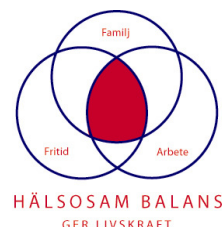


# Irritabel Bowel Syndrome (IBS)



## Typiska kännetecken Irritable Bowel Syndrome (IBS)

För att få diagnosen IBS ska man lida av upprepad buksmärta samt minst två av följande symtom:

- minskad smärta när man går på toaletten
- diarréer och/eller förstoppning
- ändrad form eller utseende på avföringen

Dessutom har man ofta några av de här problemen:

- gasighet
- uppkördhet/svullenhet
- plötslig ”nödighet”
- spänd buk
- slem i avföringen
- rapningar
- magljud (”knorrande”)
- dålig smak i munnen
- aptitförlust
- illamående
- kräkningar
- sura uppstötningar

## Hur det känns

**En person med IBS har ofta ont i magen, känner sig uppblåst, har förstoppning och/eller diarré.** Sjukdomen beror inte på något kroppsligt fel och är ofarlig. IBS orsakar dock ofta stora besvär för den som drabbas.

## Följder

IBS orsakar ofta stort lidande. Det kan bli svårt såväl att sköta jobb som skola, ägna sig åt fritidssysslor, resa kollektivt eller umgås.

**Inte ovanligt** Man räknar med att ungefär 10 % av den vuxna befolkningen i Sverige lider av IBS. Ungefär 3% har så kraftiga besvär att de behöver någon form av behandling.

Källa: Internet psykiatri

**HÄLSOSAM BALANS**

Carina Svensson

070/527 81 53

[www.halsosambalans.se](http://www.halsosambalans.se)

svenssoncarina@hotmail.com

carina@halsosambalans.se

Marknadskonsult

Samtalsterapeut

Friluftsledare

Utbildningspedagog för föräldrastöd/friskvård för parrelationer/självhjälptekniker för psykisk och fysisk hälsa.