een santeon ziekenhuis

Prikkelbaredarmsyndroom (PDS)

Het prikkelbaredarmsyndroom (PDS) wordt ook wel spastische darm genoemd. De aandoening komt veel voor in de westerse wereld. Naar schatting heeft 5 - 20 % van de Nederlandse bevolking last van PDS. Bij vrouwen komt de aandoening twee keer zo vaak voor als bij mannen.

De precieze oorzaak van PDS is niet bekend, maar meestal is er sprake van een overgevoelige darmwand en/of van verstoorde (spastische) bewegingen van de darm.

Meer over PDS

Hoe dit ontstaat is niet bekend. Hierbij spelen mogelijk afweercellen of de gevolgen van een infectie een rol.

PDS is een chronische aandoening, maar het klachtenpatroon kan erg wisselend zijn. Sommige mensen hebben altijd klachten en anderen hebben langere periodes weinig tot geen last van hun darmen. Door bepaalde voeding en periodes van drukte en stress kunnen de klachten toenemen.

Symptomen

Buikpijn en problemen met de ontlasting zijn de meest voorkomende klachten bij PDS. Veel mensen klagen over buikpijn, krampen, een opgeblazen gevoel, diarree of verstopping. Daarnaast kunnen er ook klachten zijn die niet direct met de darmen te maken hebben zoals vermoeidheid, maagklachten, brandend maagzuur, hoofdpijn, pijn in de rug en pijn bij het vrijen.

Behandelingen

De diagnose prikkelbaredarmsyndroom wordt volgens een internationale richtlijn gesteld aan de hand van de volgende criteria:

Buikklachten en stoelgang

De patiënt heeft last van steeds terugkerende pijn (of onaangenaam gevoel) in de buik, met tenminste twee van de onderstaande kenmerken:

- de pijn wordt minder na de stoelgang;
- het begin van de (pijn)klachten hangt samen met een verandering in de frequentie van de ontlasting;
- het begin van de (pijn)klachen hangt samen met een verandering in de vorm van de ontlasting.

De klachten duren langer dan 6 maanden

Om de diagnose ‘PDS’ te stellen moeten de klachten tenminste 6 maanden geleden begonnen zijn.

Uitsluiten van andere aandoeningen

Als de klachten ook kunnen wijzen op een andere aandoening, dan moet die eerst uitgesloten worden.

Door de juiste voeding en leefstijl kunnen de klachten afnemen.

Ook kan een MDL-arts u medicijnen voorschrijven om de pijn te verminderen en het ontlastingspatroon te verbeteren.

In sommige gevallen hebben mensen met PDS baat bij hypnotherapie of bekkenfysiotherapie.

Ook ervaren mensen met PDS soms een afname van hun klachten door het volgen van een speciaal dieet (FODMAP-beperkt).

Samen met u behandelend arts kunt u bespreken welke behandeling voor u het meest geschikt is.

Expertise en ervaring

Het specialisme Maag-Darm-Lever van het St. Antonius Ziekenhuis is het grootste behandelcentrum voor maag-, darm- en leverziekten in Midden-Nederland.

U kunt bij ons terecht voor alle veelvoorkomende en een groot aantal zeldzame aandoeningen rondom de (slok)darm, de maag, de lever, de alvleesklier en de galwegen.

Meer informatie

Websites

Maag-Lever-Darmstichting (https://www.mlds.nl/chronische-ziekten/pds-prikkelbare-darm-syndroom/)

Gerelateerde informatie

Specialismen

- Voeding & Dieet (Diëtetiek) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/voeding-dieet-dietetiek)
- Maag-Darm-Lever (MDL) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/maag-darm-lever-mdl)

Contact Maag-Darm-Lever (MDL) **T 088 320 56 00**