

分離不安って  
なあに？





## 分離不安とは

飼い主さんと離れたとき、ペットも不安を感じることがあります。

そのストレスが原因で、さまざまな問題行動を起こしてしまう状態を「分離不安」といいます。

問題行動には、トイレ以外での排泄、ムダ吠え、物を破壊するなどがあります。





## 分離不安の原因

### 生活環境

- 留守番に慣れていない
- 生活リズムの変化  
(テレワーク、引越し、就職、進学など)

### 病気、加齢

- 痛みを感じている
- 思うように動けない
- 目がみえない

### 恐怖体験

- 捨てられたことがある
- 留守中に、大きな雷や地震を経験した
- 数日間預けられ、飼い主さんと離れることが多い

### コミュニケーション

- 帰宅時に強くかわいがる
- 外出時に謝りながら出かける

### 分離不安になりやすい犬種

- トイ・プードル
- チワワ
- ビーグル



※分離不安は犬種問わずに発症します。  
甘えん坊で寂しがり屋の犬が発症しやすいといわれています。



## 分離不安の治療

心を落ち着かせる成分が入っているフードやサプリメントがあります。

また、お薬で改善するケースもあります。

しかしながら、飼い主さんとのコミュニケーション方法を見直すこと(行動トレーニング)も大切です。



# ♡ 行動トレーニング



YouTube動画

1

## ポジティブになる

ペットの失敗に対して怒らない

2

## 穏やかに過ごす

帰宅時はペットが喜んでいても普通に接しましょう  
在宅時も過剰にかかわらないようにする

3

## 何気なく外出

「出かけてくるね」は不安を煽ります  
好きなおもちゃなどを与えて気づかれずに外出を

4

## ペットの環境

留守番時に安心できる空間をつくりましょう  
(テレビやラジオをつけたり、好きな毛布を与える)



## 担当獣医師より

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



飼い主さんへの依存度が高ければ高いほど  
分離不安になりやすいです



### 飼い主さんの不在時・帰宅時

- 家の物を破壊する
- 下痢・排尿や嘔吐をする
- 吠え続ける
- 脱走を試みる形跡がある
- 自傷行為
- 帰宅時に粗相をする
- 常に飼い主さんの後を追う

動物病院名