

(97)

## تربية الحيوان المنزلي أمر صحي

بعض الأمور في هذه الحياة تعد مصادر للراحة وتحقيق المتعة. أحد هذه المصادر الحيوان المنزلي. تمدنا الحيوانات المنزلية بالحب المطلق وبنوع من المسؤولية ثابت وإيجابي، وتقدم لنا الراحة بغض النظر عن أي شيء آخر قد يحدث في حياتنا. وبالتالي نصبح أكثر صحة عندما نعيش مع الحيوانات المنزلية.



شاركت ويندي حياتها مع الكلاب منذ زمن بعيد. "عند عودتك إلى المنزل من العمل بعد يوم شاق وطويل، من أول فرد في العائلة يستقبلك عند الباب؟ في منزلي كان آرثر يقوم بذلك، كلب الصيد الأيرلندي. يقفز على رجليه فوق وتحت ويدور دوراناً سريعاً. وينبح. وينظر إلينا بأعين محبة تدل على ذلك بمجرد عبوره أمام الباب الأمامي، لقد جعلناه أسعد كلب في العالم"، تقول ويندي.

بينما كانت تعتقد أن كلبها هو مصدر الحب بالنسبة لها، لم تفكر مطلقاً أنه مصدراً للصحة أيضاً. إلا عندما وصف الطبيب لصديقة لها أن تربي كلب كنوع من العلاج لمرض السرطان.

قرأت ويندي مواضيع متعددة عن الحيوانات المنزلية وعلاقتها بالصحة. "ذكر حوالي 97% من أصحاب الحيوانات المنزلية في دراسة أن حيواناتهم تجعلهم بيتسمون على الأقل مرة في اليوم. ويعتقد 76% منهم أنها تخفف من مستوى الإجهاد في حياتهم. كما أن الأشخاص الذين يعيشون مع الكلاب تكون زيارتهم للطبيب أقل حتى من الأشخاص الذين لا يعيشون معهم".

في حين كانت تحب وتقدر كلبها الأيرلندي دائماً، كانت تشعر بأنها مدينة له أكثر. "كنا نعتبره كلب حراسة للمنزل، ولكنه كلب حراسة على صحتنا أيضاً".



تقل احتمالية تعرض أصحاب الحيوانات المنزلية لارتفاع ضغط الدم بـ 15% عن الأشخاص الذين لا يملكون حيوانات منزلية، وذلك وفقاً للباحثين في جامعة ولاية نيويورك في بافلو.

