

Bölüm 7

İRRİTABL BAĞIRSAK SENDROMU VE TEDAVİ YÖNTEMLERİ

Cihangir AÇIK¹
İlayda AÇIK²

İrritabl bağırsak sendromu (İBS) karında ağrı veya rahatsızlık hissi, şişkinlik, defekasyonda değişiklik ile karakterize organik hastalığı işaret eden muayene ve laboratuvar bulgularının eşlik etmediği kronik fonksiyonel bir sindirim sistemi hastalığıdır. İBS'nin etyolojisi tam olarak bilinmemektedir. Bağırsak motilitesindeki değişiklikler, visseral duyarlılıkta artış, psikososyal faktörler, post-infeksiyöz veya postinflamatuar nöromodülasyon, santral sinir sisteminin uyarıyı işlemedeki değişiklikler, serotoninerjik sistemdeki değişiklikler, mikrofloradaki değişiklikler ve genetik faktörler patogeneizde rol oynayan mekanizmalar arasında sayılmaktadır. (1)

Türkiye'nin 32 farklı ilinde yapılan bir çalışmada İBS prevalansı %33.5 olarak saptanmıştır (2). İBS tanısı için objektif muayene, laboratuvar ve görüntüleme yöntemleri bulunmadığından hastalık tanısı semptom tabanlıdır. Son tanı kriterlerine (ROMA IV kriterleri) göre son 3 ay içerisinde, haftada en az bir gün karın ağrısı veya rahatsızlık hissi ile birlikte üç bulgudan en az ikisinin eşlik etmesi (semptomların defekasyonla hafiflemesi, dışkılama sıklığının değişmesiyle başlaması, dışkının şekil ve görünümünde değişme olmasıyla başlaması) ile İBS tanısı konulmaktadır. Semptomların hasta başvurmadan en az 6 ay önce başlamış olması gerekmektedir (2).

ROMA IV KRİTERLERİ (3)

1. Aşağıdakilerden iki veya daha fazlasını içermeli;
 - a. Defekasyonların dörtte birinden fazlasında aşırı ıkınma olmalı
 - b. Defekasyonların dörtte birinden fazlasında topak şeklinde veya keçi pisliği şeklinde feçes çıkarma

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Nuh Naci Yazgan Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, acik@nny.edu.tr, ORCID iD: 0000-0003-4032-3982

² Dyt. Nuh Naci Yazgan Üniversitesi, 0009-0002-5294-4452

KAYNAKÇA

1. Karabayraktar, T., Ahışhalı, E., & Dolapçioğlu, C. (2014). Obezite ve İrritabl Bağırsak Sendromu. *J Kartal TR*, 25(2), 127-32.
2. Ustaoglu, T., Tek, N. A., & Yıldırım, A. E. (2020). İrritabl bağırsak sendromunda (İBS) FODMAP diyetinin İBS semptomları, beslenme durumu ve yaşam kalitesi üzerine etkilerinin değerlendirilmesi. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 48(1), 43-54.
3. Kaya, M., & Kaçmaz, H. (2016). Roma IV kriterlerine göre fonksiyonel barsak hastalıklarının yeniden değerlendirilmesi. *Güncel Gastroenteroloji*, 20(4), 393-407.
4. Nanayakkara, W. S., Skidmore, P. M., O'Brien, L., Wilkinson, T. J., & Garry, R. B. (2016). Efficacy of the low FODMAP diet for treating irritable bowel syndrome: the evidence to date. *Clinical and experimental gastroenterology*, 131-142.
5. Elif, E. D. E., & İLKTAÇ, H. Y. (2018). İrritabl bağırsak sendromunda güncel diyet yaklaşımları. *İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 1(1), 1-6.
6. VAN YÜZÜNCÜ, Y. Ü. DergiPark.
7. Karacaer, C., VARIM, C., Bilal, T. O. K. A., YAYLACI, S., & Genç, A. B. (2017). Bağırsak mikrobiyotası, probiyotikler ve irritable bağırsak sendromu (İBS). *Journal of Human Rhythm*, 3(3), 120-125.
8. Altunkaynak, B. Z., & Özbek, E. (2006). Obezite: nedenleri ve tedavi seçenekleri. *Van Tıp Dergisi*, 13(4), 138-142.
9. Pekcan, G. (2008). Beslenme durumunun saptanması. *Diyet El Kitabı*, 726, 67-141.
10. ÖZYÜREK, F. İrritabl Bağırsak Sendromunda Diyet Tedavisi ve Tedavi Yaklaşımı Olarak Besin Destekleri.
11. Nanayakkara, W. S., Skidmore, P. M., O'Brien, L., Wilkinson, T. J., & Garry, R. B. (2016). Efficacy of the low FODMAP diet for treating irritable bowel syndrome: the evidence to date. *Clinical and experimental gastroenterology*, 131-142., ISO 690
12. ÜNAL, H. Ü., & Doğan, İ. (2012). İrritabl barsak sendromu. *Güncel Gastroenteroloji*, 16(3), 213-217.
13. Engürülü, S. F., & Kasap, E. (2020). İrritabl Barsak Sendromu. *Güncel Gastroenteroloji*, 24(1), 41-47.