

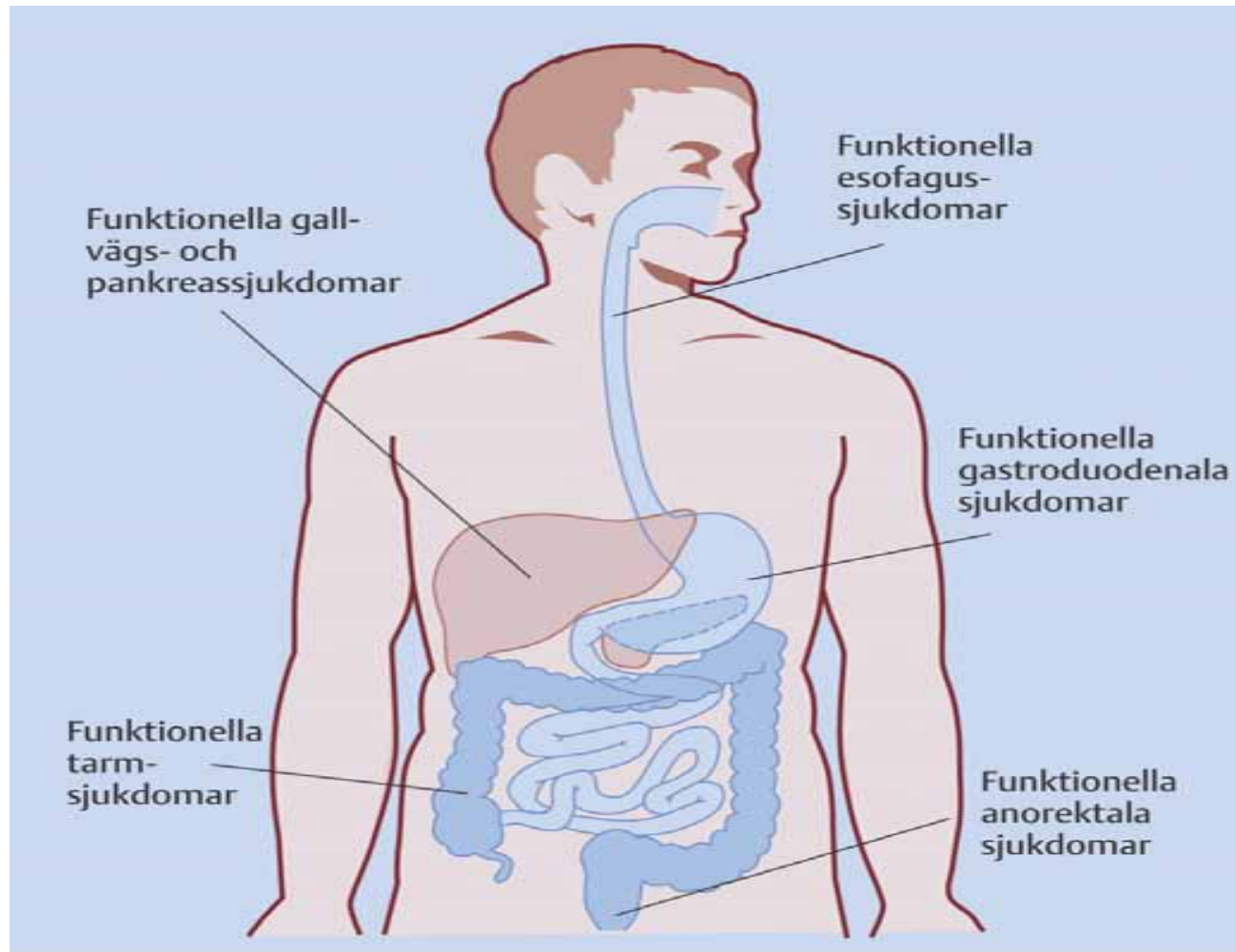
Irritable Bowel Syndrome

Jenny Gunnarsson, Gastroenterolog
Hallands sjukhus Kungsbacka

Gottskär 2011-11-15

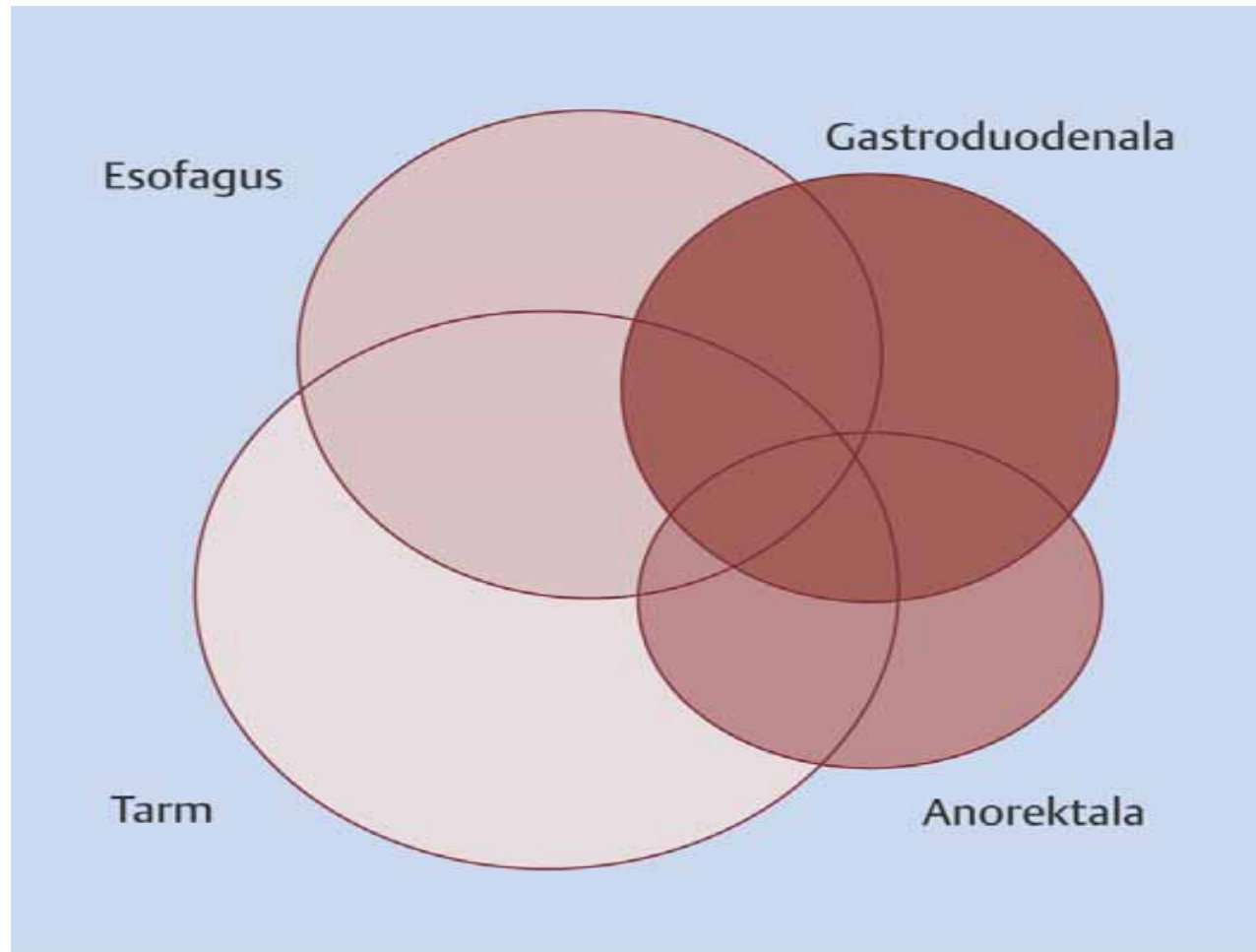
Bildmaterial ur "IBS-irriterande för patient och doktor",
M.Simrén

Funktionella mag-tarm sjukdomar - vad är det?



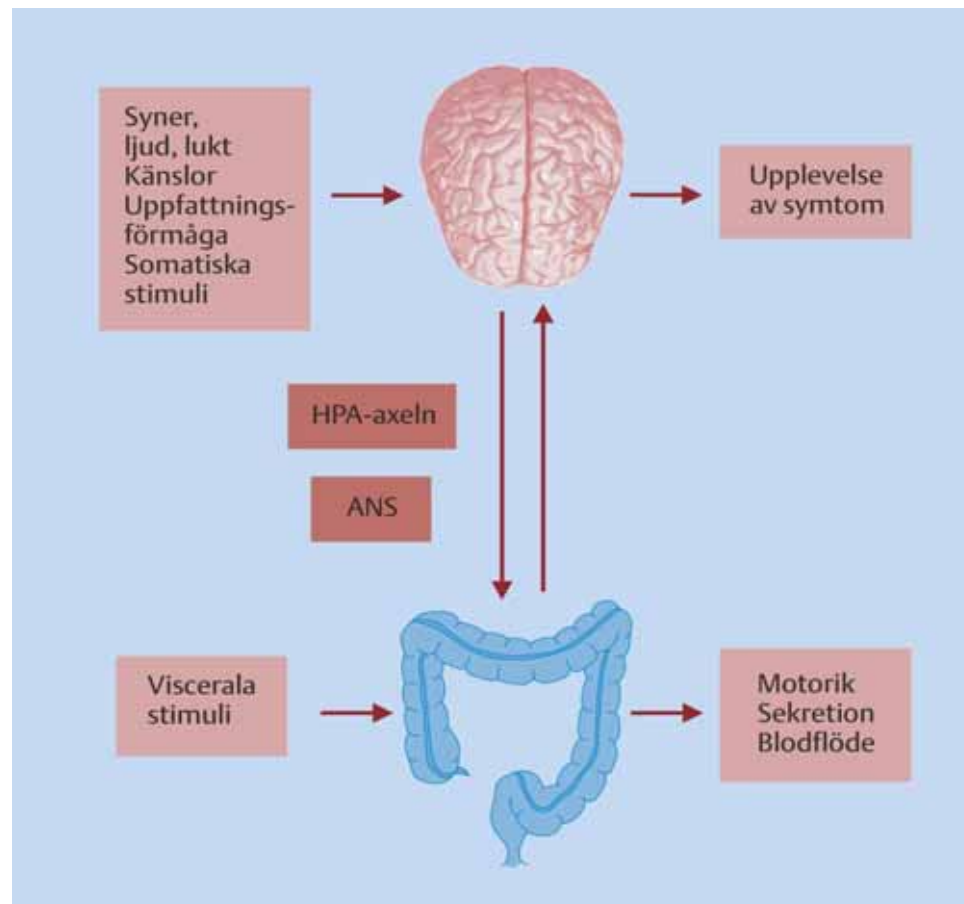
Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Funktionella mag-tarm sjukdomar



Irritable Bowel Syndrom (IBS)

IBS filter-teorin



Irritable Bowel Syndrom (IBS)

IBS bakgrund

- Funktionella mag-tarm sjukdomar kännetecknas av återkommande eller kroniska symtom från olika delar av mag-tarmkanalen som inte kan förklaras av påvisbara avvikelser vid rutinmässiga kliniska undersökningar.
- IBS kännetecknas av obehag/smärta i buken kopplat till ett stört avföringsmönster
- Ur patientens synvinkel en irriterande sjukdom som ofta orsakar långvarigt lidande, känsla att inte vara förstodd samt i enstaka fall till social isolering.

IBS - kärt barn har många namn...

- Ingen ny sjukdom
varit känd i 180 år

Irritable bowel syndrome (IBS)

Colon irritabile

Spastisk kolon/kolit

Nervös tjocktarm

Neurogen mukös kolit

Mukös kolit

Membranös enterit

Jäsningsdyspepsi

Tabell 1. En rad namn för IBS har genom åren figurerat i litteraturen. Här visas några, fler finns säkert.

Diagnoskriterier, Rome II

Minst 12 veckor, som inte behöver vara sammanhängande, under de senaste 12 månaderna med bukobehag eller buksmärtor som har två av tre särdrag:

1. lättar vid tarmtömning och/eller
2. början associerad med en förändring i avföringens frekvens och/eller
3. början associerad med en förändring i avföringens form/konsistens (utseende)

Tabell IV. De reviderade Rom-kriterierna, som presenterades 1999 och är något enklare än Rom I men också mer restriktiva, eftersom de kräver två symtom där buksmärtan/bukobehaget kopplas till en störd tarmfunktion [7].

Irritable Bowel Syndrom (IBS)



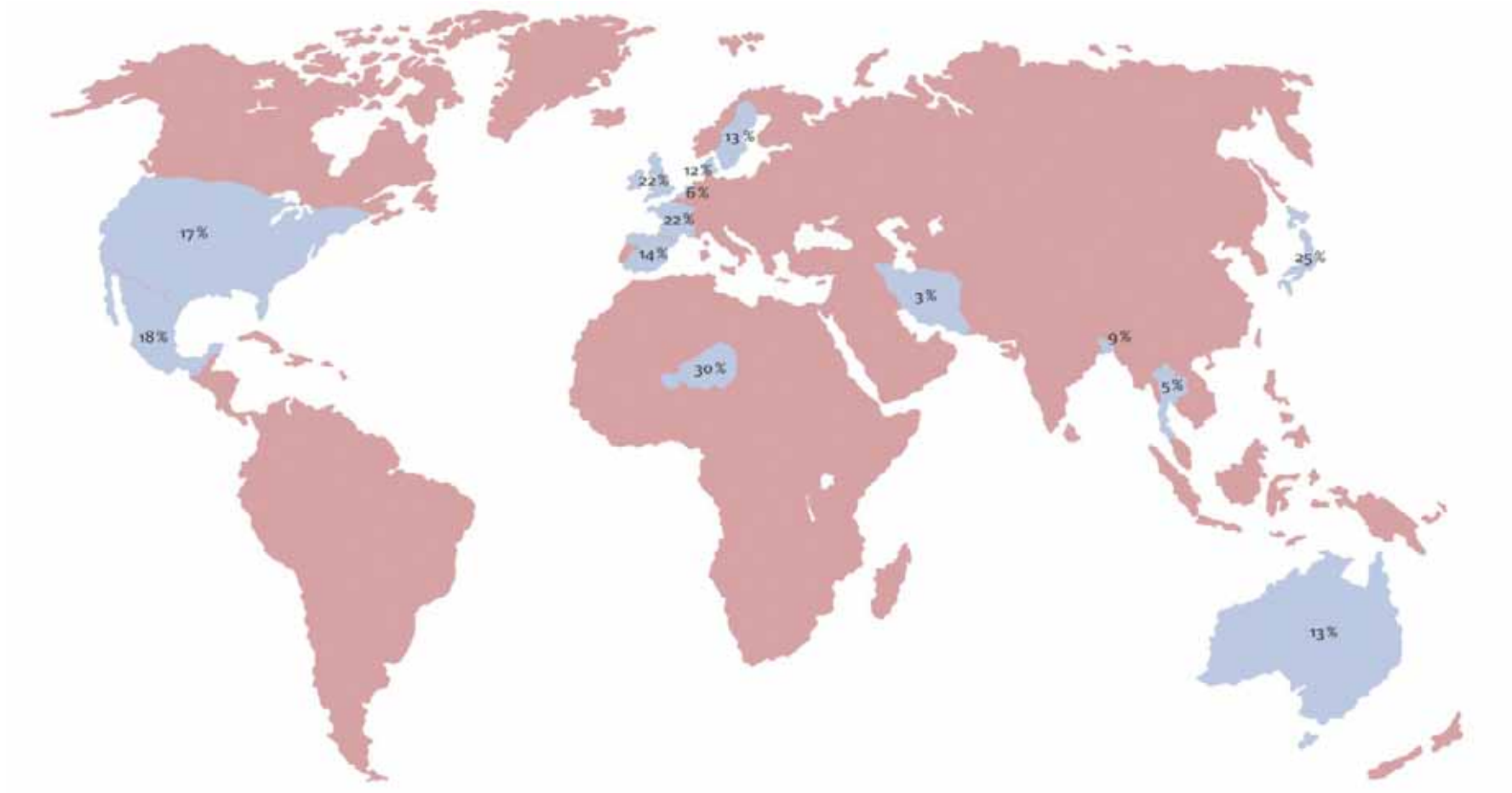
Diagnoskriterier, stödjande

1. Färre än 3 tarmtömningar per vecka
2. Fler än 3 tarmtömningar per dag
3. Hård avföring ("harlortar")
4. Lös eller vattnig avföring
5. Krystning vid tarmtömning
6. "Urgency" (bråttom till toaletten vid tarmtömning)
7. Känsla av ofullständig tarmtömning
8. Tömning av slem vid tarmtömning
9. Buksvullnad, uppkördhet, känsla av uppblåsthet

Tabell V. Dessa symtom är inte obligata men anses stödja IBS-diagnosen enligt Rom II-kriterierna. Dessutom används de för att dela in patienterna i diarrédominerad (ett eller fler av symtomen 2, 4 eller 6 och inget av 1, 3 eller 5; alternativt två eller fler av 2, 4 eller 6 och ett av 1 eller 5) respektive förstoppningsdominerad IBS (ett eller fler av symtomen 1, 3 eller 5 och inget av 2, 4 eller 6; alternativt två eller fler av 1, 3 eller 5 och ett av 2, 4 eller 6) [7].

Hur vanligt är IBS?

Högst förekomst i åldergrupp 20-50 år, mer vanligt hos kvinnor än hos män



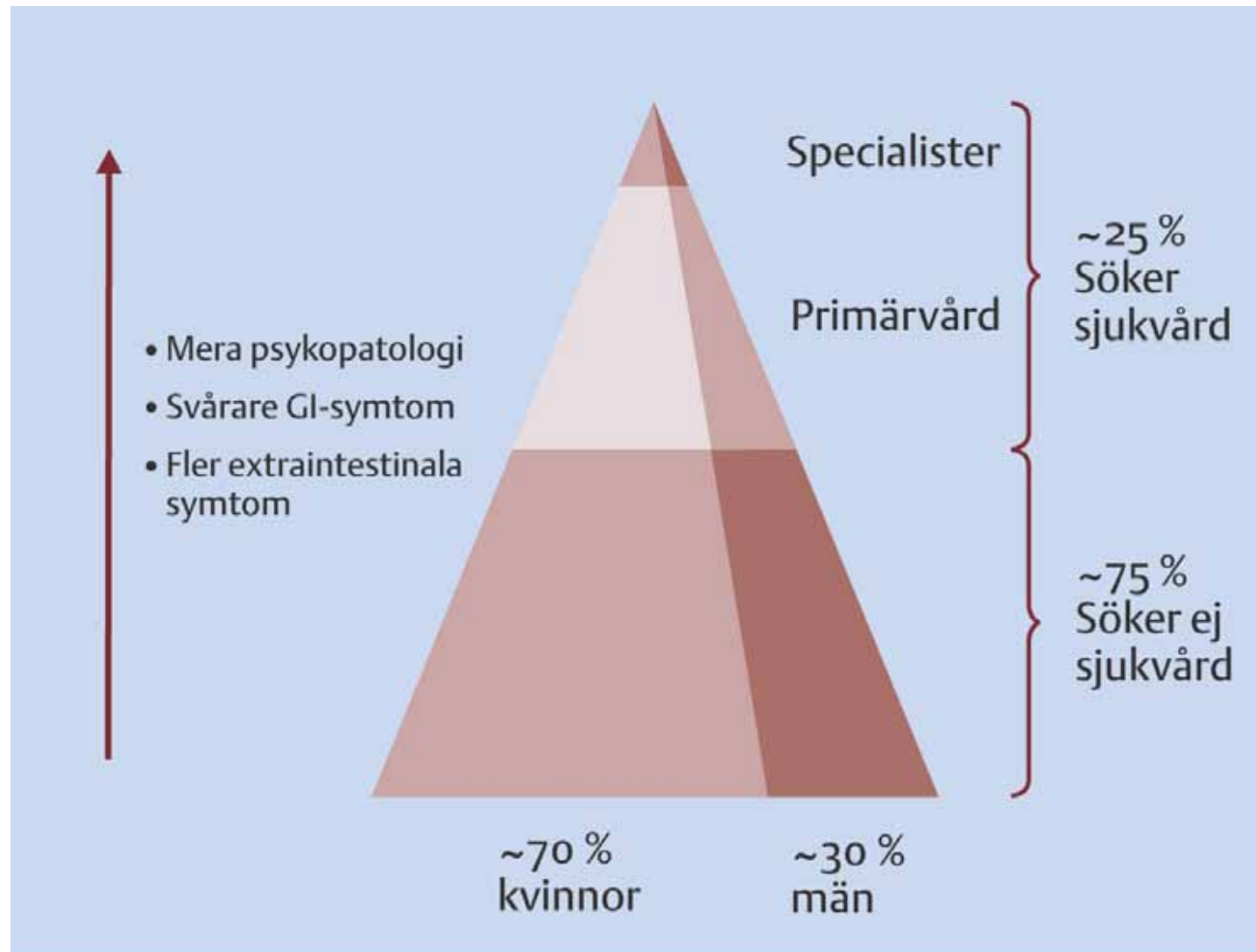
Irritable Bowel Syndrom (IBS)

IBS



Irritable Bowel Syndrom (IBS)

IBS sjukvårdskonsumtion



Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Ekonomi

- I USA 49% högre kostnader för vård av IBS patienter jämfört med normalbefolkningen
- IBS patienten har oftare genomgått kirurgiska ingrepp
- Söker oftare alternativ medicinsk terapi
- Även indirekta kostnader är betydligt högre hos IBS patienter, tex högre sjukfrånvaro

IBS Könsskillnader



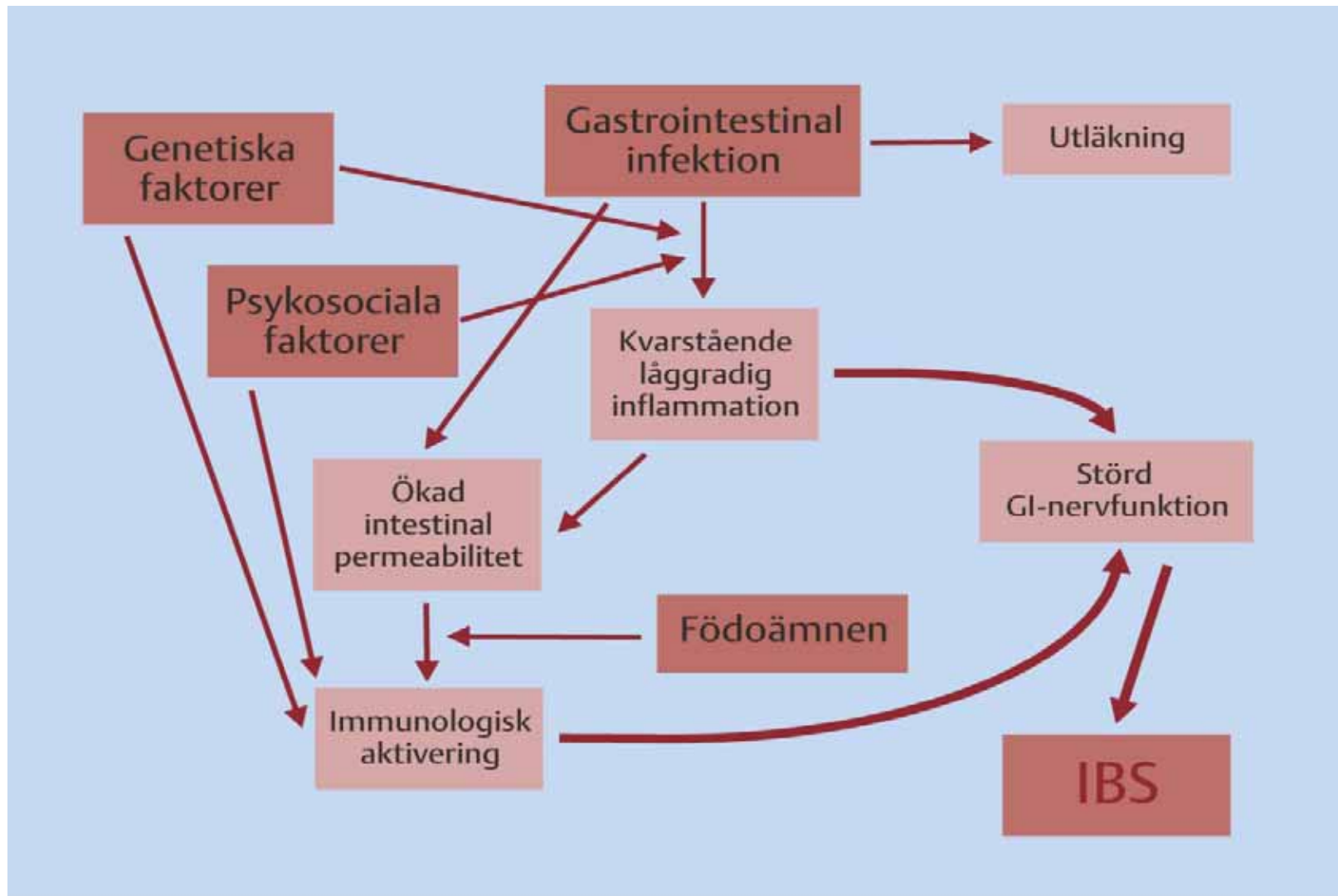
Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Orsaker bakom IBS

- Ärftlighet, ofta IBS i släkten, oklart om genetik, miljöfaktorer
- Psykosociala faktorer, stressperioder, livskriser ofta föregår debut och försämring av IBS, vanligare med depression och ångest!! Ofta psykosociala faktorer för hur man upplever sina mag-tarm symtom för stunden
- Inflammation/infektion, debut efter mag-tarm infektion, UC och Crohns sjukdom har mycket liknande symtom som vid IBS, nyare studier visar att en del IBS patienter har en lågradig inflammation djupt i tarmväggen.
- Födoämnesintolerans, Vanligt att olika födoämnen utlöser symtom, enbart en liten del har bevisad intolerans mot specifikt födoämne. Idag finns inga hållpunkter för allergi eller specifik överkänslighet som orsak till mag-tarm besvär.

Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Orsaker bakom IBS



Irritable Bowel Syndrom (IBS)

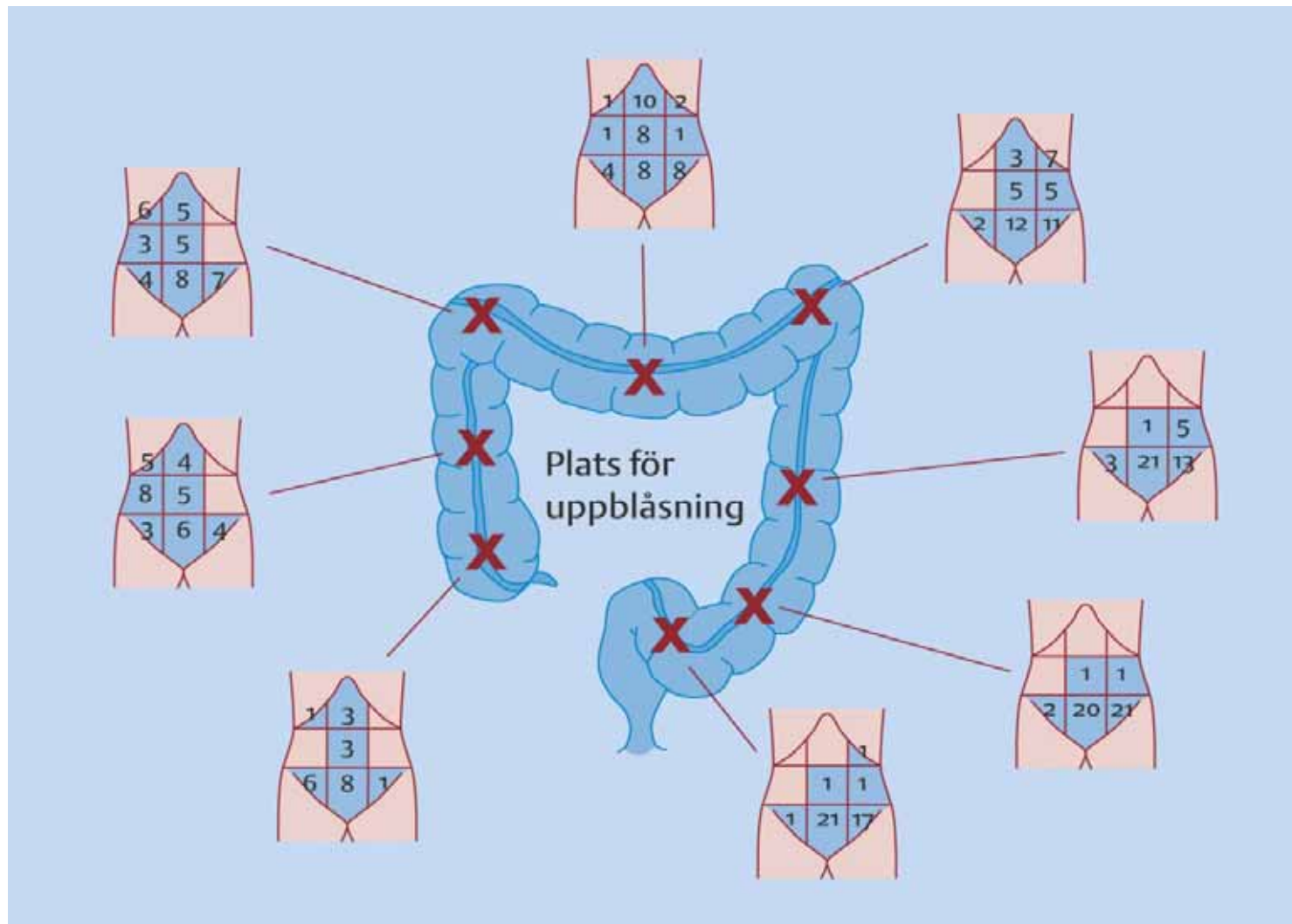
Orsaker bakom symtom vid IBS

- Orsaken till IBS är således oklar, däremot vet vi en hel del om vad som ligger bakom symtomen.
- **Motorik avvikelser**, "ökad motorisk retbarhet"
- **Visceral hypersensitivitet**, (ökad smärtskänslighet) orsakas av diverse faktorer såsom, stress, födointag etc.
- **Psykosociala faktorer**, psykosociala faktorer orsakar inte IBS men påverkar sjukdomen och sjukdomens svårighetsgrad. DVS hur man klarar av att handskas med sina problem. (" det viktigaste är inte hur man har det utan hur man tar det..")
- **Kommunikation mellan hjärna och tarm**, (glost filter.)

Symtom

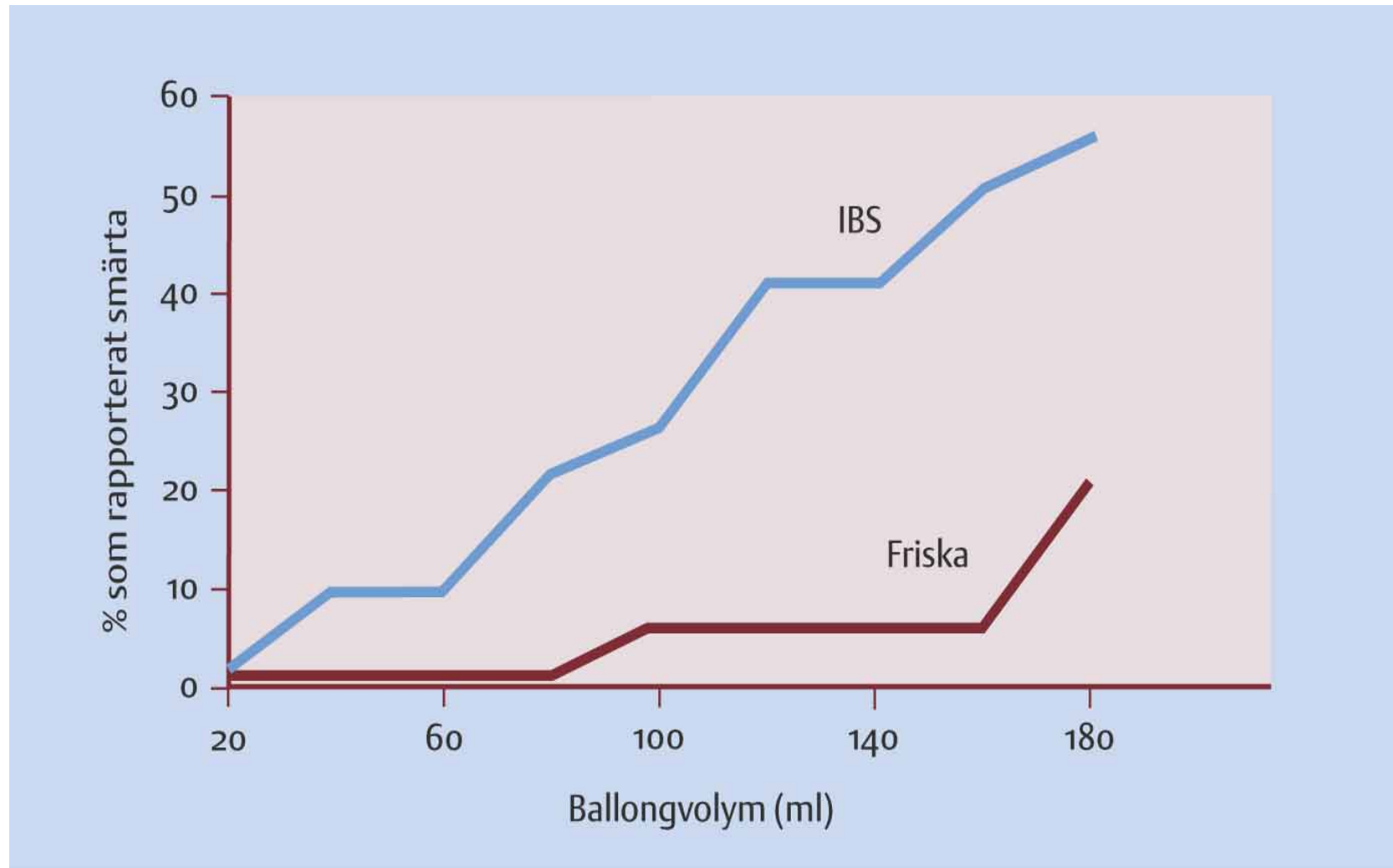
- *Smärta*
- Uppblåsthet / buksvullnad / gasbesvär
- Avföringsrubbing
- Symtom från andra delar av mag-tarmkanalen; tex dyspepsi
- Symtom utanför mag-tarmkanalen

Smärta



Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Smärta



Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Symtom

- Smärta
- Uppblåsthet / buksvullnad / gasbesvär
- *Avföringsrubbning*
- Symtom från andra delar av mag-tarmkanalen, dyspepsi, refluxsjukdom
- Symtom utanför mag-tarmkanalen

Avföringsmönster

Bristol Stool Form Scale			
Lång passagetid (dvs. 100 tim)	Typ 1	Små, hårda klumpar, "harlortar", som små nötter, svåra att få ut.	
	Typ 2	Korvformad, men knölig.	
	Typ 3	Som en korv, men med sprickor på ytan.	
	Typ 4	Som en korv eller orm, jämn och mjuk.	
	Typ 5	Mjuka klickar med skarpa kanter.	
Kort passagetid (dvs. 10 tim)	Typ 6	Fluffiga bitar med ojämna kanter, en grötig avföring.	
	Typ 7	Vattnig, inga fasta bitar.	

Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Symtom

- Smärta
- Uppblåsthet / buksvullnad / gasbesvär
- Avföringsrubbing
- Symtom från andra delar av mag-tarmkanalen, dyspepsi, refluxsjukdom
- *Symtom utanför mag-tarmkanalen*

Symtom utanför mag-tarmkanalen



Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Diagnostik och omhändertagande

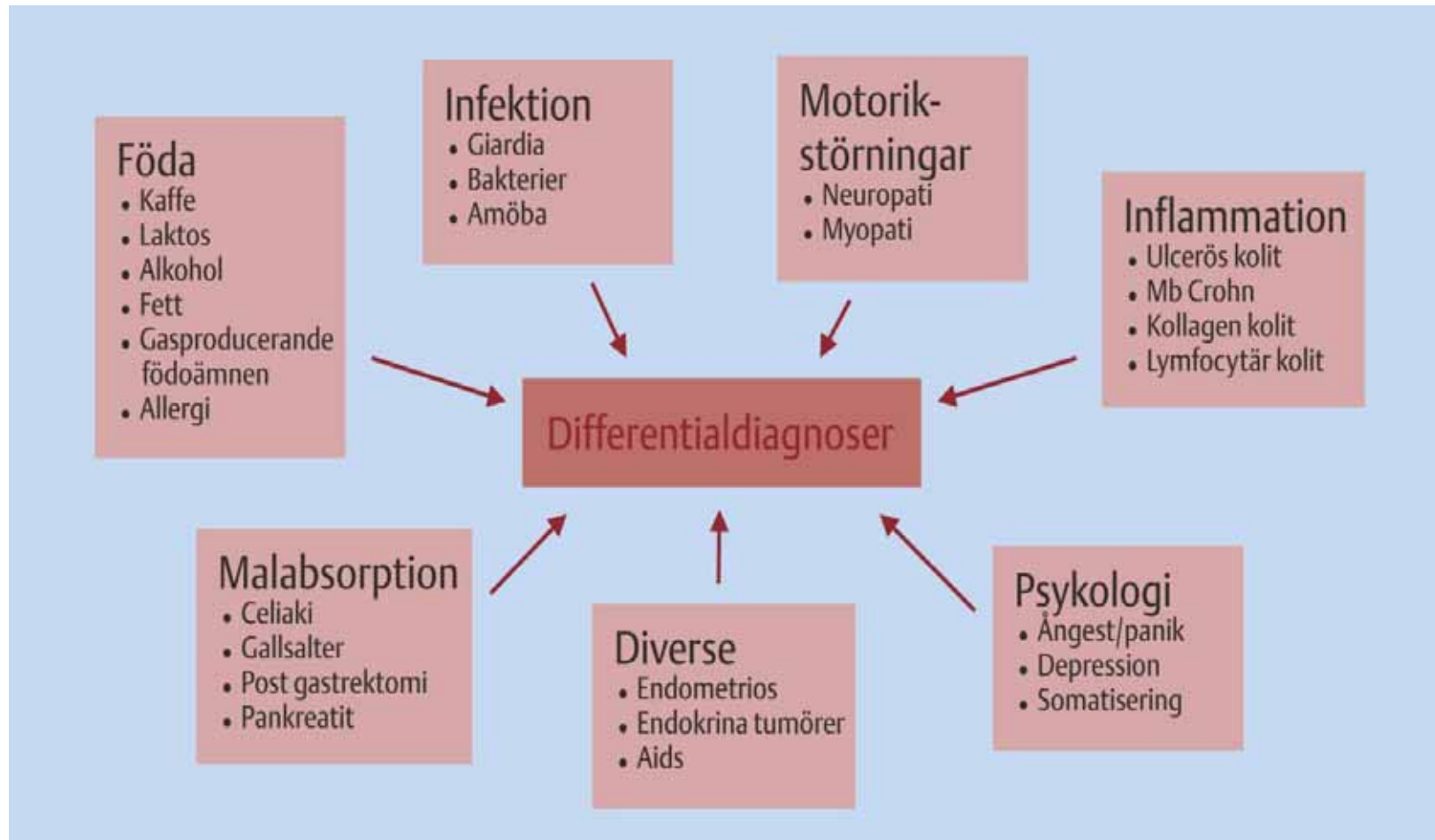
- Undersökningar
 - Typisk sjukhistoria
 - Enkla blodprover
 - Ev rektoskopi

Diagnostik och omhändertagande



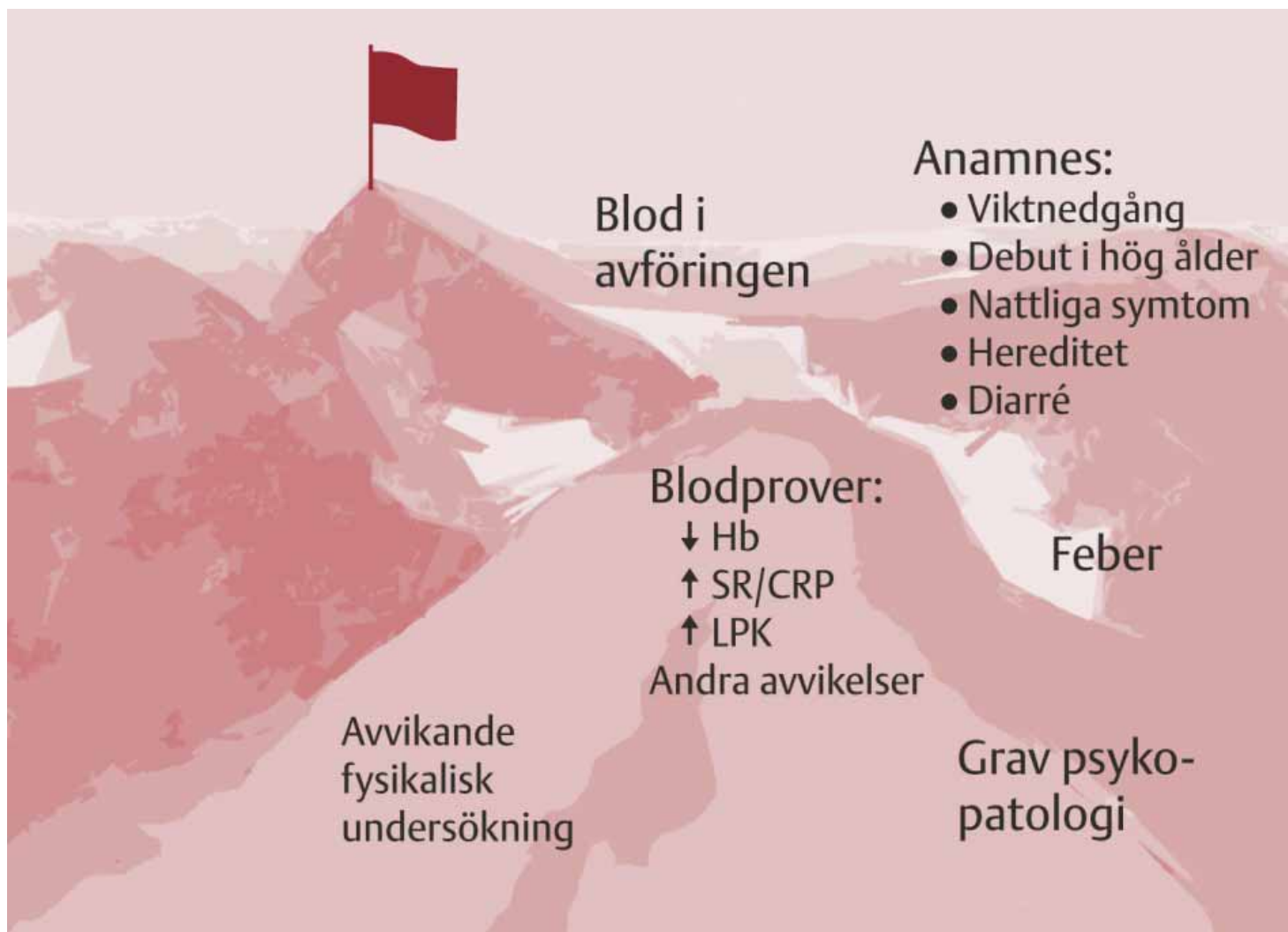
Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Differentialdiagnoser



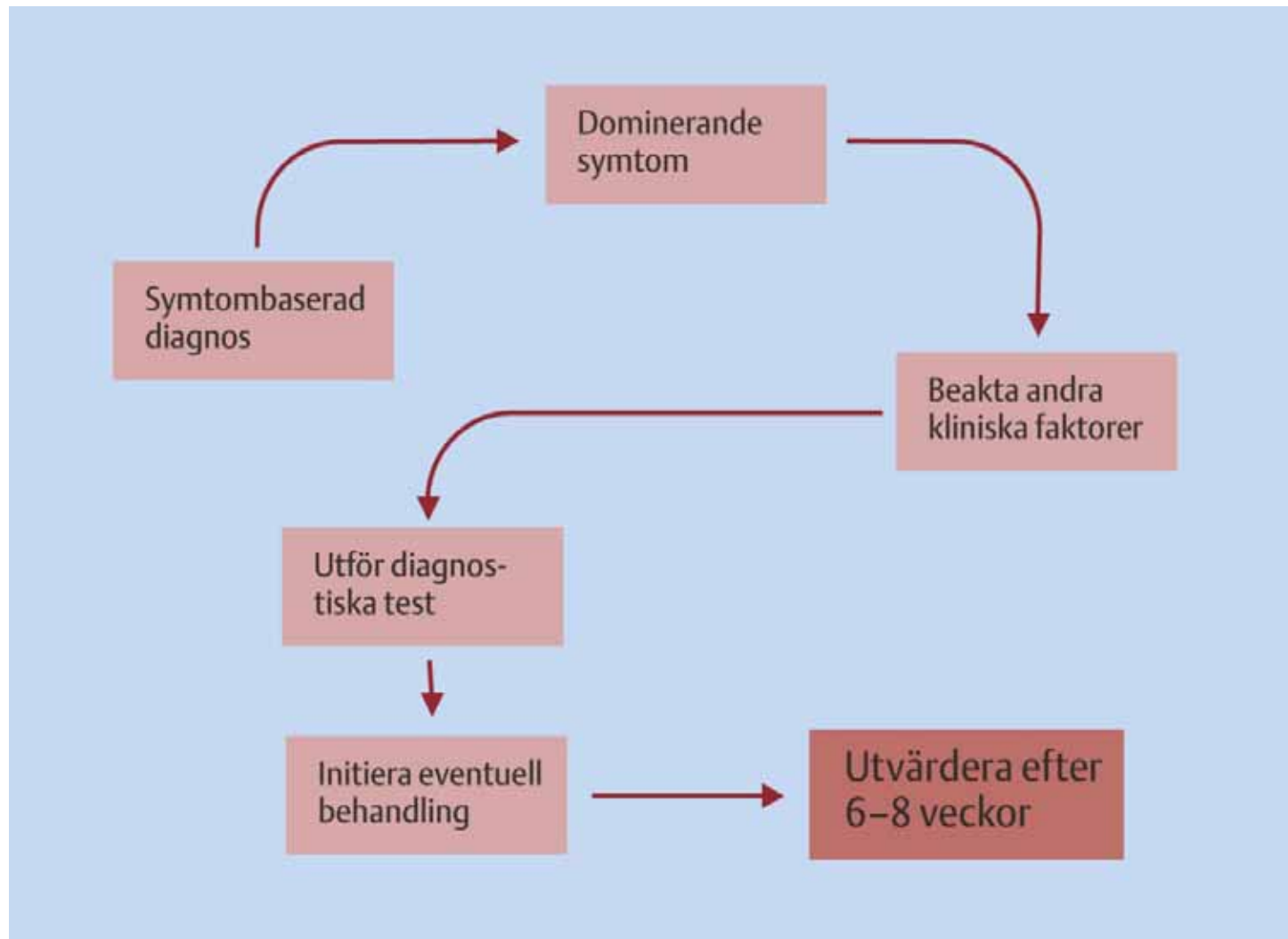
Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Varningssymptom



Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Diagnostik och omhändertagande



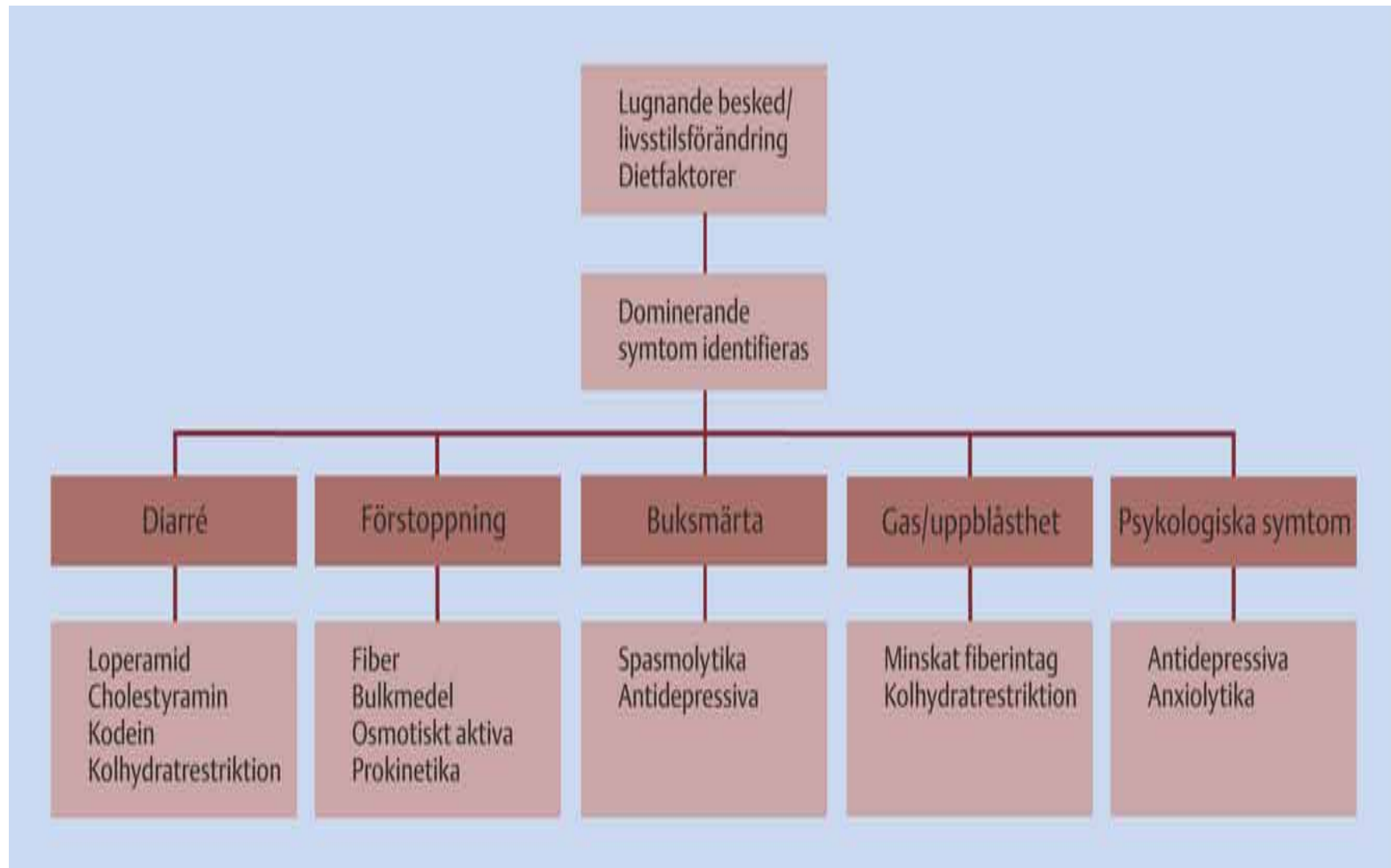
Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Omhänder tagande



Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Behandling

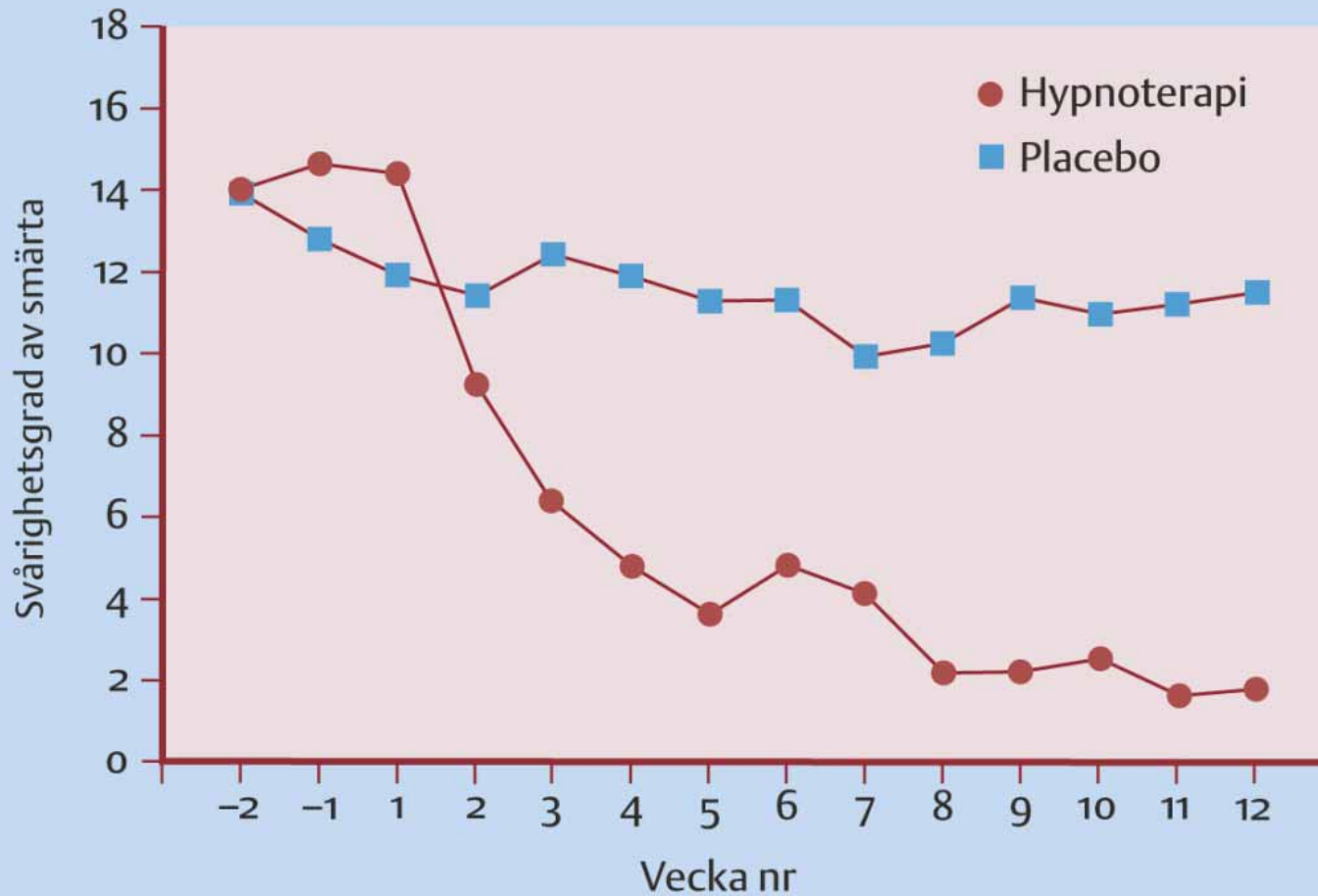


Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Behandling

- Psykologisk behandling
 - Avslappning
 - Kognitiv beteende terapi
 - Hypnos
 - Annan behandling, TNS, akupunktur, zonterapi

Hypnosbehandling



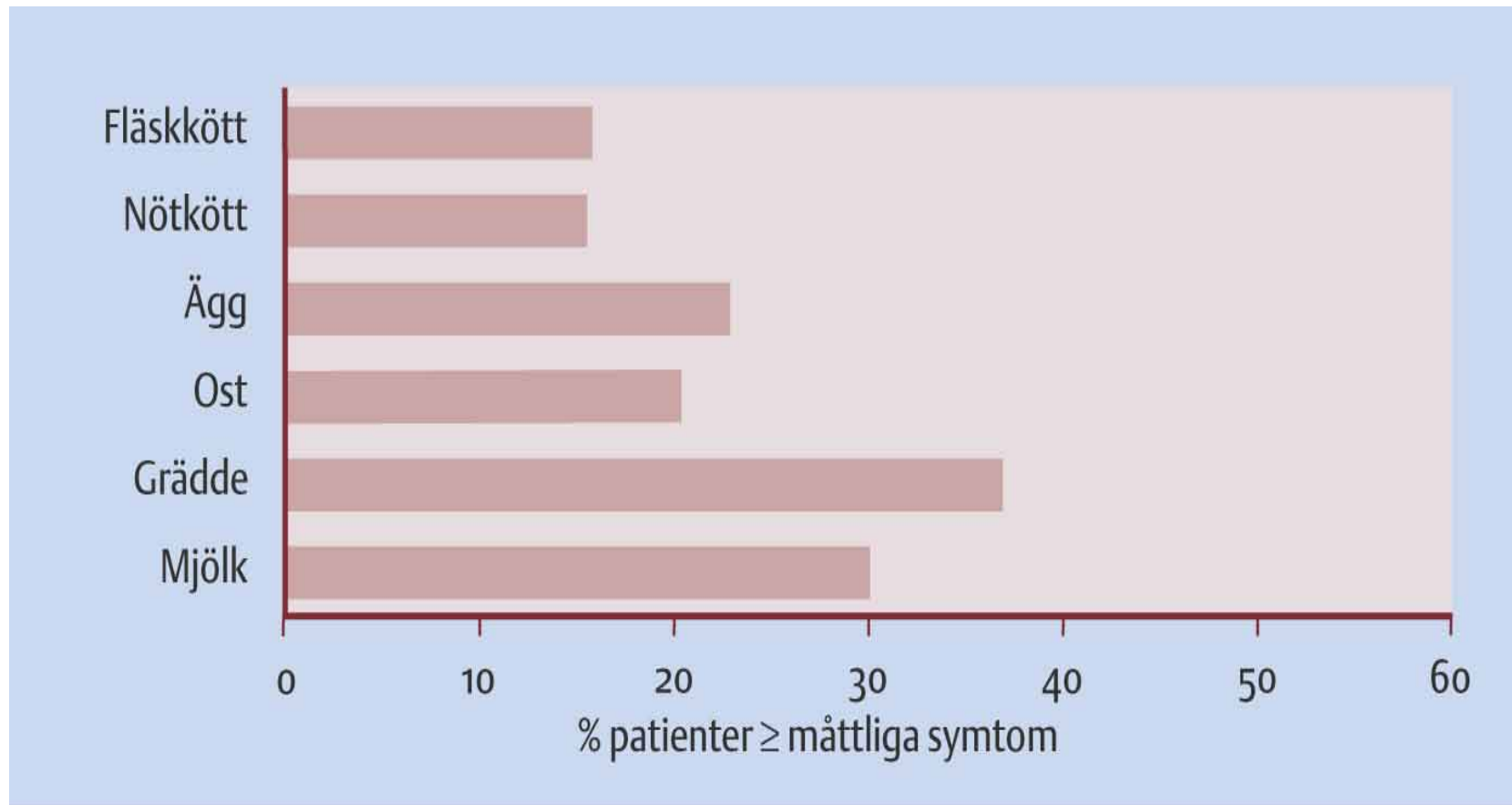
Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Kost vid IBS



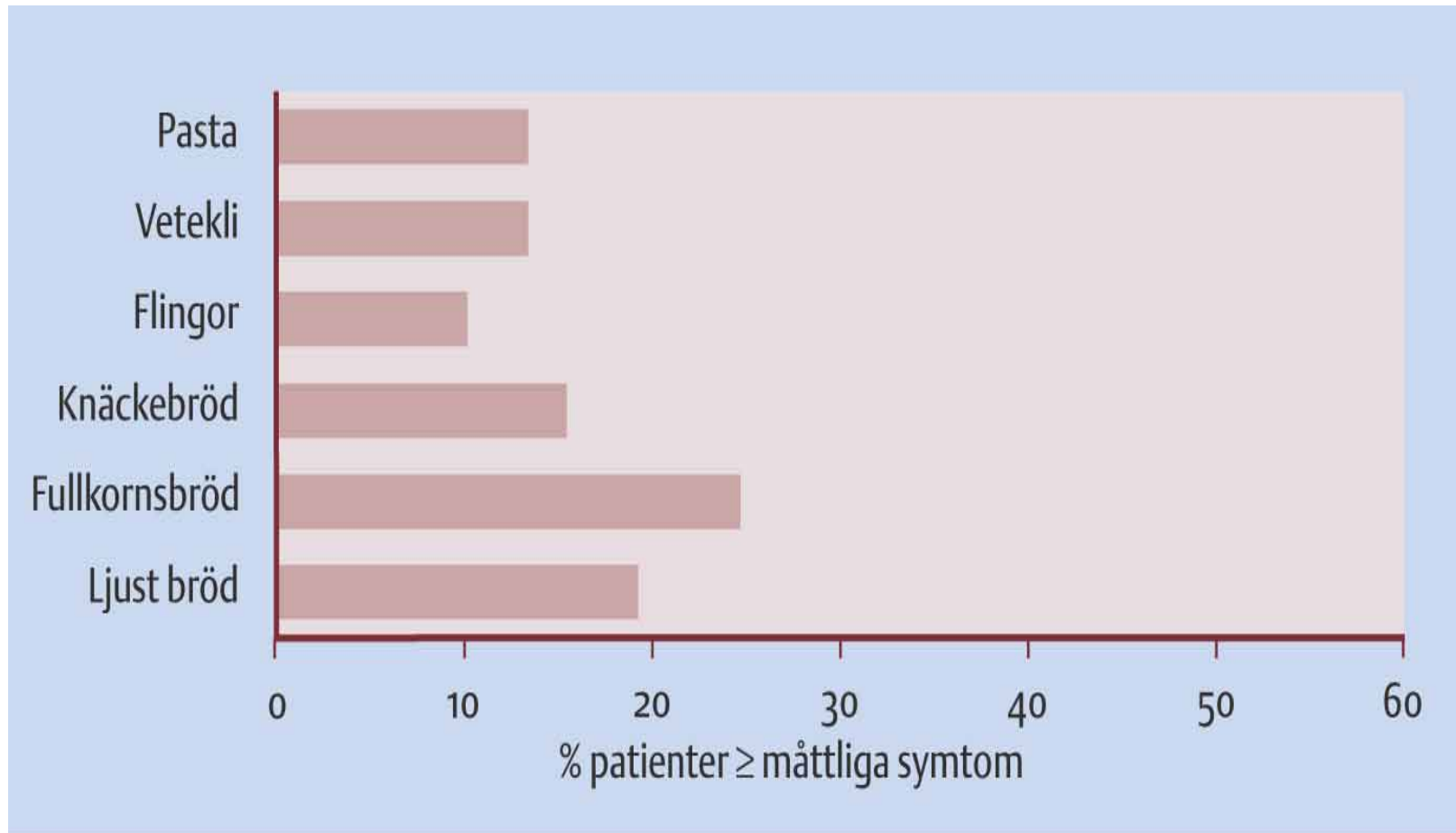
Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Besvär efter animaliska produkter



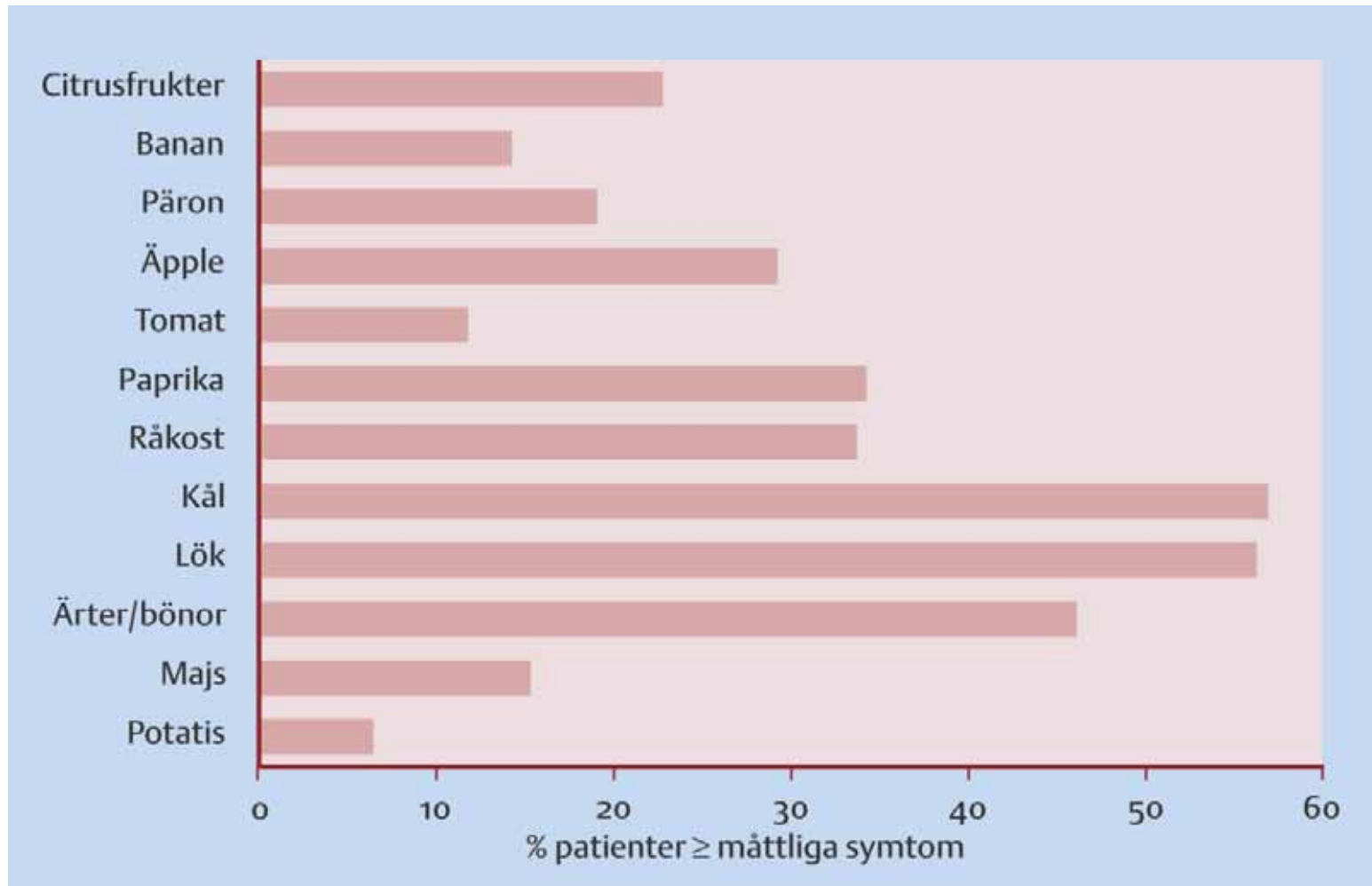
Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Sädesprodukter



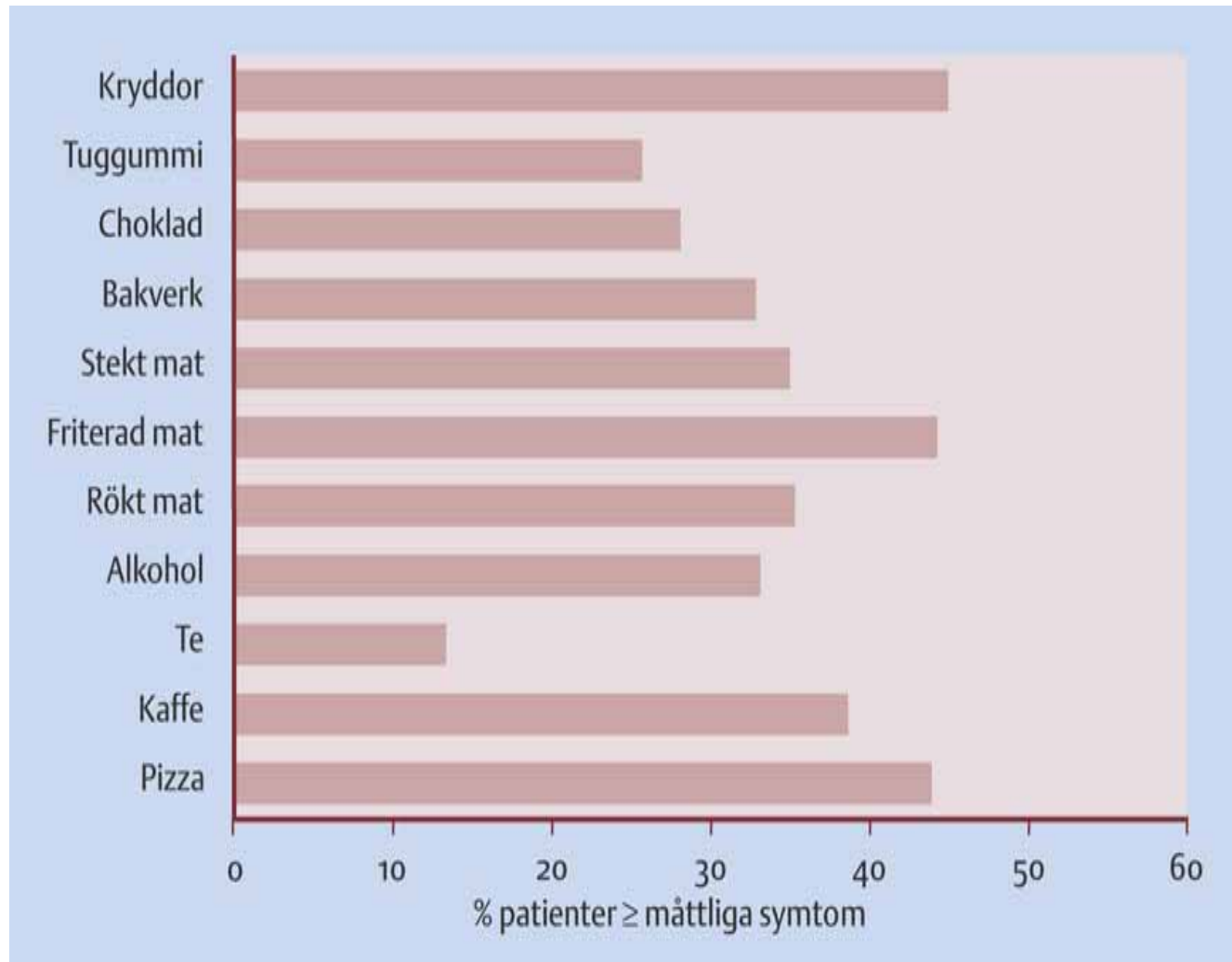
Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Frukt och grönsaker



Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Andra födoämnen



Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Kostråd

1. Låt patienten föra dagbok över symtom och födointag under exempelvis en vecka och se om det finns några uppenbara samband.
2. Värdera om symtomdebuten kan relateras till förändring av individens ätmönster.
3. Regelbundna måltider bör uppmuntras.
4. Stort intag av kaffe bör minskas, speciellt om smärta, gas och diarré dominerar.
5. Typen av fiberintag bör värderas. Vetekli och andra icke-lösliga fibrer bör – om inte en uppenbart positiv effekt noterats – bytas ut mot en större andel lösliga fibrer (ispaghula, havre, råg och korn, frukter, t.ex. aprikos, banan, körsbär, plommon, katrinplommon och grapefrukt).
6. Vid förstoppning bör vätskeintaget vara rikligt.
7. En liten grupp patienter kan vara hjälpta av en vetefri diet.
8. Prova laktosfri diet under en kort period hos patienter vilkas symtom relateras till intag av mejeriprodukter.
9. Patienter som intar större mängder frukt eller produkter som innehåller mycket sorbitol och som framför allt har smärta och diarré kan uppmuntras att prova att minska intaget av dessa produkter under en period.
10. Hos verkligt teraporefraktära patienter kan exklusionsdiet och testning för specifik födoämnesintolerans övervägas.

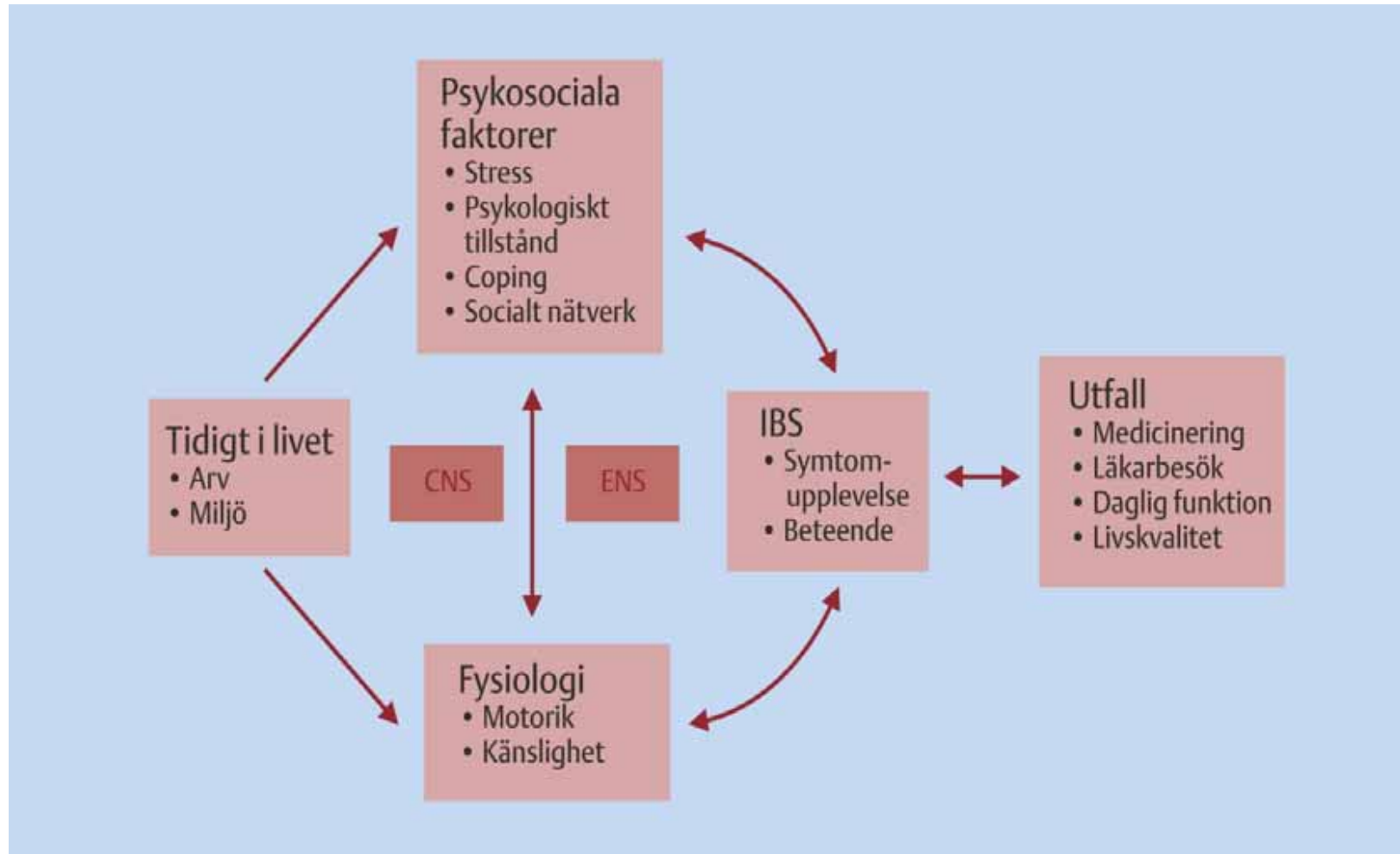
Tabell IX. Dietråd och behandling vid IBS kan hämtas från den befintliga litteraturen [462]. Viktigt är dock att individualisera detta och inte ge samma råd till alla, eftersom symtombilden varierar betydligt och sannolikt också den underliggande patofysiologin.

Sammanfattning



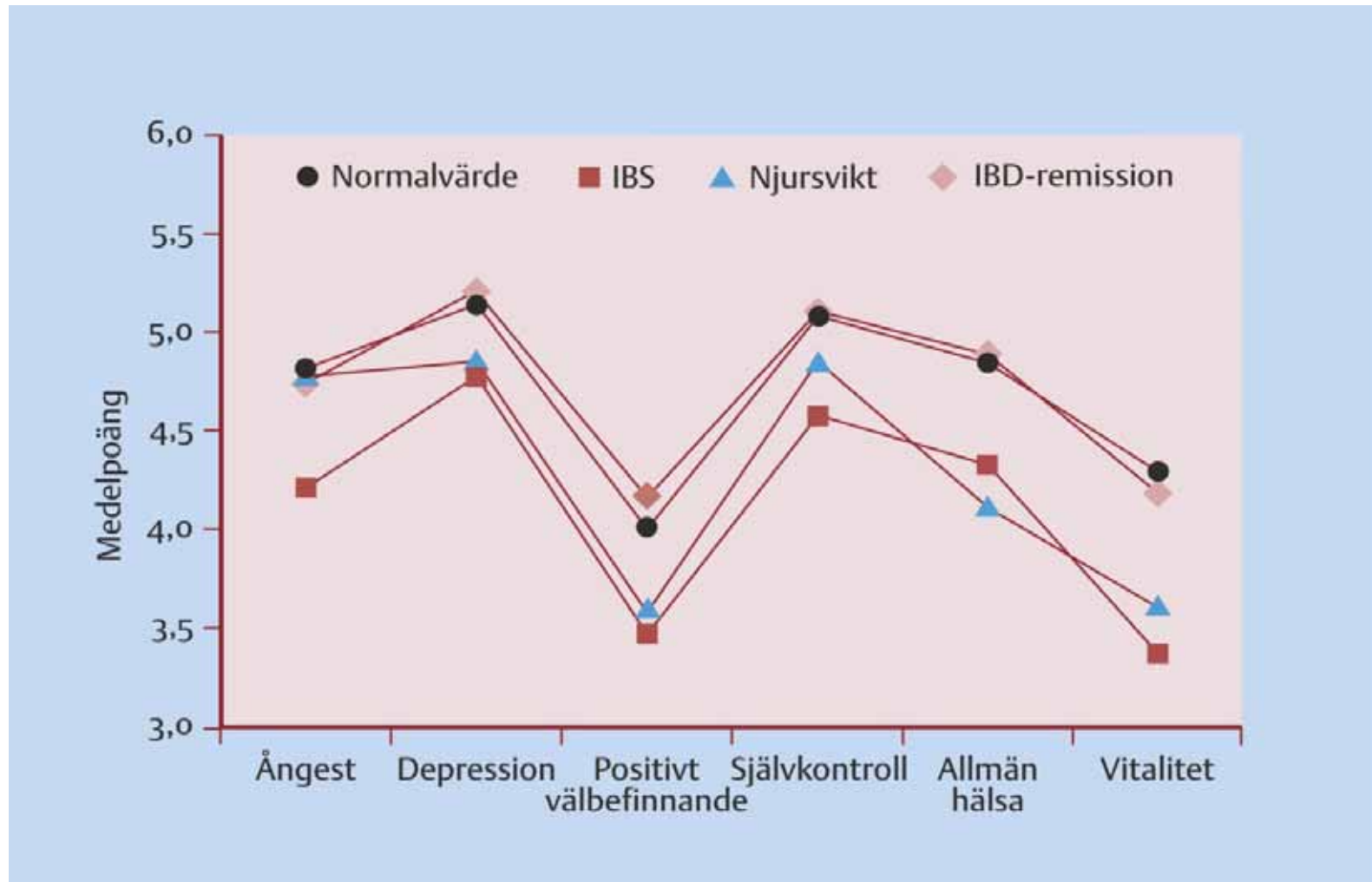
Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Översikt



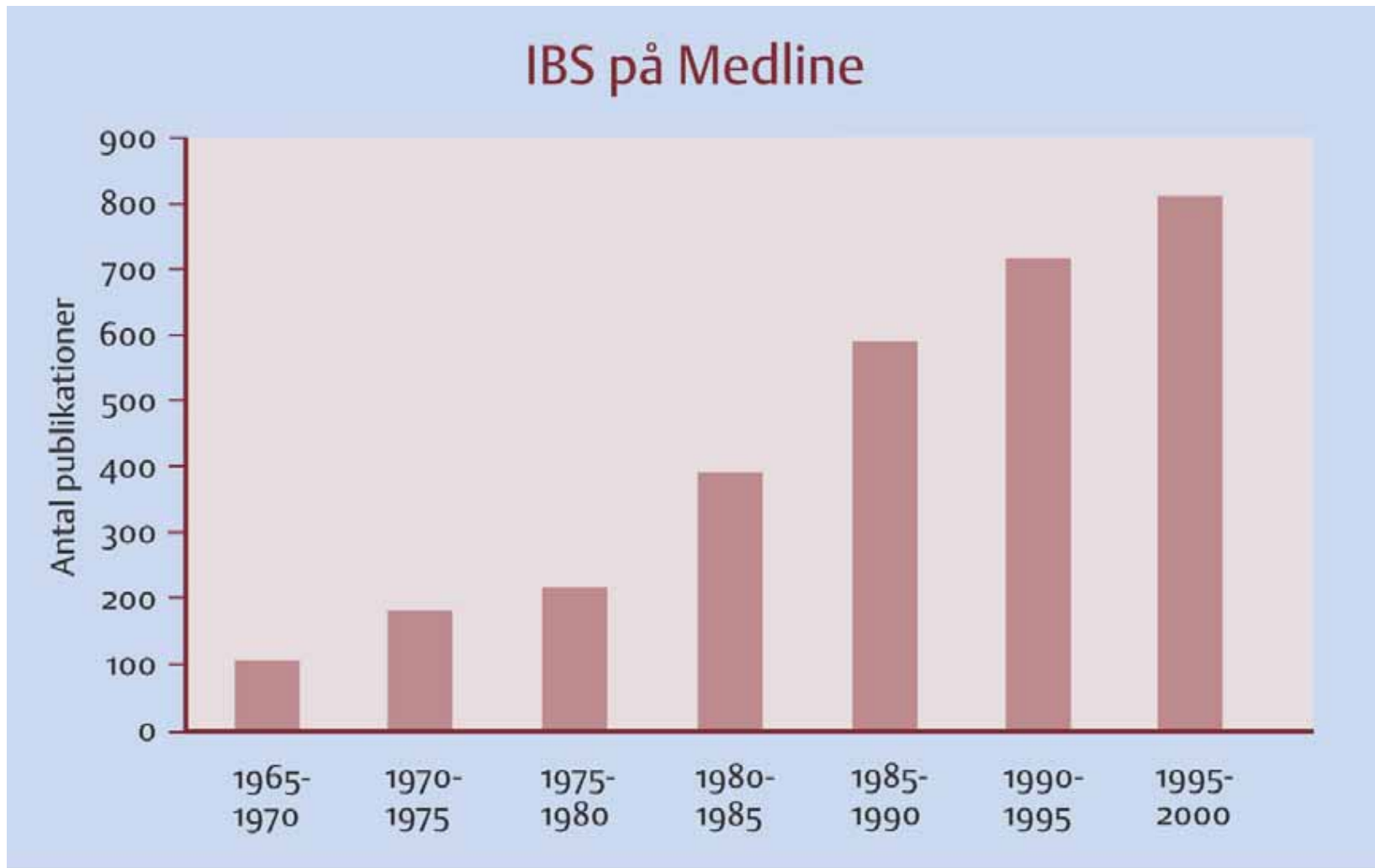
Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Hur mår IBS patienten?



Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Irritable Bowel Syndrom (IBS)



Irritable Bowel Syndrom (IBS)

Tack!

Irritable Bowel Syndrom (IBS)