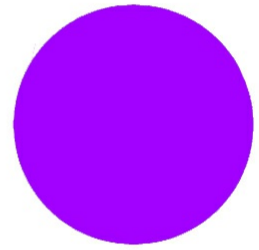






سندروم روده تحریک پذیر

Irritable Bowel Syndrome



علام سندروم روده تحریک پذیر

علام رایج IBS شامل:

کرامپ

درد شکمی

نفخ و دفع گاز

یبوست

اسهال

بیماران ممکن است در دوره هایی از این سندروم یبوست و اسهال را به صورت همزمان تجربه کنند. علائمی مانند نفخ و دفع گاز معمولاً پس از یک نوبت اجابت مزاج از بین می روند.

علام این سندروم معمولاً پایدار نیستند، برطرف شده و دوباره بازمی گردند. با این حل برخی افراد علام را به صورت مداوم تجربه می کنند.

**علل ابتلا به سندروم روده تحریک پذیر چیست؟**

علت دقیق این بیماری هنوز ناشناخته است. علل محتمل شامل: کولون یا سیستم ایمنی بیش از حد حساس می شوند.

فرآیندهای فیزیکی مختلفی در IBS دخیل است که به برخی از آنها اشاره می شود:

حرکت آهسته یا اسپاستیک کولون که موجب کرامپ های دردناک می گردد

سطح غیرطبیعی سروتونین در کولون که بر حرکت روده تأثیر می گذارد

بیماری سلیاک خفیف که به روده ها آسیب می رساند و موجب علام سندروم روده تحریک پذیر می گردد

**تغذیه در IBS**

در بعضی از افراد تغییر رژیم غذایی می تواند به کاهش علام سندروم روده تحریک پذیر کمک کند. با توجه به تفاوت علام در این گروه از بیماران، رویکردهای مرتبط با رژیم غذایی نیز باید متفاوت باشد.

**درمان IBS**

درمان قطعی برای سندروم روده تحریک پذیر وجود ندارد و درمان با هدف تسکین علام انجام می شود. در ابتدا ، ممکن است پزشک معالج به شما تغییراتی در سبک زندگی را توصیه کند.