

Katariina Mäki ja Anna Hielm-Björkman

Tunnistatko koirasi kivun?

Kipu on jokaiselle meistä tuttu käsite, joka kuitenkin on täysin subjektiivinen. Jokainen kokee kivun eri tavalla. Kipu ulottuu paikallisesta fyysisestä särystä totaaliseen, koko olemuksen käsittävään kärsimykseen. Koira tuntee kipua aivan samoin kuin ihminen. Kun kerran eri ihmiset käsittävät kivun hyvin eri tavoilla, niin kuinka voimme arvioida ja ymmärtää koiran kokemaa kipua? Aiheesta kuultiin eläinlääketieteen tohtori Anna Hielm-Björkmanin pitämä esitelmä Kennelliiton jalostustieteellisen toimikunnan lokakuussa järjestämässä luentopäivässä.

Kipeä koira ei välttämättä näytä kipua

Akuutti kipu aiheuttaa sympaattisen hermoston aktivoitumisen, mikä voidaan nähdä fysiologisina muutoksina: sydämen syke kiihtyy, verenpaine nousee, hengitys tihenee ja pinnallistuu, pupillit suurenevat, verisuonet supistuvat, eläin turpoaa koska kroppaan kertyy nestettä, suu kuivuu, virtsaaminen vähenee, ja keho voi olla jännittynyt.

Eläimet ilmaisevat kipua monin tavoin. Ne väistävät vaistomaisesti asiaa, joka tuottaa kipua. Ne pakenevat. Ne huu- tavat kivusta, tai sitten ne jähmettyvät paikalleen vapisemaan ja hikoilemaan. Ne voivat ontua, ja ne voivat virtsata alleen. Reaktion laatu riippuu kivun merkityksestä kussakin tilanteessa. Eri koirarotuja on jalostettu käyttäytymisel- tään erilaisiksi: toisten työtehtävät edellyttävät korkeaa kipukynnystä ja työskentelyn jatkumista, vaikka sattuu. Näissä tilanteissa koira kuitenkin tuntee kipua, vaikka ei näytä sitä eikä välitä siitä.

Krooniselle kivulle ei ole mitään selviä ja tyypillisiä, koirasta luettavia merkkejä. Merkit ovat hyvin pieniä muutoksia koiran käyttäytymisessä. Monet koirat eivät halua näyttää kipuaan, koska luonnossa se merkitsisi laumasta karkoit- tamista. Jos näet koirallasi kipukäyttäytymistä, sillä on todennäköisesti kipuja. Mutta vaikka et näkisi mitään kipuun viittaavaa, koirallasi voi silti olla kipuja.

Kipukäyttäytymiseen kuuluu myös erilaisia, sosiaalisesti määräytyviä, opittuja käyttäytymistapoja. Pikkulapsilla näh- dään erilaisia taikauskaisia riimejä, ja koiralla voi alkaa esiintyä häiriökäyttäytymistä, esimerkiksi ylivilkkautta tai aggressiivisuutta.

Krooninen kipu ei lopu itsestään

Kipu voidaan jaotella kudosvaurio- eli nosiseptiiviseen kipuun, hermovaurio- eli neuropaattiseen kipuun ja psyykki- seen eli psykogeeniseen kipuun. Lisäksi on olemassa myös idiopaattista kipua, mikä tarkoittaa, että kivun syy ei ole selvinnyt.

Kipu voidaan jaotella myös edellä mainittuihin akuuttiseen ja krooniseen kipuun. Akuutti kipu kestää vain vähän ai- kaa, sekunnista pariin kolmeen viikkoon, johtaen varovaisuuteen ja pyrkimiseen pois kivun aiheuttajan luota. Kun kivun kesto ylittää tavallisen kudoksen paranemisajan, kipu on kroonista. Krooninen kipu kestää kuukausia, vuosia, jopa kymmeniä vuosia ja muuttuu usein hankalammaksi hermovauriokivuksi.

Hermovauriokipu on kroonista kipua, jota on vaikea hoitaa tavallisilla kipulääkkeillä. Se voi johtua esimerkiksi vauri- osta tai toimintahäiriöstä kipua välittävässä hermojärjestelmässä: selkäydinvammasta, aivoverenkiertohäiriöstä, ää- reishermovammoista, esimerkiksi tassuleikkauksen yhteydessä vaurioituneesta hermosta, tai välilevyn pullistuman tai spondyloosin aiheuttamista hermojuurivaurioista. Myös esimerkiksi aavesärky on hermovauriokipua. Usein hermovau- riokipu on monen eri tekijän summa.

Ihmiset kuvailevat hermovauriokipua jatkuvana, polttavana kipuna, jonka välillä keskeyttävät viiltävät, sähköshokin tapaiset kipuepisodit. Koska ihmisen ja koiran hermokudoksen fysiologia on hyvin samankaltaista, ei ole mitään syytä epäillä, etteikö koira kokisi tätä kipua samantyyppisenä.

Kroonisessa kivussa myös psyykkiset tekijät, kuten masennus, pelko ja avuttomuus, toimivat altistavina tekijöinä todennäköisesti myös koirilla, ja ne voivat ylläpitää kipua sen kroonistuessa. Myös geneettiset tekijät voivat vaikuttaa kivun kroonistumiseen.

Krooninen kipu voi aiheuttaa kivuntunnon herkistymistä ja aiemmin kivuttoman ärsykkeen, kuten kosketuksen, muut- tumista kivuliaaksi. Koira voi kokea esimerkiksi silittämisen sietämättömänä kipuna. Krooninen kipu ei niinkään ole merkki sairaudesta, vaan pikemminkin oma sairautensa. Se ei lopu itsestään, vaan sitä on hoidettava. On tärkeää estää kivun kroonistuminen aloittamalla kivun tehokas hoito riittävän varhain.

Esimerkkinä kroonisesta kivusta on myös nivelrikon aiheuttama kipu. Nivelrikkoa syntyy esimerkiksi ristisiteen repey- tymisen, polvilumpion sijoiltaanmenon, osteokondroosin sekä kyynärnivelen tai lonkan kasvuhäiriön seurauksena. Hoitamattomana se tarkoittaa pitkäaikaista, jomottavaa, tylsää kipua, joka johtaa eläimen liikuntahaluttomuuteen. Tämä taas aiheuttaa lihaskudoksen katoamista, kramppeja, triggerpisteitä eli lihaksen sidekudoksessa olevia aristavia pisteitä, jotka saattavat aiheuttaa heijastuskipuja läheisiin lihaksiin, uudisluumuodostusta, liikapainoa ja lisää kipua. Kaikesta tästä muodostuu jatkuva noidankehä. Mitä aikaisemmassa vaiheessa kehän saa katkaistua, sitä parempi elämänlaatu koiralle saadaan aikaan.

Kipua voidaan tutkia koiran käyttäytymisestä

Subjektiviisiin kivuntutkimusmenetelmiin kuuluvat eläinlääkärin tutkimus ja omistajan kertomus koiran käyttäytymisestä ja taustasta. Objektivisia menetelmiä taas ovat fysiologisten muutosten, kuten pulssin ja stressihormonien, tutkiminen, koiran liikkumisen videointi ja liikkeiden tutkiminen askelvoimalevyn ja -maton avulla.

Eläinlääkäri näkee koiran yleensä vain muutamia kertoja vuodessa, omistaja taas seuraa koiraansa vähintään kahdeksan tuntia vuorokaudessa. Usein omistajaa pitää kuitenkin neuvoa koiransa kivun tunnistamisessa, koska hän ei osaa lukea sitä koiran käyttäytymisestä.

Äkilliset muutokset huomataan aina helpommin kuin pikku hiljaa tulleet. Eräänä päivänä koira ei esimerkiksi enää suostu hyppäämään autoon, tai oli jokin tietty päivä, jolloin se ei enää tullut yläkerran makuuhuoneeseen nukku- maan. Hitaasti kehittyviä käyttäytymisen muutoksia tulee varsinkin vanhemmalla koiralla helposti pidettyä luonnollisena. Koira kävelee yhä vain hitaammin, sen lenkit lyhenevät, se alkaa välttää muita koiria ja murisee niille, se vetäytyy useammin omiin oloihinsa, ja se on vanha ja väsynyt, kuurokin.

Mikään yksittäinen oire ei kuvaa kipua luotettavasti. Kun kaikkia koiran käyttäytymisen muutoksia seurataan yhdessä, koiran kivun voimakkuutta ja sen muutoksia voidaan arvioida. Oireista voi olla vaikea tunnistaa useita, mutta kaksi tai kolme oiretta löytyy kipeän koiran käyttäytymisestä yleensä helposti.

Koiran kipuun liittyviä positiivisen käyttäytymisen muutoksia:

Onko koira:

- Virkeä ja iloinen vai apea ja masentunut?
- Normaali, apaattinen tai yliaktiivinen?

Tekeekö koira seuraavia:

- Hakee kontaktia perheenjäseniin, usein vai harvoin?
- Heiluttaa häntäänsä, usein vai harvoin?
- Leikkii mielellään, harvoin vai ei ollenkaan?
- Syö normaalisti? Vai valikoiden tai ahmien?
- Ravistelee itseään? Usein vai harvoin?
- Venyttelee? Usein vai ei ollenkaan?

Millainen koiran ilme on? Normaali, surullinen, ylikierroksilla?

Koiran kipuun liittyviä negatiivisen käyttäytymisen muutoksia:

Onko koiralla tai onko koira:

- Normaali mieliala vai hermostunut, rauhaton tai pelokas?
- Ystävällinen vai aggressiivinen ihmisiä tai toisia koiria kohtaan?

Tekeekö koira seuraavia:

- Läähättää tai lipoo huuliaan?
- Pitää itseään epänormaalissa asennossa? Roikottaa päätään, pitää jalkoja korostetusti mahan alla?
- Pitää korviaan taka-asennossa? Häntää koipien välissä?
- Väristelee tai vapisee?
- Nuolee etujalkojaan?
- Katsoo, nuolee tai puree tiettyä paikkaa?
- Ylireagoi kosketukseen?
- Valittaa: huutaa, murisee, vikisee, inisee? Tai on aivan hiljaa?

- Valittaa, kun niveliä taivutetaan esimerkiksi tassuja pyyhittäessä?
- Raivoaa tai alistuu laumassa?
- Näyttää hampaita kosketettaessa?
- Alkaa purra?
- Tekee enemmän vahinkoja sisälle?

Kivun arvioiminen koiran liikkumisessa tapahtuvista muutoksista:

- Liikkuu kuin nuori eläin vai ei halua liikkua? Yliaktiivinen liikkuja?
- Makaa paikallaan tuntikausia?
- Hyppää kuten aina vai eikö hyppää enää?
- Normaalit askellajit vai peitsaako?
- Laukkaa "pupulaukkaa" (molemmat takajalat samaan aikaan)?
- Kulkee suoraan vai jakautuuko paino epätasaisesti? Pomppiiko pää askelien tahtiin?
- Ontuu?
- Liikkuu lenkillä edessäsi vai raahautuen takana?
- Istahtaa tai menee makuulle kesken lenkin?
- Kulkee portaita normaalisti vai eikö enää halua mennä alas tai ylös? Miten kulkee portaissa?
- Istuu normaalisti tai ei ollenkaan, tai polvi ulos sivulle kääntyneenä?
- Menee makuulle normaalisti tai hyvin hitaasti, hakee paikkaa pitkään, pyörii?
- Nousee ylös normaalisti vai etu- tai takajalat ensin? Hitaasti? Nousee istumisen kautta?
- Nukkuu koko yön vai vaihtaa usein paikkaa (voi kivun lisäksi myös olla merkki esim. sydämen vajaatoiminnasta)?

Vatsa- ja rintaontelon kipuja voidaan arvioida koiran asennoista:

- Seisooko koira suorana pää pystyssä vai onko koiralla selkä köyryssä?
- Onko koira usein "rukousasennossa": etupää makaa, perä ylhäällä?
- Ei halua käydä makuulle ollenkaan?
- Röyhtäilee, piereskelee, oksentaa, yökkäilee?
- Ei pysty ulostamaan?
- Jos virtsaaminen kivuliasta: katkaisee suihkun tai istuu hyvin pitkään?

Tutkimuksia kivun tunnistamisesta

Hielm-Björkman kertoi kivun tunnistamistutkimuksistaan lonkkavikaisilla koirilla. Koirat jaettiin kahteen ryhmään: yhdellä ryhmällä oli kroonista kipua (40 koiraa), toisella ei (24 koiraa). Omistajilta kysyttiin 25 koiran kipukäyttäytymiseen oletettavasti liittyvää kysymystä. Ryhmien välille saatiin eroja näistä 17:ssä. Kysymyksistä karsittiin edelleen pois kaikki, jotka olivat omistajille vaikeita tulkita - kaikki omistajat eivät tunnista esimerkiksi peitsausta - jolloin jäljelle jäi 11 kysymystä, jotka olivat helppoja omistajille ja jotka kaikki kielivät kivusta.

Toisessa tutkimuksessa oli kaksi ryhmää koiria, joista toinen sai kipulääkettä ja toinen lumelääkettä. Lumelääkkeellä ei ole kipua vaimentavaa vaikutusta. Omistajilta kysyttiin 18 kipukäyttäytymiseen liittyvää kysymystä, ja heitä pyydettiin arvioimaan koiransa kipua kymmensenttisen janan avulla. Janan vasemmassa päässä oli määre "ei kipua" ja oikeassa määre "pahin mahdollinen kipu". Ryhmät erosivat toisistaan tilastollisesti merkitsevästi 16 kysymyksen kohdalla.

Näiden tutkimusten perusteella syntyi käyttökelpoinen 11 kysymyksen kivunarviointiväline ”Helsinki krooninen kipuindeksi” eli ”Helsinki chronic pain index”.

Jälkimmäisen tutkimuksen sivulöydöksenä tutkija huomasi, että omistajat kyllä näkivät koiransa oireet, mutta eivät tunnistanee niitä kivuksi. Lomakkeita täytettiin ennen kipu- ja lumelääkityksen aloittamista sekä neljä ja kahdeksan viikkoa lääkityksen aloituksesta. Tämän jälkeen kaikki lääkitys lopetettiin, ja omistajat täyttivät kyselyn vielä kertaalleen tästä neljän viikon kuluttua. Molempien ryhmien omistajat vastasivat kipuindeksiin kysymyksiin tavalla, joka osoitti että heidän koirillaan oli kipua. Harva omistaja kuitenkin merkitsi janalle, että koiralla olisi ollut kipua.

Kipulääkettä syöneiden koirien omistajat huomasivat vasta lääkkeen lopettamisen ja kipuoireiden palautumisen jälkeen, että tietty koiran käyttäytyminen oli johtunut kivusta. Tämä auttoi omistajia ymmärtämään, että heidän koiransa olivat kärsineet kivusta myös aiemmin. Lumelääkettä saaneiden koirien omistajat taas eivät missään vaiheessa osanneet yhdistää kipuoireita ja kipujanaa toisiinsa.

Monet koiranomistajat luulevat, ettei heidän koirallaan ole kipuja, koska se ei valita. Koira ei kuitenkaan ääntele, jos sillä on kroonista kipua tai särkyä. Akuutissa kivussa se saattaa vingahtaa. Yleinen harhaluulo on myös, että jos koira leikkii, juoksee tai haluaa kilpailla, sillä ei ole kipuja. Monilla koirilla on kuitenkin niin vahva vietti toimintaan, johon niiden rotu on jalostettu, etteivät ne työskennellessään välitä kivusta. On kuitenkin ihmisen velvollisuus tarkkailla koiraansa ja lukea mahdollisia kivun merkkejä sen käyttäytymisestä.

Harhakäsityksiä ja tulevaisuutta

Paitsi etteivät omistajat osaa tunnistaa koiransa kivuliaisuutta, heillä on usein myös harhakäsityksiä kivun hoidosta. Luullaan, että kipulääkkeen syöminen saa koiran tottumaan siihen, jolloin lääkkeen teho häviää. Myös sivuvaikutuksia pelätään. Eri kivuille on kuitenkin olemassa erilaisia kipulääkkeitä, ja samallekin kiputyypille on eri vaihtoehtoja. Jos yksi ei auta tai aiheuttaa sivuvaikutuksia, kannattaa kokeilla muita. Moneen kipuvaivaan on olemassa myös täysin sivuvaikutuksettomia vaihtoehtoja, kuten akupunktio, fysioterapia ja ravintoaineet.

Kipua lääkittäessä tulee helposti ajateltua, että jos koira ei kipulääkkeen avulla lopeta esimerkiksi kyynärnivelen nivelrikosta johtuvaa ontumista, kipulääkitys ei toimi. Ontuminen voi kuitenkin jäädä tavaksi, jos se on saanut jatkua pitkään. Siitä on jäänyt aivojälki, tai nivel voi olla liikuntarajoitteinen liikaluun ja ruston takia.

Luennon lopuksi Hielm-Björkman esitti, että kipukyselyn tulisi olla osa normaalia eläinlääkärikäyntien anamneesia, varsinkin koiran saavuttaessa kuuden, seitsemän vuoden iän, tai jopa vielä aikaisemmin. Näin omistaja oppisi arvioimaan kipua jo ennen kiputilan kehittymistä. Omistaja voisi myös säännöllisesti arvioida koiran liikkumista tarkkailukortin avulla. Vanhenevan koiran nivelet voitaisiin tutkia rutiinisti röntgenillä, vaikka mitään suurta kremppaa ei koirasta olisikaan havaittavissa.

Jalostuksen osalta Hielm-Björkman kehoitti vähentämään piirteitä, jotka tuottavat akuuttia, kroonista tai neuropaattista kipua. Myös ”pelkkää” epämukavuutta aiheuttavat piirteet, kuten silmiä hankaavat silmäripset tai liian ahtaat hengitystiet ja sen aiheuttamat sierain-, nielu- ja henkitorviahtaumat ovat kammottavia, jos niiden kanssa joutuu elämään koko ikänsä. Emme tiedä miten paljon kipua tai kärsimystä ne tukehtumisen tunteen kautta aiheuttavat, mutta voimme kaikki varmasti kuvitella miltä tuntuisi elää tällaisten ongelmien kanssa päivittäin.