

犬も“不安”を感じるの？



犬の分離不安





# こんなことがありますか？



## お留守番のとき

- 家具や扉を噛んだり壊してしまう
- 普段はできているのに、トイレ以外の場所で排尿や排便をする
- 留守中吠え続ける、いつも以上に吠える

## 出かけている間

- 常によだれを垂らしている
- 足を過剰になめたりする
- 原因不明の食欲不振・嘔吐・下痢など

## 飼い主が一緒のとき

- 外出の準備をする（上着を着る／鍵を手にする／仕事着に着替える…）と落ち着かなくなる
- 飼い主がそばにいないと不安になる

心当たりがあると分離不安かも



# 分離不安とは



## 分離不安

飼い主の不在時にのみ過度の不安行動がみられます。

過度の不安行動には無駄吠えや破壊行動、不適切な排泄、ケガをするまで床を掘るなどの自虐行動など。震え、嘔吐、下痢、水をたくさん飲む、自分の皮膚をなめて皮膚炎になるなどが挙げられます。分離不安という病気は珍しくないので、どんな犬にも発症する可能性があります。

## 発症のキッカケは？

- 飼い主さんがお出かけの際の準備のやり方が変わる（転職などで）
- 働きに出ていなかった飼い主が働きに出るようになる
- 引っ越し
- ペットホテルなどに預けられた後
- 家族の構成メンバーが変わった（結婚、出産、新しいペットが来たなど）
- 医学的な他の問題が潜んでいた

## どんな子に多い？

トイ・プードル、ミニチュア・ダックスフンド、ポメラニアンなどが挙げられますが、どの犬種にもみられます。

一緒に暮らす家族が変わったり、保護犬に多いことがわかっています。



# 分離不安の治療

## 治療法

何らかの病気や痛みによりさらに不安を感じることも多いので、まずは獣医師に相談しましょう。分離不安以外の病気の可能性もあるので、必要に応じて身体検査・血液検査・レントゲンやエコーなどを受けてください。

その上で“分離不安”が疑われたら、行動療法と薬物療法を取り入れて治療ができます。





# 行動療法



## 普段の生活

### ● 一緒にいるときの接し方

- ・洗濯物を干しにベランダへ行く/トイレ・風呂に行くときに“待て”の合図で待たせて、待っている間に知育玩具を渡しておく

※知育玩具：次のページをみてください

### ● 外出するフリをする

- ・鍵やカバンを手にしたり、外出着のある部屋やクローゼットに出入りする
- ・化粧台に行く
- ・靴をはく



## 外出時・帰宅時

### ● 外出約30分くらい前から過度に関わらないようにする

- ・普段通りにして過度に接したり撫でたりしない
- ・犬が夢中になるもの(おやつの入った知育玩具・噛むもの)を与える
- ・出かける準備の間、ひとりで遊べる環境づくり
- ・出かける準備のルーティーン(順番)を変えてみる

### ● 帰宅時に過度なコミュニケーションを取らない

- ・犬が落ち着くまで触れ合わない
- ・破壊行動・不適切な排泄などに対して、決して叱らない

(犬は数秒経過した過去のことを理解できません。また不安な気持ちから出た行動なので、叱るとより不安になります。)



# 行動療法



## お留守番の環境を整える

### ● 犬が落ち着ける場所の準備

- ・リラックスできる場所を増やす
- ・オーナーの匂いのついたものを置いておく

### ● 日常的に適切な運動/エネルギーの発散

- ・お留守番前の散歩やおもちゃ遊び

### ● 知育玩具を用いた給餌(外出する15~30分前)

※ 知育玩具とは、中にフードやおやつを入れて時間をかけながら探して遊べるおもちゃです

- ・コング、グリーンフィーダー、ノーズワークマットなど沢山の種類があります
- ・おもちゃはいくつか置いておく方が良いでしょう



東京農工大学動物医療センター  
Tokyo University of Agriculture and Technology  
Animal Medical Center

### ● 夕方の帰宅を予測して、いつ帰るかわからないから不安が増す場合

- ・自動給餌器を用いて、夕方の不安になる時間帯にフードが出るように設定しておく

※ 「おもちゃに見向きもしない」

「食欲が出ない」

「留守番中にパニックになる」など、行動療法がうまく取り入れられない場合は薬物療法を併用した方が犬の過度のストレスを軽減する事ができます





## 分離不安の脳の状態

### ● セロトニンとは？

- 不安のコントロールに関わる神経伝達物質の一つ
- 分離不安ではセロトニンの枯渇が原因の一つかも？  
(脳内のセロトニン量が潤沢ではない状態)

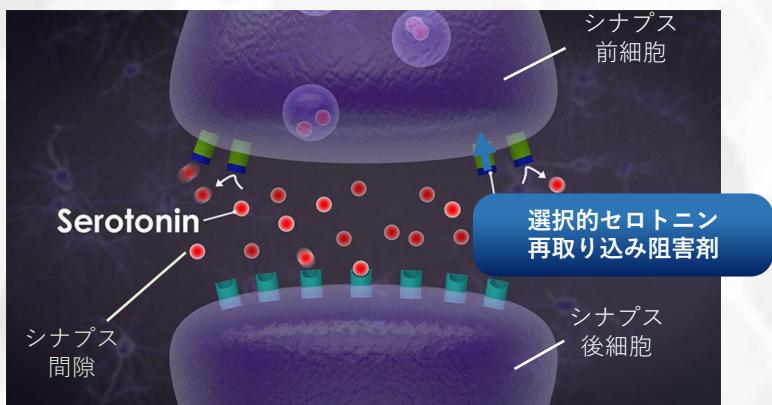
### ● 再取り込みとは？

- セロトニンはシナプス前細胞にて待機しており、必要なときに2つの細胞(シナプス前細胞/後細胞)の間に空間に放出されます
- シナプス後細胞にセロトニンの受容体があり、情報伝達を行います
- その後セロトニンはセロトニン再取り込み装置からシナプス前細胞へ戻ります

## 選択的セロトニン再取り込み阻害剤(SSRI)

### ● 再取り込みを阻害

- 選択的にセロトニンの再取り込みをブロック  
(再取り込み口に蓋をするイメージ)
- シナプス内のセロトニン量を増やし、受容体に作用して不安を下げます





# 行動療法 + 薬物療法



行動療法

## 臨床試験

薬物療法

### 「行動療法」と「薬物療法」の併用が大切

#### 米国およびカナダ臨床試験による有効性評価



#### 対象

分離不安(SA)の犬  
(フルオキセチン群: 96頭、プラセボ群: 92頭)

#### 投与条件

フルオキセチン1~2mg/kg/日を  
56日間投与

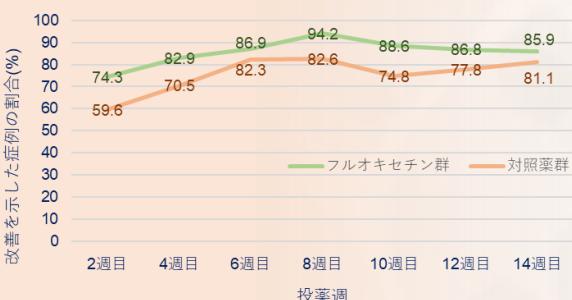
#### 試験方法

- 多施設共同二重盲検無作為化プラセボ  
対照並行群間比較試験
- 行動療法併用

#### 試験施設

米国およびカナダの35施設

#### 欧州臨床試験による有効性評価



#### 対象

分離不安(SA)の犬  
(フルオキセチン群: 140頭、対照薬群: 146頭)

#### 投与条件

フルオキセチン1~2mg/kg/日を  
56日間投与

#### 試験方法

- 多施設共同無作為化二重盲検陽性  
対照並行群間比較試験
- 行動療法併用

#### 試験施設

フランスおよびドイツの51施設

- SSRIは服用して1~2ヶ月くらいしてから効果が出始めます
  - 効果が出るまでの間、他の抗不安剤やサブリメントの併用ができますのでは獣医師の指示に従ってください
  - 副作用: 食欲減退、元気消失、震え、排泄・胃腸障害など
- (注) 緑内障や糖尿病の治療時の投薬は注意して獣医師の指示に従ってください



# 獣医師からの行動療法アドバイス

## すこしずつ、お出かけや留守番のストレスを 軽減していきましょう

### 飼い主さんの在宅時・不在時・帰宅時

- 外出時には大袈裟に接しない
- 外出の15~30分前に知育玩具を与える
- 外出するときのルーティーンを変えてみる
- 帰宅後、落ち着いてきたらかまってあげる
- 帰宅時に家が荒らされたり排泄していても決して叱らない

### 日々できること

- お出かけのマネをして出かけない
- 落ち着いているときに褒める
- おやつを使ってトレーニング
- 短い外出で訓練する
- 知育玩具で遊ぶ
- 犬が落ち着く場所を確保する

“不安”だからこそ、家族が留守だとどうすればいいかわからず、後追いをしたり、排泄をしたり、吠えてしまったりするのかもしれません

「家族の一員」だからこそ、愛するワンちゃんたちのことをお気軽にご相談ください



【監修】

獣医師 入交眞巳 Mami Irimajiri

東京農工大学附属動物医療センター

動物病院名