アニコム どうぶつNEWS
2026年9月号

いぬに多い病気、そこが知りたい!



分離不安ってなに?



どんな病気?

愛着のある人と離れることに過剰に不安を感じる病気。

家族が出かける準備をしはじめると、離れることを予期して落ち着かなくなったり、ヒンヒン鳴いたりなどの不安行動が出てきます。家族が外出したあとにも不安行動は続き、不安感がピークに達する15〜30分後にもっとも行動が激しくなるといわれています。不安感に支配され、パニックに陥るほどのケースもあるなど、程度はさまざまです。

おもな原因 ひとりの経験が少ない犬や環境が変わった犬に多いです。

犬は群れで暮らす動物のため、ひとりになることに不安を感じやすい傾向があります。

- 子犬のころから留守番などひとりでいる経験が少ない
- 引っ越しや家族構成の変化など環境が変わった
- 留守番中に雷や地震などの怖い経験をした
- 加齢により不安傾向が強まった
- 痛みを伴う病気になり不安を感じやすくなった など

起きるタイミングと症状

不安を示す行動が家族の外出前後に必ず起こります。

いつ起こる?		外出準備中や外出後
誰に対して起こる?		家族全員または特定の1人(愛着のある人)
どんな不安行動が起こる?	外出後には…	●吠える、遠吠えする ●ドアの前でじーっと座り続ける ●ドアを破壊しようとする ●トイレ以外の場所でオシッコをする ●外出を予期したときにしていた症状が続く など
	外出を予期すると…	●ヒンヒン鳴く、吠える ●後追いをする ●うろうろ歩き回って落ち着かなくなる ●パンティングをしはじめてヨダレが増える など
	不在時の要注意な行動は	●眠れない ●食べられない ●顔や足先などから血が出るほど破壊行動をする など



診断 問診とペットカメラの映像から診断します。

問診は、飼い主さんの家族構成と関係性、家族の一日のスケジュールと犬の留守番時間、運動(散歩や遊び)の内容など、多岐にわたって行います。また、不安を示す行動がほかの病気が原因のものではないかといった識別も重要です。ペットカメラなどで写した留守番時の犬の様子が、診断に非常に役立ちます。

＼どんな犬にもおすすめ!／

留守番時の不安感をやわらげる方法

※現在、分離不安の症状が強く出ている場合は行動治療の専門医に相談のうえ、対応してください。

1 外出前に散歩や遊びを行って疲れさせておく

疲れると不安を感じにくくなるため、留守番をさせる前に散歩や遊びで疲れさせておくのがおすすめ。10〜15分程度でいいので、引っ張りっこ遊びなどをしてみて。

2 時間をかけておやつやフードを食べさせる

不安感がピークになる外出後15〜30分を乗りきるため、知育おもちゃにおやつやフードを仕込み、食べることに集中する時間を長くして。知育おもちゃは複数用意するのが◎。

※留守番時の知育おもちゃは誤飲のおそれがないものを選びましょう。

いぬに多い病気、そこが知りたい! は「いぬのきもち」で連載中!

●こちらは、掲載した記事を再編集したものです。

アニコム損保ご契約者が
マイページから定期購読を申込むと
2号(2ヶ月分)無料!!



発行元:アニコム損害保険株式会社