



分離不安症って
なあに？





分離不安症とは

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「分離不安症」といいます。

問題行動には、トイレ以外の排泄、ムダ吠え、物を破壊するなどがあります。



分離不安症の原因

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
- ・数日間預かられ、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





分離不安症の治療

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。



1 行動トレーニング



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)

飼い主さんへの依存度が高ければ高いほど
分離不安症になりやすいです

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
- 呛え続ける
- 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