

# 潰瘍性大腸炎と過敏性腸症候群

## 症状

便秘

下痢

便秘と下痢

腹部膨満

排泄パターンの変化

消化不良

月経痛

性交痛

頻尿

口臭

睡眠障害

抑うつ

不安

## 仕事

朝しんどい

会議が心配

## 恋愛

セックス

告白こわい

漏らす

## 治療方法

精神療法

精神科

薬物療法

## 食事療法

食物繊維

水

肉牛乳は控える