

# Parhaat ystävämmme

Eläinkaveri tuo seuraa ja piristystä ja voi auttaa ylös masennuksesta, kertovat lukijamme. Lemmikin hoivaaminen laskee tutkitusti stressitasoa. Mutta voiko lemmikkiä inhimillistää liikaa?

PIRITTA PALOKANGAS

## STRESSITASO ALAS, MELIHYVÄHORMONIT YLÖS

Lemmikkien merkitys ihmisen psyykkiselle hyvinvoinnille on nykytiedon mukaan kiistaton. Mielihyvähormonit nousevat, kun ihminen silittää esimerkiksi koira.

– Tutkimuksissa on todettu, että kun lemmikin kanssa viettää aikaa, stressitasot laskevat, kansatieteen tutkijatohtori **Jussi Lehtonen** Turun yliopistosta kertoo.

– Eläin ei arvostele ihmistä vaan ottaa hänet sellaisena kuin hän on.

Myös lemmikin stressitasot laskevat, kun se saa viettää aikaa rakkaan ihmisen kanssa.

Koiria ja kissoja hyödynnetään yhä enemmän erilaisina avustajaeläiminä. Eläin rauhoittaa levotonta koululuokkaa, samoin vankiloissa eläinten hoitamisella on vankeihin rauhoittava vaikutus.

Ikäihmiselle lemmikki on hyvä kaveri, sillä se aktivoi fyysisesti. Ihminen ottaa myös aktiivisemmin vastuuta omasta elämästään, kun hänellä on eläin hoidettavana. Mitä enemmän eläinten tunteita ja mielenliikkeistä saadaan tutkimustietoa, sitä enemmän niitä saatetaan pitää tasarvoisina ihmisten kanssa.

– Nykyään tiedetään, että monilla eläimillä on aivan samanlaisia perustunteita kuin ihmisillä: ilo, suru, pelko, kipu tai hoi-vaamistunne.

Lehtosen mielestä on hyvä asia, jos lemmikit

saavat perheenjäsenen aseman, mutta niitä ei silti pitäisi inhimillistää.

– Hyvä esimerkki on eläinten pukemisen vaatteisiin. Se tehdään usein vain ihmisen iloksi.

Inhimillistäminen voi näkyä myös eläimen lajityypillisen käyttäytymisen rajoittamisena.

– Lemmikiltä voidaan odottaa liikoja: kun se ei ymmärrä heti, mitä ihminen haluaa, sille saatetaan suuttua. Eläintä siis inhimillistetään siirtämällä sille ihmisten kyky ja ymmärrys ympäröivistä tapahtumista. Oletetaan, että eläin reagoi niihin kuten ihminen reagoisi. Vaikkapa koiran kouluttamisessa onnistuu kaikista parhaiten, kun hankkii tietoa siitä, miten koira näkee ja kokee maailman.

Nykyään lemmikin kuolemaa voidaan surra samalla tavalla kuin läheisen ihmisen menetystä. Aiemmin lemmikin menetykseen liittyvää surua väheksyttiin ja saatettiin jopa piilotella.

– Nykyään saa surra ilman, että sille naureskellaan. Ja miksi padotakaan tunteita syvälle? Rakkaalle lemmikille voi jättää hyvästit kuten läheiselle ihmiselle.

Lehtonen on myös tulevaisuudentutkija. Hän on nähnyt, miten tekoälyä kehitellään ihmisten tarpeisiin.

– Tulevaisuudessa voi olla lemmikkeinä robottieläimiä, jotka reagoivat kosketukseen kuin oikeat eläimet ja tuntuvat oikeilta eläimiltä, mutta niitä ei tarvitse ulkoiluttaa, ne voi jättää pitkäksi aikaa yksin eivätkä ne kuole ikinä. 🐾



Kaikkien elämään lemmikki ei sovi. "Matkustelomme niin usein, että koira joutuisi olemaan paljon hoidossa kodin ulkopuolella, enkä pidä sitä eläimelle hyvänä asiana."

## MIKSI SINULLA ON LEMMIKKI?

**61 %** Minulla on ollut aina lemmikkejä. Ne ovat kuin perheenjäseniä ja kuuluvat elämäni.

**14 %** Halusin elämäni uutta sisältöä, ja lemmikin seura on tuonut sellaista.

**13 %** Lapset halusivat hankkia lemmikin.

**12 %** Jokin muu syy, mikä? "Miehen mukana tuli aikanaan koira, ja siitä tuli hyvä perheenjäsen."

"Eläin opettaa paljon läsnäolotaitoja, tuo merkitystä ja iloa elämään ja on ihana luontainen liikuttaja ja tauottaja, jos esimerkiksi tekee töitä kotona."

## MIKÄ ON PARASTA LEMMIKISSÄ?

- 34 %** Lemmikin silittely ja läheisyys lohduttavat ja piristävät mieltä, jos itsellä on paha päivä.
- 29 %** Siitä saa seuraa, en ole koskaan yksin.
- 21 %** Lemmikki tekee minusta aktiivisemmän, ja liikun enemmän sen ansiosta.
- 9 %** Lemmit opettavat lapsille empatia- ja hoivaus-taitoja.
- 7 %** Jokin muu "Lemmikki pelasti henkeni, kun kärsin pahasta masennuksesta ja itse-tuhoisuudesta."



Ellei muuta mainita, lähde on Annan lukijajaneeli. Paneeli muodostuu noin tuhannesta aktiivisesta Annan lukijasta.



**TOP3**  
**SULOISIMMAT JULKKISLEMMIKIT**



**36%**

Tasavallan presidentti **Sauli Niinistön** ja rouva **Jenni Haukion** Lennu-koira. Bostonin-terrieri on sympaattisella olemuksellaan saanut huomiota myös ulkomaisessa mediassa.

**25%**

Meteorologi **Pekka Poudan** Sini-koira on somejulkkis. Terhakan border-terrierin omalla Instagram-tilillä on yli 5 000 seuraajaa.

**14%**

Presidentti **Tarja Halosen** Meggi-kissa. Venäjän pääministeri **Dmitri Medvedeviltä** lahjaksi saadussa siperialaisessa metsäkissassa on emäntänsä mukaan räiskyvä kissaenergiaa.

# 800 000 koira

asusti suomalaisissa kotitalouksissa vuonna 2016. Kissoja oli noin 600 000. Koko maailman mitakaavassa Suomi on yksi niistä maista, joissa on väkilukuun suhteutettuna eniten koiria.

Lähde: Tilastokeskus.

**SUOMESSA ON** tällä hetkellä noin 500 000 rotukoira. Suosituin rotu on **labradorinnoutaja**, jonka pentuja rekisteröitiin vuonna 2017 ennätyselliset 2 125 kappaletta.

Lähde: Kennelliitto.



## MITKÄ ASIAT OVAT TYÖLÄITÄ LEMMIKIN HOIDOSSA?

**37%** Ulkoiluttaminen säässä kuin säässä, päivittäin.

**33%** Jätösten siivoaminen.

**24%** Kouluttaminen.

**11%** Ulkonäön trimmaus.

**22%** Jokin muu, mikä? "Hoidon järjestäminen, kun on itse pois kotoa."

Vastausten summa on yli sata prosenttia, koska vastaajat saivat valita useamman kuin yhden vastausvaihtoehdon.

## MIKÄ LEMMIKKI SINULLA ON TÄLLÄ HETKELLÄ?

Vastausten summa on yli sata prosenttia, koska vastaajat saivat valita useamman kuin yhden vastausvaihtoehdon.



**65%**  
Koira.



**40%**  
Kissa.



**7%**  
Akvaario-  
kaloja.



**3%**  
Kani.



**3%**  
Hamsteri.



**7%**  
Jokin muu, mikä?  
"Kilpikonna."

*"Lemmikki kannattaa valita sekä isännän että eläimen luonteen mukaisesti. Ekstrovertit ja introvertit eivät kohtaa samalla tavalla. Parasta olisi jos eläin voisi valita ihmisen."*

tutkijatohtori Jussi Lehtonen



41%  
koiran tai kissan omistajista nukkuu sen kanssa samassa sängyssä.

"Koirani nukkuu joko sängyn jalkopäässä tai ihanasti minun kainalooni kápertyneenä."

"Se on ehdoton ei. Koirallamme on myös niin paljon karvaa, että se ei edes viihdy lämpimässä. Karvat, hiekka, punkit yms. sängyssä, ei kiitos."



**2,4**  
**MILJOONAA**  
**SEURAAJAA**

Instagramissa on maailman kuuluisimmalla kissalla, amerikkalaisella Grumpy Catilla.

## Youtubessa ON YLI 2 MILJOONAA KISSAVIDEOTA.



**LEMMIKIN MUISTO SÄILYY**  
"Kun olin lapsi, minua kiusattiin koulussa. Kotona koira oli varma lohduttaja ja aina näytti, kuinka tärkeä olin sille. Se pani pään polvelleni, kun itkin, ja varovasti heilutti häntäänsä hiljaa. Se eli lähes 14-vuotiaaksi. Kun

minulla on suruja, tulee tuo ensimmäinen koirani uniini lohduttamaan!"

"Kissani eli kanssani reilut 15 vuotta. Hän lähti muille metsästysmaille jo 12 vuotta sitten. Ikävöin karvaista ja kehäävää perheenjäsentä vieläkin."

"Kun lääkäri suosittelee eutanasia, ei saa jäädä kokeilemaan, jos lemmikki kuitenkin tulisi paremmaksi. Se on ajattelematonta ja itsekästä. Lemmikin on annettava mennä, kun on sen aika; se on viimeinen palvelus ystävälle!"