Behandeling

Probiotica bij het prikkelbaar darmsyndroom

Van probiotica is nog onvoldoende bewezen of ze helpen. Toch lijkt het bij sommige mensen verlichting te geven. Er is echter meer onderzoek nodig naar de gunstige effecten van probiotica op uw darmklachten.

Probiotica bij PDS

Probiotica zijn producten die grote hoeveelheden nuttige melkzuurbacteriën bevatten. Deze bacteriën, zoals bijvoorbeeld de lactobacillen en bifidobacteriën, overleven het maagzuur en bereiken daardoor de darm.

U kunt probiotica kopen in de vorm van gefermenteerde drankjes, yoghurtdrank of als voedingssupplement (capsules of sachets). Er zijn veel verschillende soorten probiotische bacteriën.

De werking van probiotica is veelzijdig en ingewikkeld. Het is nog niet bekend of en op welke manier probiotica precies kan bijdragen aan vermindering van de klachten.

De aanpassing van het microbioom (darmflora/goede bacteriën in de darmen) kost tijd. Daarom kan pas na meerdere weken het effect ervan gemerkt worden.

Bij de apotheek en drogist kunt u capsules of zakjes poeder met probiotica kopen. Geen van de probiotica worden vergoed.

Betrokken afdelingen

Maag-, Darm- en Leverziekten (MDL)
(https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/maag-darm-en-leverziekten-mdl)

Code INT-178c

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis
Laatste revisie: 9 november 2026 - 11:48