med heis og trapp, før den går til et fellesareal på andre siden av huset.

Brått stopper en av alpakaene opp. Det gjør at resten også holder igjen. Det er tydeligvis noen som kunne tenke seg en pause.

– Jeg tror vi gjorde riktig i å ha med oss mange alpakaer. Her var det mange rom, kantiner og fellesareal å besøke, sier Bjørn. →



BILDETEKST:
eostrum rehenis sequi blaut qui sunt ma ne pa iliquia qui quae comnienderum eaqui doluptatin eostem repera pre nobit, enim que plic tem



BILDETEKST:
eostrum rehenis sequi blaut qui sunt ma ne pa iliquia qui quae comnienderum eaqui



«Alpakkaer er nysgjerrige dyr, så ofte tar de oss fremover uten at vi behøver lede dem.»

BJØRN BRÆNDSHØI

Alpakkaene er nemlig flokkdyr og liker å holde seg nær hverandre mens en av dem tar ledelsen. Stopper en, stopper alle. Bjørn og Gro Anita leder dem ut for et lite vaktskifte.

Første gang Sørum-alpakkaene dro på besøk til et eldrecenter var rundt 2019. Bjørn hadde vist frem dyrene på alpakkautstilling, da en som jobbet som ansvarlig for aktiviteter på et eldrecenter kom bort.

De ville ha alpakkene på besøk.

Dyrene var vant til å gå tur med mennesker, men ville de fungere inne også?

- Det gikk så bra! Både for ansatte, beboere og pårørende, sier han.

- Men det krever mer av dyrene inne enn på jordet, så klart.

- For hvordan trives egentlig alpakkene i menneskets selskap?

- Det har vært en naturlig progresjon, med flere møter med mennesker ble de mer trent og vant til mennesker.

Bjørn forteller at likevel må alt skje på dyrenes premisser.

- Det betyr at de først og fremst alltid er sammen med andre alpakkene for å ivareta tryggheten flokken gir. Dermed lar vi de utforske i eget tempo.

- Alpakkaer er nysgjerrige dyr, så ofte tar de oss fremover uten at vi behøver lede dem.

Dagen på Høyås er over. Bjørn og Gro Anita fører dyrene tilbake i vognen - det er på tide å ta dem med hjem, hvor det finnes hele 110 alpakkene.

- Og 25 «in the making» som fødes i løpet av sommeren, forteller Bjørn.

- Hvilket inntrykk sitter dere igjen med etter dagens besøk?

- Det at enkelte beboere nærmest fulgte oss rundt, og tydelig ønsket å tilbringe tid med alpakkene, gjør alltid inntrykk. Det vil alltid være noen som er mindre opptatt av dyrebesøk enn andre, men jaggu klarer alpakkene stadig å samle rekordmange beboere. Dette opplever vi til gangs! ●

helene.mariussen@vg.no



BILDETEKST:

eostrum rehenis sequi blaut qui sunt ma ne pa iliquia qui quae commieui sunt ma ne pa iliquia qui quae commienderum eaqui doluptatin eostem repera pre nobit, enim que plic tem



BILDETEKST:

eostrum rehenis sequi blaut qui sunt ma ne pa iliquia qui quae commieui sunt ma ne pa iliquia qui quae commienderum eaqui

BILDETEKST:

eostrum rehenis sequi blaut qui sunt ma ne pa iliquia qui quae commieui sunt ma ne pa iliquia qui quae commienderum eaqui doluptatin eostem repera pre