

Dieren met psychische stoornissen:
ze bestaan (en kunnen in therapie)

Dier op de divan

Een coyote die niet weet hoe je vrienden maakt. Een hond die achter de gordijnen duikt als hij uit moet. Een fret met een winterdepressie. Ja echt, ook dieren kunnen psychische klachten hebben.

TEKST LOTTE STEGEMAN





Bevindt deze hond zich ergens in het autistisch spectrum? Of is het toch een gevalletje ADHD?

Oké, praten kunnen ze niet en dat maakt het vaak knap ingewikkeld om vast te stellen wat hen mankeert. Maar dat psychische stoornissen niet alleen voorkomen bij onze diersoort, daar steekt Marc Bekoff zijn hand voor in het vuur. En de gepensioneerd hoogleraar ecologie en biologie en auteur van onder meer *The Emotional Lives of Animals* kan het weten. Hij bracht een groot deel van zijn carrière door in de bosjes, om sociaal gedrag van dieren te observeren. Ruim acht jaar, in totaal meer dan 4500 uur, volgden hij en zijn collega-onderzoekers coyotes in Grand Teton National Park in de Amerikaanse staat Wyoming. 'We gaven alle coyotes namen, ik herkende ze allemaal. Het signaleren van schommelingen in de gemoedstoestand van een dier werkt net als bij je vrienden. Als je ze niet goed kent en niet vaak ziet, mis je subtiele veranderingen', vertelt Bekoff. 'Ik herinner me nog coyotepup Harry. Hij had geen benul van hoe hij moest spelen. Hij probeerde het soms, maar de rest reageerde er niet op. Harry lás de andere dieren niet. Misschien had hij wel coyote-autisme.' Soms is de reden van afwijkend gedrag duidelijk. 'Dat olifanten en mensapen lang kunnen rouwen om overleden familieleden is bekend. Een sterfgeval, een kleintje dat het nest verlaat, een gevecht: het zijn allemaal oorzaken voor een radicale gedragsverandering bij dieren. Van vrolijk naar teruggetrokken, tot stoppen met spelen of eten, veel slapen. Net als bij mensen.'

Handige labels

Depressie, autisme, ADHD: voor ons zijn het handige labels om vast te leggen wat er mis is. Volgens Bekoff geldt dat voor dieren net zo goed. 'Sommige mensen zijn cynisch. Ze zeggen: dat is antropomorfisme (menselijke eigenschappen toekennen aan niet-menselijke wezens, red.). Dat kan wel waar zijn, maar het is de enige blik die we hebben. En de hersenen van zoogdiersoorten verschillen onderling, maar grofweg werken ze wel op dezelfde manier. Waarom zouden wij dan psychische problemen kunnen hebben en andere dieren niet?'

Overigens reikt Bekoffs interesse op dit vlak verder dan alleen zoogdieren.

Zo volgde hij de afgelopen jaren het onderzoek dat





Olifanten zijn groepsdieren. Heeft er eentje moeite met sociaal gedrag, dan is dat slecht nieuws voor zijn overlevingskansen.

› is gedaan naar het gevoelsleven van vissen, en kwam hij tot de conclusie dat ook dat onmiskenbaar emotionele wezens zijn, die pijn kunnen voelen. Dat die pijn ook geestelijk kan zijn, sluit hij zeker niet uit. De inmiddels 74-jarige emeritus hoogleraar besteedde ook tijd aan het bestuderen van hondengedrag, en doet dat nog steeds. Eind 2019 verscheen in Nederland *Hondboezemingen*, de vertaling van zijn boek *Canine Confidential*. Daarin geeft Bekoff meer inzicht in hoe honden in elkaar steken. Waarom vertonen ze het gedrag dat ze vertonen? Wat weten we inmiddels van

“Als een wild dier psychisch niet in orde is, overleeft hij het niet of hij krijgt geen jongen

wat er in hun hoofd en hart omgaat? Hij benadrukt dat honden een gevoelsleven hebben dat dieper gaat dan de meeste mensen vermoeden. ‘Honden en andere dieren hebben hun eigen talen. Dat die niet lijken op die van mensen, betekent niet dat ze geen rijke en diepe emoties voelen.’

Rariteitenkabinet

Ook gedragsbioloog Claudia Vinke van de Universiteit Utrecht verdiept zich al jaren in die ‘taal’ van dieren. Samen met een dierenarts en een ‘menspsycholoog’ werkt ze sinds 2002 in de universitaire Gedragskliniek voor Dieren. Op jaarbasis ziet ze honderd tot 120 patiënten: de teller staat nu op zeker 1700. Vinke ontfermt zich over honden en katten, haar collega ziet vooral papegaaien. ‘Dierenartsen verwijzen dieren door’, legt Vinke uit. ‘Wij krijgen de ernstigste probleemgevallen waar dierenartsen en eerstelijns gedragstherapeuten niet uitkomen. Enorme angst, agressie, depressie. En het rariteitenkabinet van dwangstoornissen, mogelijke autismespectrumstoornissen, ADHD, dementie...’

Scheef boompje

Vinke en haar collega's werken volgens een vast patroon. Eerst moet worden onderzocht of de gedragsproblemen een lichamelijke oorzaak hebben. Dan gaan ze terug naar het allereerste begin: genetica. Hoe staken vader en moeder in elkaar? Broertjes en zusjes? En de eerste levensfase van dieren is cruciaal voor hun psychische ontwikkeling. Hoe was de moeder-kindrelatie? En hoe waren de eerste weken? 'De belangrijke socialisatiefase ligt bij een hond bijvoorbeeld tussen de drie en twaalf weken na de geboorte', weet Vinke. 'In de fase die erop volgt, tot zes maanden, doe je dunnetjes over

Bange Bux

Baasje Jolanda van Eijk ging met Bux (3) naar de therapeut, want er was overduidelijk iets mis met hem. 'Hij was heel angstig en je kon geen contact maken.' Zodra Van Eijk aanstalten maakte om hem uit te laten, dook Bux achter de gordijnen. Eenmaal buiten poepte en plaste hij tegelijk en sprintte hij terug naar huis. Van Eijk zocht hulp bij een dierengedragstherapeut, die constateerde dat hij een angststoornis heeft. De hond kreeg medicatie, ging op geluidstherapie en zijn riem kwam voortaan tevoorschijn onder begeleiding van een snoepje. 'We gaan nooit een Bux krijgen zonder angst. Maar nu snuffelt hij, gaat achter eenden aan en speelt met andere honden. Hij is een echte hond geworden.'



Bij een fret met een winterdepressie hebben we lichttherapie overwogen

wat ze in de eerste weken leerden. En als een boompje scheef geplant is, dan kun je stutten en hulpmiddelen inzetten. Maar helemaal recht krijg je het nooit.' Vinke hanteert voor al haar patiënten waar mogelijk dezelfde aanpak. Of het nou gaat om een hond, een papegaai of een paard. Ook zij sluit emoties, en dus ook gedragsproblemen, voor bijna geen enkel dier uit, of het nou gaat om een zoogdier, vis, reptiel, amfibie of misschien zelfs wel insect. 'Vroeger dachten we: dieren hebben geen emoties', zegt Vinke. Een enkele wetenschapper is nog altijd sceptisch, maar het worden er steeds minder. Volgens Bekoff en Vinke is er inmiddels dan ook meer dan genoeg bewijs van het tegendeel. 'Dat een dier lijdt, kun je observeren. Dat het angst heeft ook', zegt Vinke. 'Mijn collega's en ik geven het dier het voordeel van de twijfel. We snuffelen regelmatig in de DSM, het stoornissenhandboek voor mensen. Niet omdat alles daaruit op dieren geprojecteerd kan worden. Maar ik houd wel met alles rekening.'

Kat met ADHD

Lily is de eerste kat die van Vinke de diagnose 'mogelijk ADHD' kreeg. Ze sliep drie à vier uur per dag, terwijl een kat normaal zestig tot zeventig procent van de tijd inactief is. 'Ze was continu bezig. De wc doortrekken, planten uitgraven, het was een stuiterbal.' Lily's eigenaren werden knettergek. Vinke ging met ze op zoek. Kreeg de kat genoeg beweging? De juiste voeding? Kon de aandoening genetisch zijn? En hoe was haar band met haar moeder? 'Als jouw moeder goed voor je zorgt, heb jij een beter stresssysteem. Zo niet, dan ben je waarschijnlijk onrustiger', legt ze uit. Een dier dat hyperalert op spreekuur komt, kan dat ook zijn doordat die eerste levensfase niet ideaal was. 'Dan lijkt het wel op ADHD, maar is het dat niet.' Met de band tussen Lily en haar moeder was niets mis. Haar symptomen leken verdacht veel op ADHD. En dan? Wat moet je met zo'n diagnose? 'Uiteindelijk is die keus aan de eigenaren', zegt Vinke. Lily's baasjes besloten de kat een buitenren te geven en te wachten tot met het ouder worden het scherpe randje eraf zou gaan. Een drukke bordercollie die bij Vinke op consult kwam, kreeg onder begeleiding van een dierenarts wel ritalin voorgeschreven: het medicijn dat veel mensen met ADHD gebruiken. 'Het werkte een tijd, tot de eigenaren >

- › na een jaar of twee weer aan de lijn hingen. De hond verviel in het oude gedrag. Het interessante is: ook bij veel mensen die ritalin gebruiken, zie je dat na een tijdje de werking afneemt.’

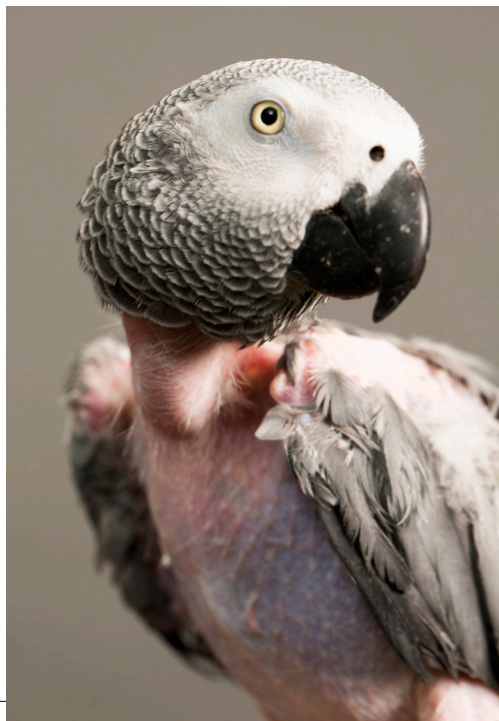
Hond in een bubbel

Wat Vinke regelmatig in haar praktijk ziet, zijn honden met de kenmerken van autisme. ‘Bewijzen kunnen we het niet, we zitten nu op het niveau ‘het lijkt er sterk op.’ De symptomen komen overeen met die van autismespectrumstoornissen bij mensen. De dieren gaan geen sociaal contact aan en maken geen oogcontact. ‘Bij deze honden hebben we uitgesloten dat het angst is. Het interesseert ze gewoon niet. Moeilijk voor de eigenaar. Die wilde een hond om de warme band, nu heeft hij er een die in een bubbel zit.’

Genetisch beschadigde papegaai

Regelmatig kloppen eigenaren van papegaaien aan bij de Gedragskliniek in Utrecht. Veel van deze sociale dieren, die vaak zonder soortgenoten leven, vertonen verenplukgedrag: een teken van stress, verveling en eenzaamheid. Onderzoek uit 2014 aan de Universiteit voor

Diergeneeskunde in Wenen toonde aan dat bij eenzame grijze roodstaartpapegaaien zelfs genetische schade zichtbaar is. De wetenschappers zagen dat aan de telomeren van de vogels: stukjes DNA aan de uiteinden van hun chromosomen. Bij papegaaien die alleen leefden, waren die telomeren verder afgesleten dan bij soortgenoten van dezelfde leeftijd die leefden in koppeltjes.



Benji is dement

Sinds afgelopen mei is de elfjarige Benji steeds vaker onrustig, terwijl er geen prikkels zijn om onrustig van te worden. Midden in de nacht zwerft de hond door het huis en gaat hij graven. ‘Elke paar dagen krijgt Benji een aanval van angst en onrust’, vertelt zijn baasje Dioné Bink. ‘Hij heeft dan een glazige blik en is nog aanhankelijker dan anders, maar je dringt niet tot hem door.’ Soms staat de hond ‘s nachts ineens naast het bed van zijn bazin te graven. ‘Dag en nacht draait hij om, overdag ligt hij rozig in het zonnetje.’ Toen Bink eind september zag dat Benji een stopcontact uit de muur had uitgegraven, sloeg ze alarm. De dierenarts onderzocht en concludeerde: dit is niets lichamelijks. Benji werd doorverwezen naar de Gedragskliniek in Utrecht. Daar werd de voorzichtige diagnose dementie gegeven. De symptomen komen grotendeels overeen met die bij mensen. Benji krijgt medicijnen tegen de onrust. Bink: ‘We zorgen voor structuur en spelen hondenspelletjes om zijn brein te trainen.’ Ze is opgelucht. ‘We weten nu wat onze lieve, oude Benjamin mankeert.’

Een eigenaar vertelde Vinke over zijn hond die niet tegen verandering kon. ‘Verschoof hij een lamp in de woonkamer, dan was zijn huisdier weken van het padje.’ Er was ook een hondje dat het liefst altijd hetzelfde rondje om de kerk liep. Zijn baasje wilde hem soms een plezier doen, door hem mee naar het strand te nemen. Spanning, slapeloosheid en een herstel van weken waren het gevolg. Zodra Vinke bij zulke honden voorzichtig de stoornis autisme noemt, zijn veel baasjes opgelucht. Ze weten wat er aan de hand is en wat ze te doen staat: rust, structuur en regelmaat bieden. Vinke: ‘Ze nemen hun lieve, kleine autist zoals-ie is.’

Alle dieren welkom

Honden en katten zijn de meest geziene dieren op het spreekuur. Maar wat als je schildpad of slang autistische trekken vertoont? 'Alle dieren zijn welkom', zegt Vinke. Ze herinnert zich een fret die zich op de poli meldde. Hij bleek last te hebben van een seizoensgebonden depressie. In de winter was hij boos, bang en bijterig, in de zomer vriendelijk en vrolijk. 'We hebben een lichttherapietje overwogen. Maar de eigenaar besloot: onze fret is oké zoals hij is.'

De baasjes van een stinkdier dat repeterende bewegingen vertoonde, kregen het advies hem mentaal en fysiek meer uit te dagen. Vinke: 'Hij vertoonde gedrag dat je veel bij dierentuindieren ziet: continu heen en weer lopen. In het wild moeten ze veel puzzelen om aan eten te komen. In gevangenschap verveelt een stinkdier zich rot en liggen de gedragsproblemen op de loer.'
Komen depressies en andere stoornissen onder dieren

“Prozac is een van de middelen die een depressieve papegaai kan krijgen

in het wild, waar ze hun natuurlijke gedrag vertonen, dan ook minder voor dan bij dieren in gevangenschap? Hoogstwaarschijnlijk. Het mechanisme van natuurlijke selectie is daar ook sterker. Als je als wild dier psychisch niet in orde bent, zegt Vinke, overleef je het niet. Of je komt niet tot voortplanting. Bekoff voegt eraan toe: 'Als mensen en honden geestelijk kunnen lijden, dan kunnen andere dieren dat ook. Wild dier of geen wild dier.' Vinke concludeert: 'Ik zeg altijd: niks menselijks is een dier vreemd.' Q

psychologie@quest.nl

Van mensapen is vastgesteld dat ze ondersteboven kunnen raken als een naaste overlijdt. Olifanten rouwen trouwens ook.

