NATURALNE WSPARCIE DLA PSÓW I KOTÓW:

Zioła i olejki a emocje

Animal Herbal Therapy



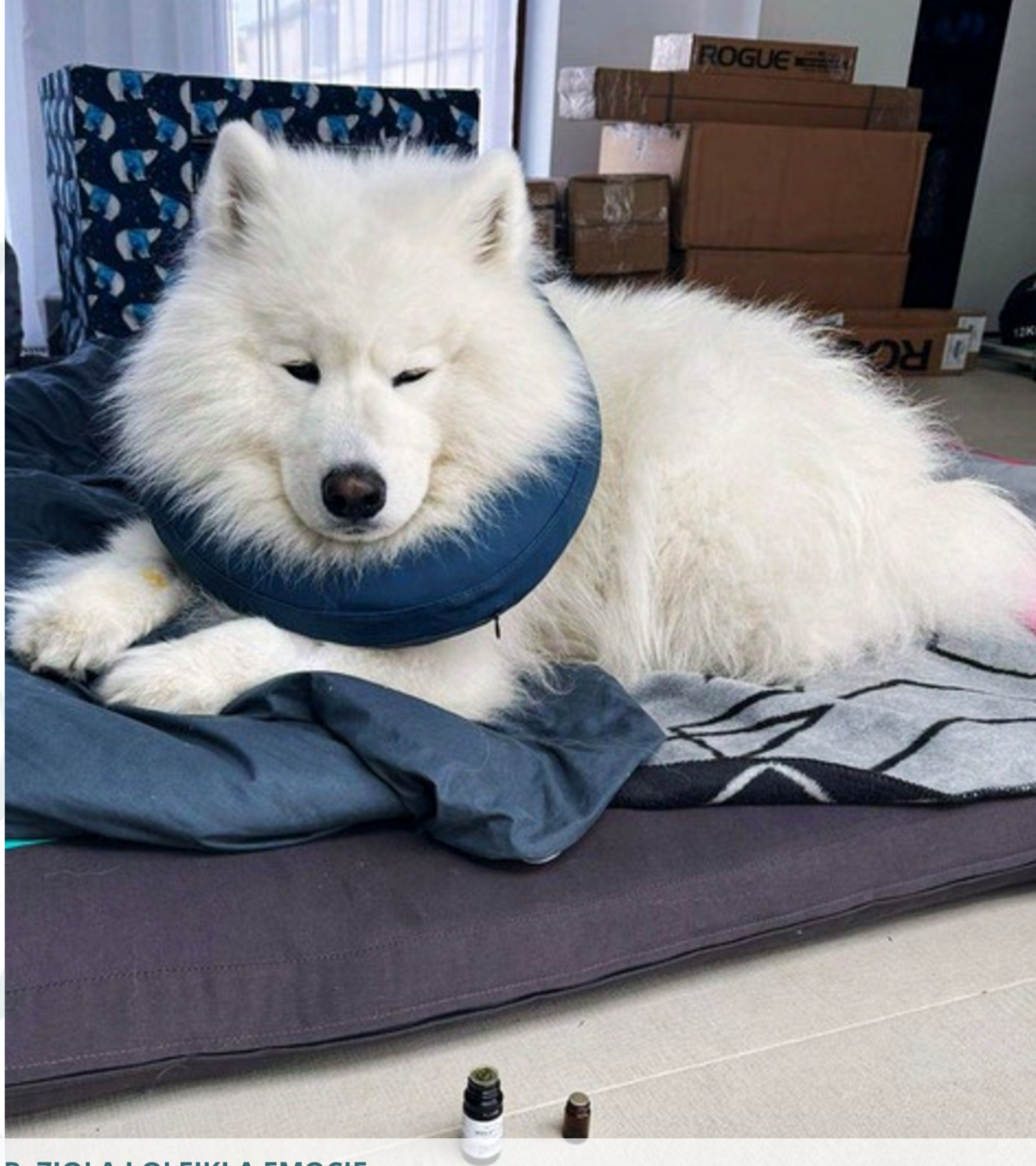
Ważne!

Edukacyjny charakter webinaru
i prezentowanych materiałów!

Niezmiernie mnie cieszy, że tu Jesteś - świadczy to o Twojej potrzebie rozwoju, aby być jeszcze lepszym opiekunem!

Będzie mowa o wykorzystaniu ziół oraz olejków eterycznych w celu poprawy zdrowia i samopoczucia, ale pamiętaj - Twoje zwierzę zasługuje na terapię zindywidualizowaną!

Zioła, olejki eteryczne, czy inne terapie naturalne nie powinny być zastępstwem leczenia weterynaryjnego!



“Oprócz miłości
i współczucia zwierzęta
wykazują także inne
cechy związane
z instynktami
społecznymi, które
u nas nazwalibyśmy
moralnymi.”

Charles Darwin





Emocje

Uczucia / Afekty / Emocje

podstawowe emocje według teorii Ekmana:
radość, smutek, wstręt, strach, zaskoczenie i złość

źródło **informacji** i **motywacji**

potrzebne w życiu, ale nie powinniśmy oddawać kontroli



Trauma

“Trwała zmiana w psychice, która spowodowana jest gwałtownym i przykrym przeżyciem.”

Trauma może być wywołana przez:

- przemoc fizyczną lub psychiczną
- długotrwałą izolację
- zaniedbanie, w tym niespełnione potrzeby gatunkowe
- nagłe, przerażające wydarzenia (np. wypadek, porzucenie, hałas o wysokiej intensywności np. fajerwerki)

Trauma to **nadmiar** czegoś, jak i **niedobór** czegoś!

Trauma?

- na początkowym etapie życia, poród
- brak spełnienia potrzeb gatunkowych
- brak możliwości podejmowania decyzji
- nieprzewidywalne otoczenie, chaos
- brak przestrzeni życiowej, niedobór zasobów
- brak możliwości wyrażania emocji, potrzeb
- zaniedbanie emocjonalne, wykluczenie
- znęcanie się fizyczne lub/i psychiczne
- życie w ciągłym napięciu



Ból społeczny!

- Odnosi się do cierpienia odczuwanego w wyniku **niewystarczających interakcji społecznych**, **separacji** lub **izolacji**.
- Mózg reaguje na izolację podobnie jak na fizyczny ból – te same obszary są aktywowane.

Trauma

Nie jest dysfunkcją,
jest adaptacją!

Pozwala na przeżycie.
Odbija się na ciele i umyśle.
Można z nią pracować!

Triggery: mogą ją przywołać (powrót do momentu traumy) różne bodźce - dźwięk, obraz, wrażenia dotykowe,
ale bardzo często zapach!
Nawet na poziomie nieświadomym!

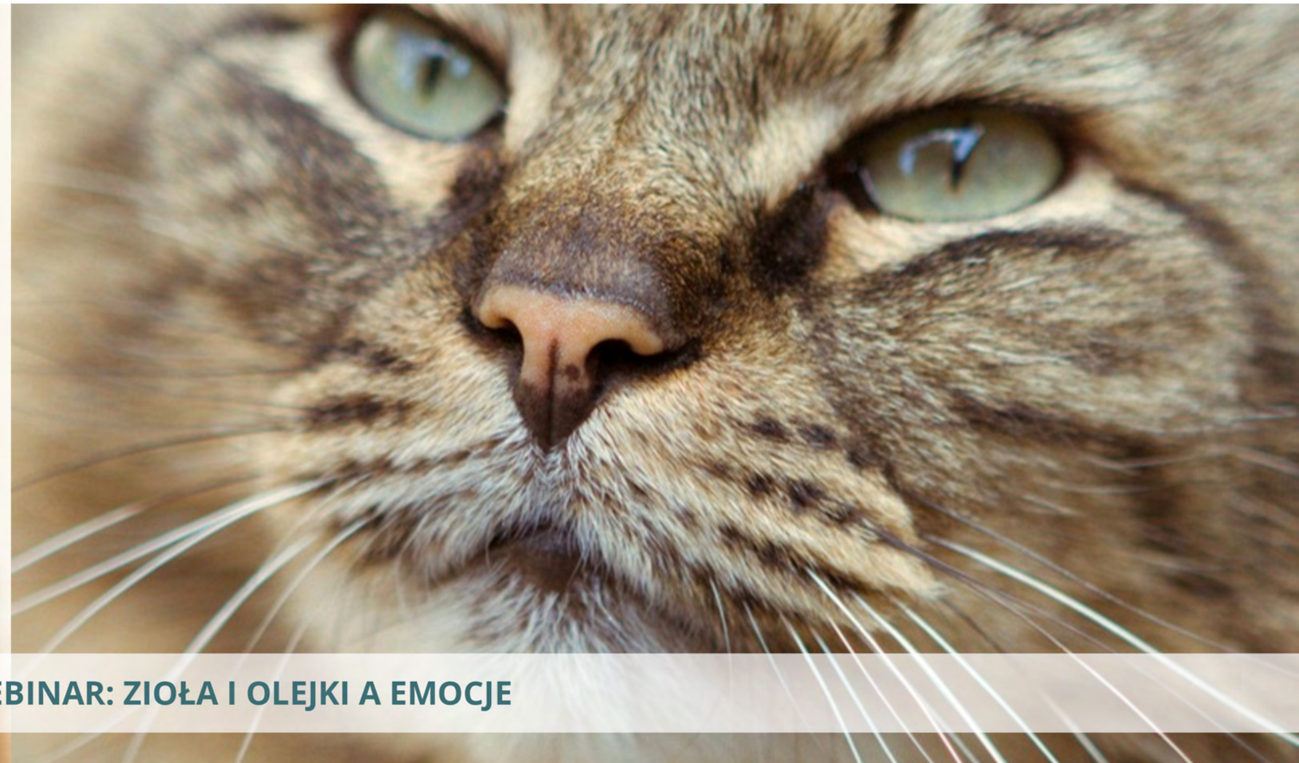


METODA TERAPEUTYCZNA

Zoofarmakognozja Stosowana

- ang. Applied Zoopharmacognosy (częsty skrót AZ)
- Opracowana przez Caroline Ingraham (UK)
- Zwierzęta ze sprawnym powonieniem (i mózgiem), bez większych ograniczeń wiekowych





Ważne!

Zoofarmakognozja Stosowana:
nie daje diagnozy!
nie zastąpi opieki weterynaryjnej!

W idealnych warunkach różni specjaliści prowadzą wspólnie terapię, uzupełniając się wzajemnie, aby doprowadzić pacjenta jak najszybciej do zdrowia



BODZIEC --> POBUDZENIE, EMOCJE -->
--> STRATEGIA RADZENIA SOBIE



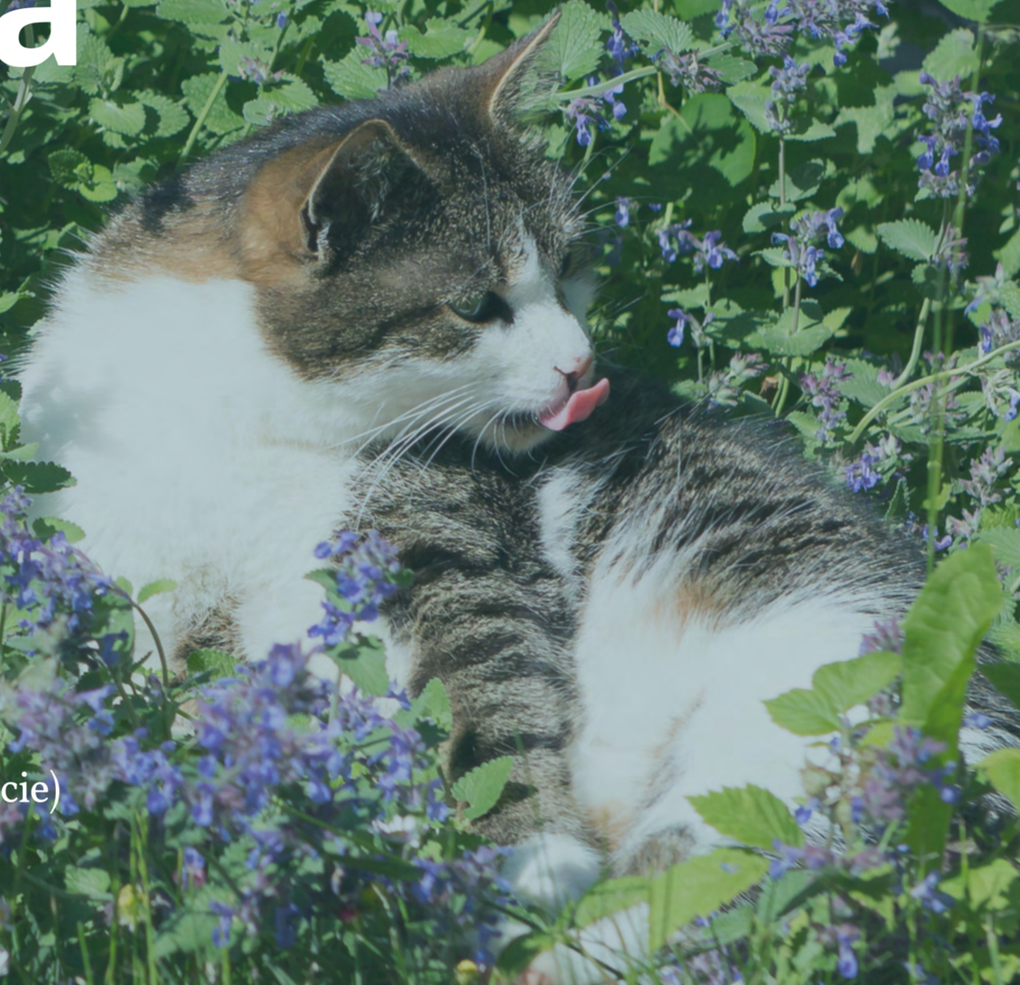
następuje naturalnie

lub trzeba pomóc



BRAK BODŹCA --> RELAKS,
ODPOCZYNEK, REGENERACJA, NAUKA

Zoofarmakognozja Stosowana
- OFEROWANIE -



rozmowa ze zwierzęciem przez oferowanie

“czy chcesz taki olejek A? (Ty wiesz, że jest wybierany przy X, Y, Z)
+ TAK? --> czyli jest jedną z opcji, że kot może mieć X lub Y lub Z
- NIE? --> czyli kot nie potrzebuje wsparcia w problemie X, Y, Z
(albo oferujesz nie tak, albo jest coś dla niego ważniejszego w danym momencie)

informacja o potrzebach organizmu w danym momencie
wsparcie organizmu i odpowiednie działania z innych stron

Leki a remedia

- **Benzodiazepiny (Alprazolam, Diazepam)**
- **Trójpierścieniowe leki przeciwdepresyjne (Amitryptylina, Klomipramina)**
- **Selektywne inhibitory wychwytu zwrotnego serotoniny (Fluoksetyna, Fluwoksamina, Sertralina)**
- **Leki przeciwpadaczkowe i stabilizatory nastroju (Gabapentyna, Imepitoina)**

Uwaga na: dziurawiec, rumianek, krwawnik, wrotycz, piołun, szałwia, mięta pieprzowa → wątroba, cytochromy P450

Uwaga na działanie na nerki: mniszek, pokrzywa, lukrecja



ZIOŁA I OLEJKI NIE SZYBCIEJ NIŻ 2H PO/PRZED PODANIEM

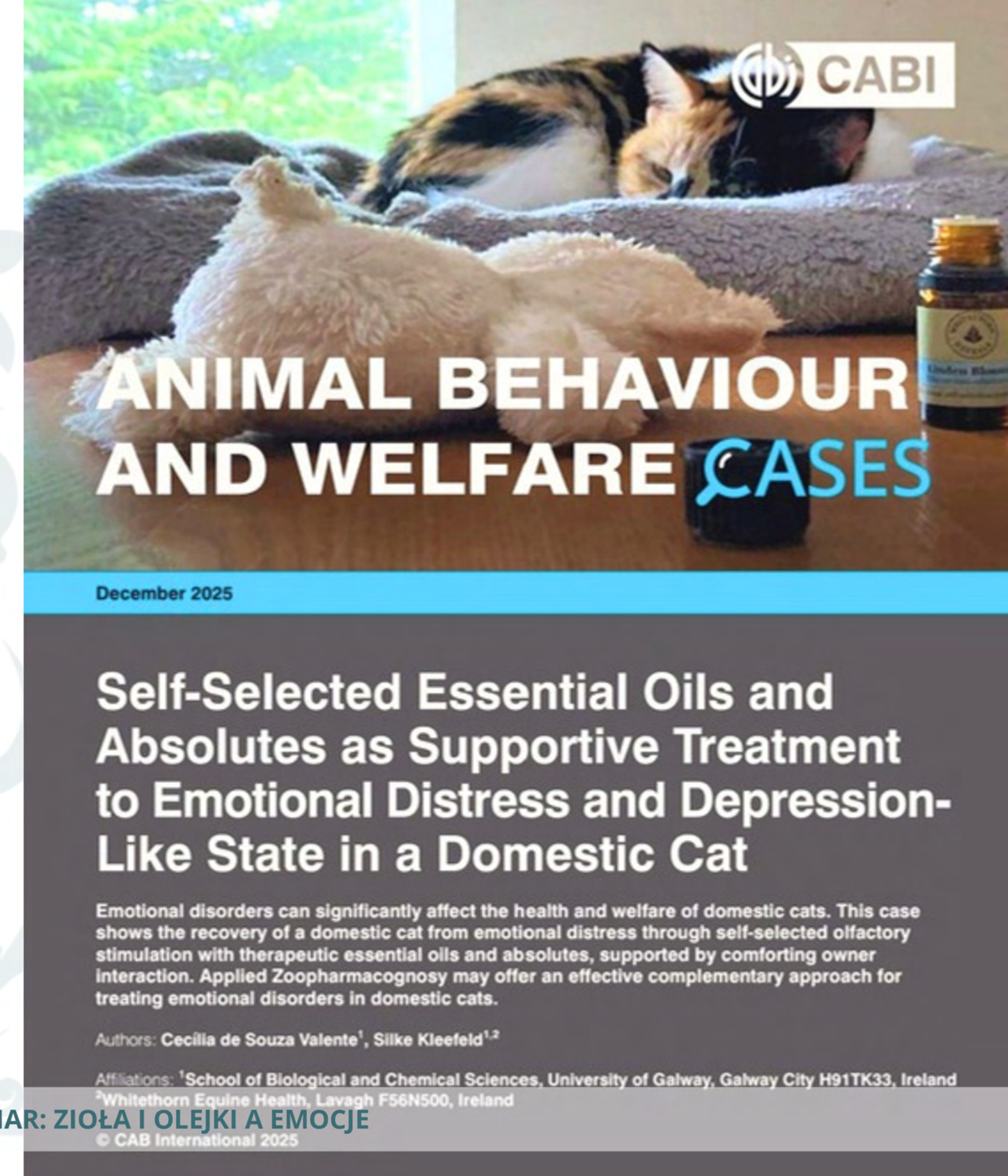
Badania naukowe?

Graham, Wells, Hepper (2004) *"The influence of olfactory stimulation on the behaviour of dogs housed in a rescue shelter"*, Applied Animal Behaviour Science 91 (2005) 143–153

Ellis, Wells (2009) *"The influence of olfactory stimulation on the behaviour of cats housed in a rescue shelter"*, Applied Animal Behaviour Science 123 (2010) 56–62

Goodwin, Reynolds *"Can aromatherapy be used to reduce anxiety in hospitalised felines"* (2018) The Veterinary Nurse, April 2018, Volume 9 No 3

de Souza Valente, Kleefeld (2025) *"**Self-Selected** Essential Oils and Absolutes as Supportive Treatment to Emotional Distress and Depression-Like State in a Domestic Cat"*, Animal Behaviour and Welfare Cases https://doi.org/10.1079/abwcases.2025.0030



NADREAKTYWNOŚĆ

EO/HY: kozłek lekarski, chmiel, wetiweria, tytoń*, fiołek (liść)*, bazylia azjatycka, rumian, elemi (koty), gałka muszkatułowa

REAKTYWNOŚĆ NA DŹWIĘKI

EO/HY: róża damasceńska, fiołek (liść)*, kadzidłowiec/boswelia, kozłek lekarski, konopia siewna

MARTWIENIE SIĘ/ZACHOWANIA KOMPULSYWNE

EO/HY: rumian rzymski, róża damasceńska, drzewo sandałowe, boswelia, krwawnik, konopia siewna, wanilia*

ZMIANA DOMU

EO/HY: fiołek (liść)*, neroli, wetiweria, jaśmin, geranium, czystek, cytrusy, mastyks

PRÓBY "DOMINOWANIA" (HORMONY)

EO/HY: wetiweria, chmiel, majeranek, ylang, konopia siewna, bergamotka, jaśmin

ZŁOŚĆ I FRUSTRACJA

róża damasceńska, wanillia, kozłek lekarski, wetiweria, chmiel, majeranek, ylang-ylang/jagodlin wonny, mastic, rumianek, rumian, grapefruit, dzika marchew

BRAK ZAUFANIA

EO/HY: kwiat lipy, fiołek (liść)*, krwawnik, jaśmin, róża damasceńska

BRAK PEWNOŚCI SIEBIE

EO/HY: ylang-ylang, kadzidłowiec/boswelia, fiołek (liść)*, arcydzięgiel

* oznacza absolut

LĘK SEPARACYJNY

EO/HY: neroli/kwiat pomarańczy, fiołek (liść)*, jaśmin, ylang, kadzidłowiec/boswellia, arcydzięgiel, kozłek, bazylia

ODRZUCENIE/BRAK KOMFORTU

EO:HY: róża damasceńska, wanilia, jaśmin, wetiweria

DEPRESJA

dziurawiec (CO_2), EO/HY: pomarańcza, neroli/kwiat pomarańczy, bergamotka, cytryna, nagietek (CO_2), jaśmin, akacja*, melisa, mastyks, róża damasceńska, geranium

W GABINECIE LEKARSKIM ITP.

- HY - boswelia,/kadzidłowiec, kwiat lipy, róża damasceńska, korzeń kozłka
- EO - liść fiołka, róża damasceńska

SZOK/TRAUMA

arnika CO_2, EO/HY: róża damasceńska, kozłek lekarski, krwawnik, bazylia azjatycka

DAWNA TRAUMA

EO/HY: róża damasceńska, kadzidłowiec/boswelia, fiołek (liść)*, jaśmin, konopia siewna, arcydzięgiel, *krwawnik*

SMUTEK, ŻAŁOBA

EO/HY: neroli/kwiat pomarańczy, akacja, jałowiec, róża damasceńska, tytoń, kadzidłowiec/boswellia, majeranek, czystek

POMÓC SPOKOJNIE ODEJŚĆ

EO/HY: kadzidłowiec/boswelia, drzewo sandałowe, róża damasceńska, arcydzięgiel, fiołek*, różowy lotos

* oznacza absolut



Trawa jęczmienna

Hordeum vulgare - proszek z młodych pędów

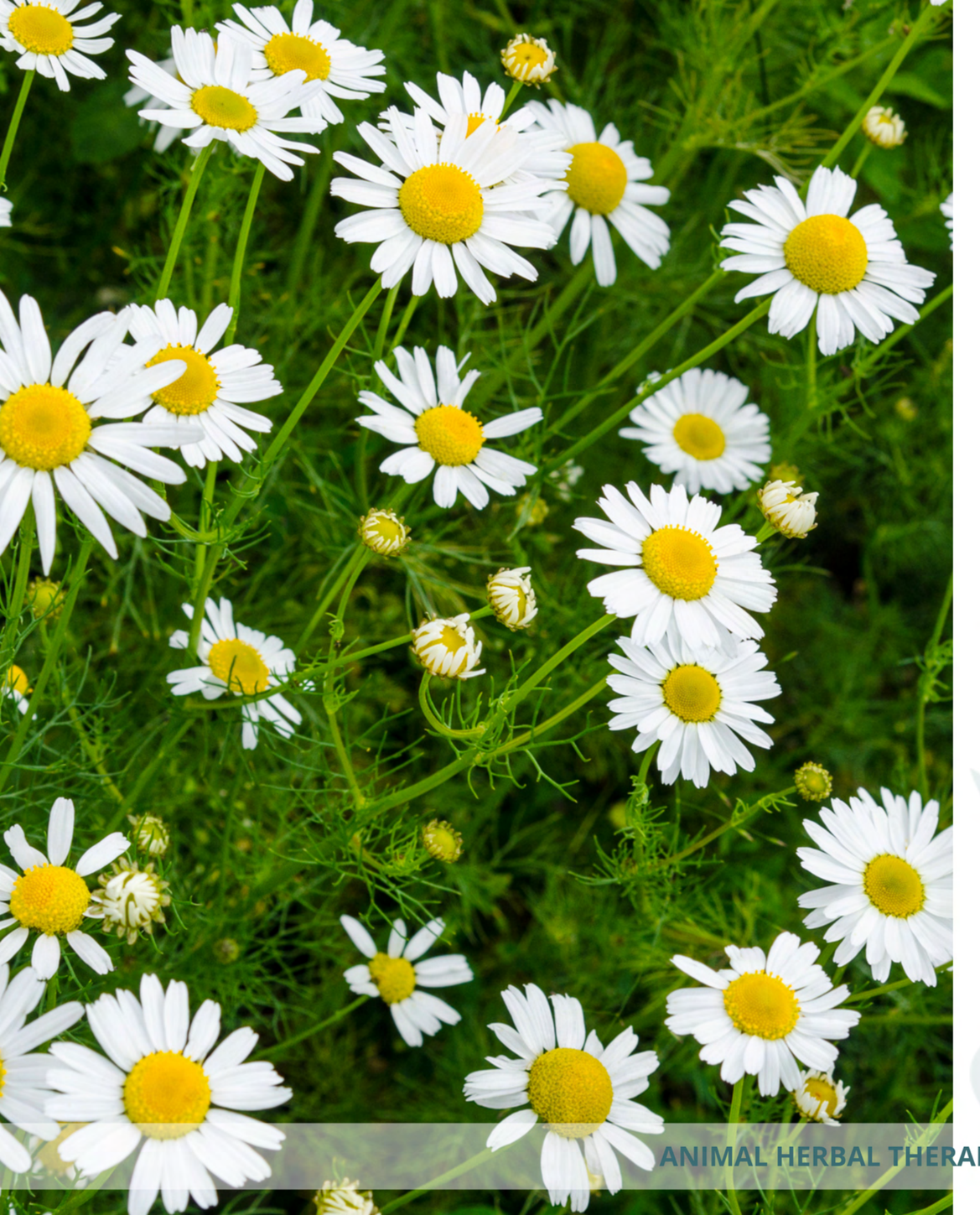
- Pomaga oczyścić organizm, przewód pokarmowy
- Bogata w różne składniki odżywcze, w tym różne witaminy, minerały, antyoksydanty, enzymy
- Wybierana przez zwierzęta wyniszczone oraz wysoce zestresowane, lękowe czy nadpobudliwe
- Wybierana przy takich chorobach jak Cushing (konie), anemia, cukrzyca, czy problemy z pigmentacją



Chlorella

Chlorella vulgaris - proszek

- Wybierana przez zwierzęta zaniedbane i geriatryczne
- Działanie antyoksydacyjne, ogólne wsparcie zdrowia
- Układ odpornościowy - nowotwory, naświetlania
- Bogata w różne składniki odżywcze, w tym różne minerały, aminokwasy
- Wspomaga wydalanie metali ciężkich (np. Cd)



Rumian rzymski

Chamaemelum nobile - EO, HY

- Problemy skórne (takie jak świąd, łupież, podrażnienia) i przewodu pokarmowego (biegunka) **o podłożu stresowym**
- Może pomóc na zachowania kompulsywne (jak lizanie, wygryzanie łap, obsesje na punkcie zabawek)
- Nerwowość, zachowania agresywne, niepokój, przewlekły stres, niska tolerancja na bodźce (np. dźwięki)



Lipa drobnolistna

Tilia cordata (inne) - CO2, absolut, HY, kwiaty

- Brak zaufania - przede wszystkim!
- Zwierzęta lękliwe, które przeżyły traumę fizyczną lub/i emocjonalną, wspomaga proces uwalniania emocji
- Zwierzęta zamknięte na interakcje, emocjonalne wyłączenie, często z zamrożeniem
- Zachowania kompulsywne - najczęściej wylizywanie się, wygryzanie różnych części ciała (wykluczyć bolesność)
- Stereotypie, niespokojne chodzenie, reaktywne, nerwowe ze skłonnością do nagłej agresji (strach)
- Lekko sedująca



Róża damasceńska

Rosa x damascena - EO, absolut, HY, suszone kwiaty

Wybierany przez zwierzęta, które:

- obsesyjnie gryzą, żują, wykazują zachowania stereotypowe, w tym autoagresywne (wykluczyć ból)
- odczuwają złość i frustrację - może dojść do gwałtownego uwolnienia emocji (dot. wątroby)
- mają traumy, niechciane wspomnienia
- cierpią na zaburzenia hormonalne (głównie hormony żeńskie), nieregularne cykle, problemy z zajściem w ciążę
- Również matki i noworodki
- Rozstanie i żałoba

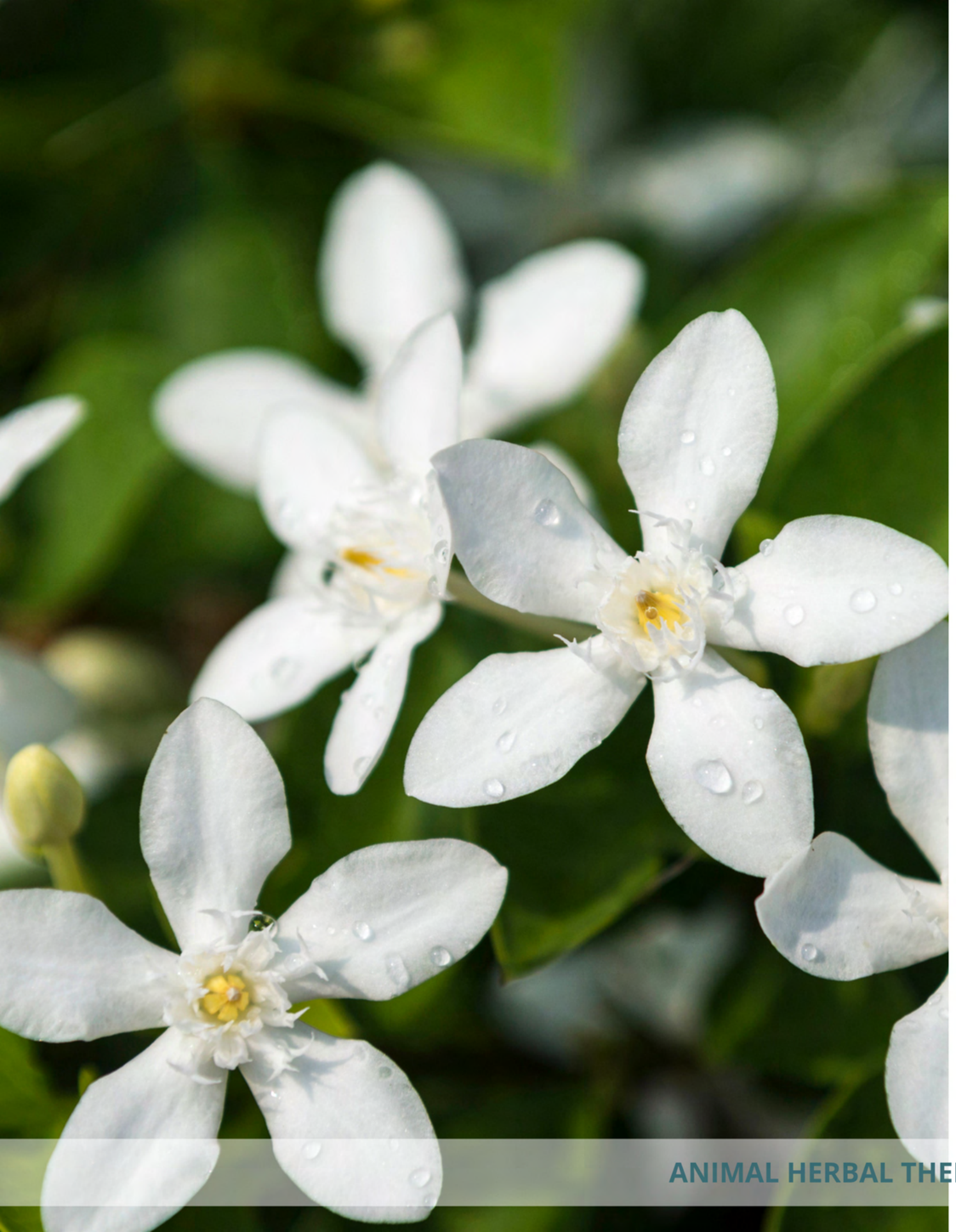


Neroli, kwiat pomarańczy

Citrus aurantium ssp - EO, HY

Wybierany przez zwierzęta:

- z lękiem separacyjnym
- przeżywające utratę/rozłąkę, smutek
- które piszczą, jęczą i płaczą, nerwowa histeria
- cierpią na problemy trawienne o podłożu emocjonalnym
- przed stresującym wydarzeniem (np. podróż do lekarza, wystawa itp.)
- z nerwowymi, chronicznymi biegunkami (stres, smutek)
- z bliznami ciała i po traumach (“blizny psychiki”)



Jaśmin

Jasminum grandiflorum - absolut, CO_2

- Reguluje hormony płciowe (męskie i żeńskie)
- Daje poczucie komfortu psychicznego i głęboko relaksuje (podnosi poziom oksytocyny)
- Lekkie działanie sedacyjne
- Zwierzęta kontrolujące i zasobowe, pokazujące potrzebę przestrzeni

Uwaga! Nie stosować podczas ciąży, może wywołać akcję porodową (pod koniec ciąży).



Fiołek wonny

Viola odorata - absolut (z liści!)

- Wybierany przez zwierzęta, które przechodzą zmianę domu, zmiany w swoim otoczeniu
- Daje poczucie komfortu, *uziemia* emocje
- Zwierzęta z poczuciem utraty zaufania (do otoczenia, opiekuna)
- Zwierzęta, które spodziewają się bólu, albo czegoś złego np. u weterynarza
- Lekkie działanie przeciwbólowe (ból chroniczny)
- Reaktywność, fobie dźwiękowe



Ylang-Ylang, Jagodlin wonny

Cananga odorata - CO2, EO, HY

Wybierany przez zwierzęta:

- o obniżonej pewności siebie
- samce z zachowaniami agresywnymi, wysoki poziom testosteronu, “ustawiacze”
- które przeżyły traumę emocjonalną
- z depresją, obniżonym nastrojem
- u których stwierdzono ataki padaczkowe, problemy neurologiczne



Chmiel zwyczajny

Humulus lupulus - EO, CO2

- Wspomaga regulację hormonalną; podnosi poziom estrogenu
- Wybierany przy nadmiarze testosteronu
- Zwierzęta z zachowaniami agresywnymi
- Zwierzęta lękowe
- Działanie wyciszające
- Może dać poczucie komfortu po traumatycznych wydarzeniach (szczególnie dobrze łączy się w tym działaniu z konopią i kozłkiem)



Akacja czarna, Mimosa

Acacia decurrens - absolut

Wybierany przez zwierzęta:

- przeżywające utratę/rozłąkę, smutek
- które przeżyły utratę kompana lub opiekuna i są w aktywnym, najsilniejszym momencie procesu żałoby
- z depresją, obniżonym nastrojem



Konopia siewna

Cannabis sativa subsp. sativa - EO
*[**nie** olejek CBD, **nie** olej tłoczony z nasion!]*

- Działanie przeciwlękowe, sedujące
- Zaburzenia ciała o podłożu stresowym (mdłości, chroniczne napięcia mięśniowe, płytki oddech)
- Nadpobudliwość, lęk separacyjny
- Zaburzenia obsesyjno-kompulsywne, stereotypie
- Zwierzęta emocjonalnie wrażliwe, które *łatwo przerasta* sytuacja



Kadzidłowiec, Boswellia

Boswellia carterii - CO2, EO, HY

Wybierany przez zwierzęta:

- przestraszone, w panice, stereotypie
- wrażliwe/reaktywne na dźwięki, fobie dźwiękowe - olejek pomaga oddzielić się od zgiełku, zamieszania
- z problemami oddechowymi (astma), biegunkami - na tle nerwowym
- umierające, z lękiem przed śmiercią



Mastyks,
Pistacjowiec kleisty

Pistacia lentiscus - EO (z żywicy)

- Wspomaga działanie układu odpornościowego
- Pobudza krążenie limfy
- Często wybierany przy problemach z dziąsłami, górnych dróg oddechowych i układu moczowego, nowotworach
- Zwierzęta o charakterze powściągliwym, unikającym konfliktów, nieobecnych, łatwo pobudzających się



Arcydzięgiel litwor

Angelica archangelica - EO (z korzenia), HY

- Emocjonalne wycofanie (przez stres lub ból), wyczerpanie nerwowe
- Problemy ukł. krążenia i ukł. limfatycznego
- Różnego rodzaju choroby metaboliczne
- Zaburzenia łaknienia (zmniejszony apetyt)
- Chroniczny lęk, szczególnie kiedy trauma na wczesnym etapie życia
- “koi serce i sięga w głąb duszy”
- Olejek wspiera pracę na aromatach (HY, EO, CO2)

Uwaga! Może podrażnić skórę i działać fotoreaktywnie!



Wetiweria pachnąca

Chrysopogon zizanioides - EO (z korzeni)

- Wybierany przez zwierzęta wyczerpane fizycznie i z niedowagą bez jasnego powodu
- Brak pewności siebie (emocjonalnie)
- Rozłączenie fizyczne i emocjonalne - pomaga się uspokoić, skupić, uziemić, daje poczucie komfortu
- Nadmierna kontrola otoczenia i innych
- Przekierowanie frustracji na zachowania seksualne
- olejek na *zmniejszenie* "perfekcjonizmu"



Kozłek lekarski

Valeriana officinalis - EO, HY, korzeń

- Wybierany przez zwierzęta: wysoce zestresowane - inhalacja działanie sedacyjne (bornyl acetate); pobrany doustnie - obniżenie poziomu stresu
- cierpiące na PTSD, w szoku, panika i histeria
- z epilepsją i drgawkami; niektóre zaburzenia neurologiczneze spiętymi mięśniami, nawracającymi zapaleniami dolnych dróg moczowych (głównie koty na tle nerwowym)



Animal Herbal Therapy