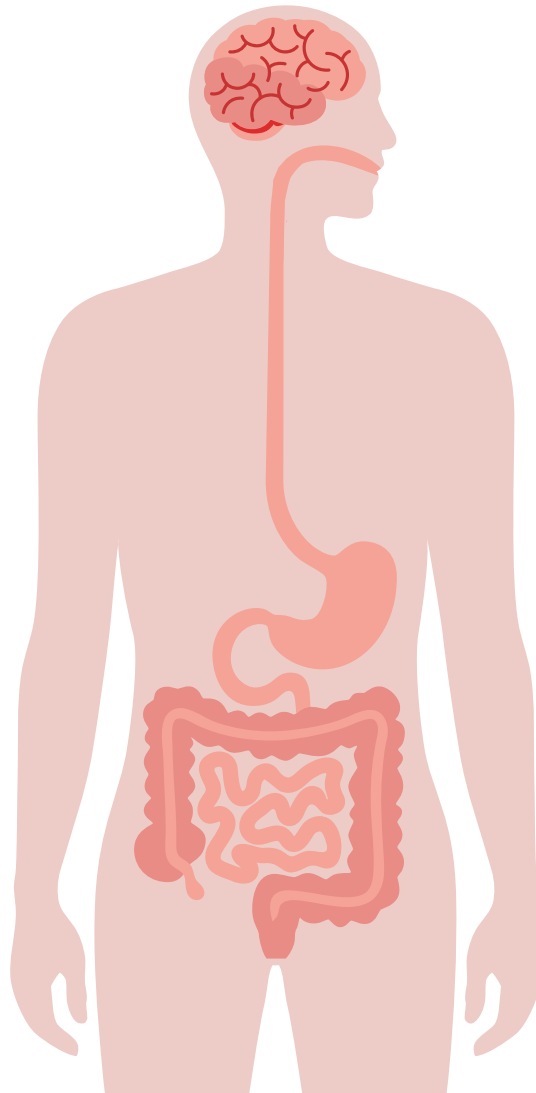


# Functionele buikklachten



## Bristol Stool Chart



### Type 1

Losse harde keutels, zoals noten (moeilijk uit te scheiden).



### Type 2

Als een worst, maar klonterig.



### Type 3

Als een worst, maar met barstjes aan de buitenkant.



### Type 4

Als een worst of slang, glad en zacht.



### Type 5

Zachte keutels met duidelijke randen (makkelijk uit te scheiden).



### Type 6

Zachte stukjes met gehavende randen, een papperige uitscheiding.



### Type 7

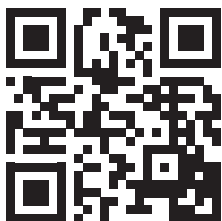
Waterig, geen vaste stukjes. Helemaal vloeibaar.

## Behandelingen van klachten bij prikkelbaar darmsyndroom (PDS)

PDS met vooral diarree	PDS met vooral verstopping	PDS met vooral buikpijn
Gezonde voeding, eventueel FODMAP dieet		
Medicijnen o.a. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Psylliumvezels</li> <li>• Loperamide</li> </ul>	Medicijnen o.a. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Psylliumvezels</li> <li>• Macrogol</li> <li>• Magnesiumhydroxide</li> <li>• Linaclotide</li> </ul> Bekkenfysiotherapie	Medicijnen o.a. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pepermuntolie capsules</li> <li>• TCA (tricyclische antidepressiva)</li> <li>• SSRI's (selectieve serotonine-heropname-remmer)</li> </ul>
Hypnotherapie of cognitieve gedragstherapie		

## Betrouwbare (uitgebreide) informatie online

### Prikkelbaar darmsyndroom (PDS)



[www.jbz.nl/pds](http://www.jbz.nl/pds)



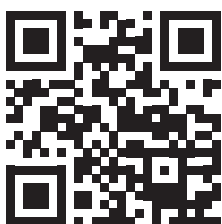
[www.pdsb.nl/keuzehulp](http://www.pdsb.nl/keuzehulp)

Keuzehulp die u ondersteunt bij mogelijke behandelingen die uw klachten kunnen verlichten.



[www.pdsb.nl](http://www.pdsb.nl)

De PDS Belangenorganisatie zorgt voor betrouwbare informatie en brengt u in contact met lotgenoten.



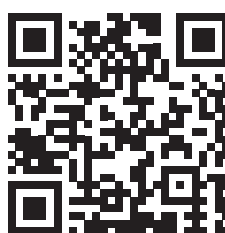
[www.gripopbuik.nl](http://www.gripopbuik.nl)

E-cursus 'grip op buik' biedt stapsgewijze uitleg over PDS. Door het invullen van vragen en uw persoonlijke situatie helpt de e-cursus u te ontdekken wat uw klachten mogelijk verergert. En ook wat u kunt doen om de klachten te verminderen.

### Maagklachten



[www.jbz.nl/aandoeningen/functionele-maagklachten](http://www.jbz.nl/aandoeningen/functionele-maagklachten)



[www.thuisarts.nl/maagklachten](http://www.thuisarts.nl/maagklachten)