



Irritable Bowel Syndrome

Fast Facts

- Irritable bowel syndrome (IBS) is a disorder that affects your gastrointestinal (GI), or digestive, tract.
- Women are 2 times more likely to develop IBS than men, and people younger than age 50 are more likely to develop IBS than people older than age 50.
- Eating smaller portions, or smaller meals more often, may help your IBS symptoms.

What You Need to Know

Symptoms of IBS may come and go

You may have abdominal pain with IBS, but it does not damage your digestive tract. Other symptoms may include abdominal cramping, diarrhea, constipation, or both. You may also have bloating and whitish mucus in your stool, and you may feel like you haven't finished a bowel movement.

Talk with a health care professional if you think you have IBS

To diagnose IBS, your doctor will review your symptoms and medical history, and will give you a physical exam. Tests are usually not used to diagnose IBS. However, in some cases your doctor may order tests to check for other health problems.

IBS is treatable

If you have IBS, a health care professional can help you with a treatment plan. You may need to take medicine, change what you eat, and make other lifestyle changes to ease your IBS symptoms.



A health care professional may recommend medicine to relieve your IBS symptoms.

To learn more, visit NIDDK's website at www.niddk.nih.gov or search online for "NIDDK" and "Irritable Bowel Syndrome."

Contact Us

NIDDK Health Information Center

- Phone: 1-800-860-8747; TTY: 1-866-569-1162
- Email: healthinfo@niddk.nih.gov
- Hours: 8:30 a.m. to 5 p.m. eastern time, M-F

This content is provided as a service of the National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK), part of the National Institutes of Health. The NIDDK explains and shares research findings to increase understanding about health and disease to patients, health professionals, and the public. Content produced by the NIDDK is carefully reviewed by NIDDK scientists and other experts.

This information is not copyrighted. The NIDDK encourages people to share this content freely.





Síndrome de intestino irritable

Información general

- El síndrome de intestino irritable es un trastorno que afecta el tracto gastrointestinal, o tubo digestivo.
- Las mujeres son 2 veces más propensas a desarrollar el síndrome de intestino irritable que los hombres, y es más común en las personas menores de 50 años.
- Comer porciones más pequeñas, o comer comidas más pequeñas más a menudo, puede ayudar a aliviar los síntomas del síndrome de intestino irritable.

Lo que debe saber

Los síntomas de síndrome de intestino irritable pueden ir y venir

Es posible que tenga dolor en el abdomen, pero ese dolor no causa daño al aparato digestivo. Otros síntomas pueden incluir cólicos abdominales, diarrea, estreñimiento, o ambos: diarrea y estreñimiento. También puede tener el abdomen hinchado y mucosidad blanca en las heces, y usted puede sentir como que no terminó de defecar.

Hable con su médico u otro profesional de la salud si cree que tiene este síndrome

El médico puede diagnosticar el síndrome de intestino irritable preguntándole sobre sus síntomas y antecedentes médicos, y haciéndole un examen físico. Generalmente no se necesitan hacer pruebas médicas para diagnosticar este síndrome. Sin embargo, en algunos casos, el médico puede ordenar algunas pruebas para ver si puede haber otros problemas de salud.

El síndrome de intestino irritable se puede tratar

Si usted tiene el síndrome de intestino irritable, un profesional de la salud puede ayudarle con un plan de tratamiento. Es posible que tenga que tomar medicina, cambiar lo que come o hacer otros cambios en su estilo de vida para aliviar los síntomas de intestino irritable.



Un profesional de la salud puede recomendar medicina para aliviar los síntomas de intestino irritable.

Para aprender más, visite nuestro sitio web en www.niddk.nih.gov o haga una búsqueda usando las palabras “NIDDK” y “Síndrome de intestino irritable.”

Comuníquese con nosotros

Centro de Información de Salud del NIDDK

- Teléfono: 1-800-860-8747; TTY: 1-866-569-1162
- Correo electrónico: healthinfo@niddk.nih.gov
- Horario: De lunes a viernes de 8:30 a.m. a 5 p.m. (hora del este de los EE.UU.)

El contenido de esta publicación es proporcionado como un servicio del Instituto Nacional de la Diabetes y las Enfermedades Digestivas y Renales (NIDDK, por sus siglas en inglés), parte de los Institutos Nacionales de la Salud (NIH, por sus siglas en inglés). El NIDDK traduce y comparte los resultados de sus investigaciones para incrementar el conocimiento de salud y las enfermedades entre pacientes, profesionales de la salud y el público en general. El contenido producido por el NIDDK ha sido revisado cuidadosamente por los científicos del NIDDK y otros expertos.

Esta información no tiene derechos de autor. El NIDDK sugiere al público compartir libremente esta información.

