**Как нас лечат домашние любимцы**

*Общение с домашними животными применяется в некоторых зарубежных клиниках, в дополнение к основному лечению. Особенно благотворно оно действует на детей и пожилых пациентов.*

**Кошки.** Главные из хвостатых докторов помогают при стрессе, снимают боли и воспаления, стимулируют лечение травм. Часто кошка буквально ложится на человека в том месте, где его что-то беспокоит. А поглаживание кошки на протяжении нескольких минут способствует нормализации пульса и давления. Мурлыканье — это звуковые сигналы с частотой колебаний от 20 до 50 герц, они способствуют повышению иммунитета организма и — удивительно, но факт! - укреплению костей.

**Собаки** снижают стресс, облегчают неврозы и депрессивные состояния. Общение с собакой полезно при сердечно-сосудистых заболеваниях. Когда человек проводит время со своим питомцем, его сердцебиение немного замедляется, следуя за ритмом сердца собаки. Работа сердца очень сильно подвержена влиянию стресса, а замедление этого ритма действует крайне благотворно. А для скромных и стеснительных людей общение с собакой — способ повысить самооценку и стать общительнее.

**Птицы.** Недаром говорят: когда поют птицы, болезни уходят. Человек воспринимает только часть звуков птичьих голосов, ведь большинство птиц при пении издает звуки более высокой частоты, чем те, которые мы способны уловить. Мы не слышим такие звуковые колебания, но они благотворно воздействуют на организм.

Пение птиц снижает напряжение и успокаивает, их непоседливость и веселый нрав развеют меланхолию, помогут стать активнее и общительнее.

**Рыбки.** Наблюдение за рыбками в аквариуме хорошо успокаивает, поэтому таких питомцев стоит завести людям, которые страдают от депрессии и неврозов. Кроме этого, аквариум отлично корректирует микроклимат, а испаряющаяся из него вода увлажняет воздух, делая его более полезным для легких.

**Грызуны.** Грызуны — хомяки, кролики, морские свинки — помогают снизить тревожность. Особенно полезны стеснительным и замкнутым детям.

****