



PTSS-hulphond

Hulphond Nederland

*Een PTSS-
hulphond voor
stressvermindering
en een betere
kwaliteit van leven*



HULPHOND.NL

Een PTSS-hulphond voor stressvermindering en een betere kwaliteit van leven

In Nederland leven naar schatting meer dan driehonderdduizend mensen met een posttraumatische stressstoornis (PTSS). Duizenden van hen lijden daar in het dagelijks leven onder. Nachtmerries, herbelevingen van afschuwelijke gebeurtenissen en snelle stressopbouw zorgen ervoor dat zij sociale contacten vermijden en soms zelfs niet eens meer naar buiten durven. Een PTSS-hulphond kan uitkomst bieden.

Signaleringshond

Een PTSS-hulphond is een signaleringshond met een extra zintuig voor stress die wordt veroorzaakt door traumatische ervaringen. Deze hulphond helpt veteranen en andere geüniformeerde beroepskrachten, zoals politiemensen, ambulancepersoneel en brandweerlieden. Een PTSS-hulphond is in de eerste plaats een maatje: iemand die er altijd is, aandacht geeft en vertrouwd aanvoelt. Omdat de hulphond net als iedere hond dagelijkse verzorging, training en uitlaatrondjes nodig heeft, zorgt hij voor afleiding, beweging en frisse lucht. De hond neemt daarnaast de eerste

signalen van nachtmerries waar en heeft geleerd zijn baas op die momenten wakker te maken. Zo zorgt de hulphond ervoor dat nachtmerries en herbelevingen stoppen en zijn baas rustig kan (in)slapen. Een betere nachtrust zorgt ervoor dat de cliënt ook overdag zijn problemen beter aankan.

Een PTSS-hulphond leert de opbouw van stress te herkennen in fysieke uitingen, zoals het trillen van een knie. Hij kan leren om zijn baas, indien gewenst, weg te trekken uit een stressvolle situatie, vormt een buffer tussen zijn baas en andere mensen en houdt hem door het reflecteren van zijn gedrag een spiegel voor als hij onrustig of zenuwachtig is. Omdat het zintuigelijk waarnemingsvermogen van een hond vele malen groter is dan dat van een mens, voelt een hond een verandering in spanning, woede of verdriet eerder aan dan zijn baas. Hij zorgt bij dreigende escalaties van dergelijke emoties voor ontspanning en afleiding van de situatie door zijn baas aan te raken, zijn kop op schoot te leggen of hem aan te duwen met zijn neus. Vaak kiest de cliënt er op dat moment voor samen naar buiten te gaan of even met de hond te spelen. Mocht de cliënt buiten op straat verward raken of een



paniekaanval krijgen, dan kan hij de hond opdragen hem thuis te brengen.

Nieuw perspectief

De baasjes van een PTSS-hulphond leren samen met hun hond opnieuw deelnemen aan de maatschappij en durven weer naar buiten. Dat zorgt voor meer kwaliteit van leven, zowel voor de cliënt als voor zijn of haar omgeving. Een PTSS-hulphond doorbreekt het isolement van zijn baas en zorgt voor nieuw perspectief.

Symptomen PTSS

PTSS is te herkennen aan de volgende symptomen:

- verwerkingsproblemen
- relatieproblemen
- nachtmerries en herbelevingen
- in- en doorslaapproblemen
- niet meer zelfstandig naar buiten durven
- angst en spanningsklachten, paniekaanvallen
- ernstig verminderd geheugen of concentratiestoornissen
- verwardheid
- depressie
- overmatige alertheid
- problemen met impulscontrole
- sociale terugtrekking

Een PTSS-hulphond neemt de PTSS niet weg, maar kan er wel voor zorgen dat zijn baas beter kan omgaan met de restverschijnselen die er altijd zullen zijn.

Intensieve training

Hulphonden wonen het eerste jaar van hun leven bij gastgezinnen in een huiselijke omgeving, waar zij worden opgevoed tot rustige en sociaalvaardige honden en de eerste basiscommando's krijgen aangeleerd. Na hun verblijf bij het gastgezin beginnen ze aan hun training in het opleidingscentrum van Hulphond Nederland in Herpen. Professionele trainers leiden de hond verder op en kijken zorgvuldig naar het karakter en de fysieke gesteldheid van de hond. Op basis hiervan wordt bepaald of de hond een hulphond kan worden en welke taken hij krijgt.

De match tussen een cliënt en een hulphond wordt zeer zorgvuldig en in verschillende fasen tot stand gebracht. Er wordt bekeken of er een goede klik is en welke vaardigheden de hond moet aanleren. Na een matchbezoek volgt er een aantal maanden een intensieve training bij de cliënt thuis, de zogenaamde thuishandtraining. Daarna vindt nazorg plaats gedurende het werkzame leven van de hulphond. Het welzijn van de hond staat hierbij altijd centraal.

Aanvragen

Bent u benieuwd of u in aanmerking komt voor een PTSS-hulphond of kent u iemand die daarbij gebaat kan zijn? Neem dan contact met ons op voor meer informatie. Op onze website kunt u zich aanmelden als u een hulphond wilt aanvragen: www.hulphond.nl/hond-aanvragen.

Ervaringen

Patrick Kaslander bereikt na vijf uitzendingen als militair verpleegkundige naar Bosnië en Afghanistan in het najaar van 2011 een absoluut dieptepunt. *"Ik durfde niet meer naar buiten en kon vrijwel niets meer zelfstandig. Er waren vreselijke nachtmerries en zelfs alledaagse gebeurtenissen, zoals een man tegenkomen in een legerbroek, waren voldoende voor heftige waanbeelden."*

Sinds december 2012 wordt Patrick ondersteund door PTSS-hulphond Vigo, een zwarte labrador. *"Het lijkt net alsof Vigo een zesde zintuig heeft. Hij voelt feilloos mijn stemming aan en reageert daarop. Hij blokt me af in winkels en blijft altijd tussen mij en mijn gesprekspartner staan. Vigo is nu altijd bij me. Hij is mijn maatje door dik en dun."*

Patrick Kaslander en Vigo

Hulphond Nederland

Hulphond Nederland helpt mensen met een fysieke of geestelijke zorgvraag door de inzet van een hulphond. Een hulphond voorkomt isolement en biedt nieuw perspectief. Wij hebben ruim dertig jaar ervaring in het opleiden en plaatsen van hulphonden. Onze stichting is een kwalitatief hoogwaardige organisatie die voor steeds meer ziektebeelden, gedragsstoornissen en leer- of andersoortige problematiek hulphonden inzet. Mede door het Hulphond Expertisecentrum onderscheiden we ons met de beste hulphonden en aantoonbaar bewezen trainingen en methodieken. Onze ambitie is om jaarlijks minimaal duizend mensen te helpen met de inzet van een hulphond.

Hulphond Nederland

Broekstraat 31, 5373 KD Herpen | (0486) 41 18 78
Postbus 24, 5373 ZG Herpen | www.hulphond.nl

