



een vrije  
zorgkeuze

## Indicaties / Pijnklachten Prikkelbare darmsyndroom

Therapievormen	Aanbeveling
Counselling	B
Energetische therapie	C
Homeopathie	B
Hypnotherapie	A
Integratieve psychotherapie*	A
Lichaamsgerichte psychotherapie	B
Orthomoleculaire therapie	A
Reflexzone therapie	N
YIN therapie	B

\*Mensen kunnen worden doorverwezen naar integratieve psychotherapie op basis van bewijs van minimaal één van de volgende therapieën: Gestalt therapie, Lichaamsgerichte psychotherapie of hypnotherapie.

\*\*Mensen kunnen ook worden doorverwezen naar YIN therapie op basis van bewijs van minimaal één van de volgende therapieën: shiatsu, orthomoleculair of craniosacraal therapie.

<b>YIN therapie</b> Mensen kunnen ook worden doorverwezen naar yintherapie op basis van bewijs van minimaal één van de volgende therapieën: shiatsu, orthomoleculaire therapie of craniosacraal therapie.	
<b>Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur</b>	<b>B</b>
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van YIN therapie bij prikkelbare darmsyndroom op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
<b>Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs</b> Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs	<b>level 2</b>
<b>Referenties</b>	<b>design</b>
Nunan D, Cai T, Gardener AD, Ordóñez-Mena JM, Roberts NW, Thomas ET, Mahtani KR. Physical activity for treatment of irritable bowel syndrome. Cochrane Database Syst Rev. 2022 Jun 29;6(6):CD011497. doi: 10.1002/14651858.CD011497.pub2. PMID: 35766861; PMCID: PMC9243367.	meta-analyse
Shah K, Ramos-Garcia M, Bhavsar J, Lehrer P. Mind-body treatments of irritable bowel syndrome symptoms: An updated meta-analysis. Behav Res Ther. 2020 May;128:103462. doi: 10.1016/j.brat.2019.103462. Epub 2019 Nov 12. PMID: 32229334.	meta-analyse
Zhou C, Zhao E, Li Y, Jia Y, Li F. Exercise therapy of patients with irritable bowel syndrome: A systematic review of randomized controlled trials. Neurogastroenterol Motil. 2019 Feb;31(2):e13461. doi: 10.1111/nmo.13461. Epub 2018 Sep 19. PMID: 30232834.	systematische review
Schumann D, Anheyer D, Lauche R, Dobos G, Langhorst J, Cramer H. Effect of Yoga in the Therapy of Irritable Bowel Syndrome: A Systematic Review. Clin Gastroenterol Hepatol. 2016 Dec;14(12):1720-1731. doi: 10.1016/j.cgh.2016.04.026. Epub 2016 Apr 22. PMID: 27112106.	systematische review
Birdee GS, Yeh GY, Wayne PM, Phillips RS, Davis RB, Gardiner P. Clinical applications of yoga for the pediatric population: a systematic review. Acad Pediatr. 2009 Jul-Aug;9(4):212-220.e1-9. doi: 10.1016/j.acap.2009.04.002. PMID: 19608122; PMCID: PMC2844096.	systematische review



een vrije  
zorgkeuze

## Indicaties / Pijnklachten Prikkelbare darmsyndroom

<b>Orthomoleculaire therapie</b>	
<b>Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur</b>	<b>A</b>
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut zijn er sterke aanwijzingen dat orthomoleculaire therapie een positief effect heeft op het prikkelbare darmsyndroom.	
<b>Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs</b>	<b>level 1</b>
<b>Goede kwaliteit patiënt gericht bewijs</b>	
<b>Referenties supplementen</b>	<b>design</b>
Chen KH, Zeng BY, Zeng BS, Sun CK, Cheng YS, Su KP, Wu YC, Chen TY, Lin PY, Liang CS, Hsu CW, Chu CS, Chen YW, Yeh PY, Wu MK, Tseng PT, Hsu CY. The efficacy of exogenous melatonin supplement in ameliorating irritable bowel syndrome severity: A meta-analysis of randomized controlled trials. <i>J Formos Med Assoc.</i> 2023 Mar;122(3):276-285. doi: 10.1016/j.jfma.2022.10.001. Epub 2022 Oct 17. PMID: 36257872.	meta-analyse
Oh JH, Jang YS, Kang D, Kim HS, Kim EJ, Park SY, Kim CH, Min YW, Chang DK. Efficacy of a Synbiotic Containing Lactobacillus paracasei DKG1 and Opuntia humifusa in Elderly Patients with Irritable Bowel Syndrome: A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled Trial. <i>Gut Liver.</i> 2023 Jan 15;17(1):100-107. doi: 10.5009/gnl210478. Epub 2022 May 25. PMID: 35611667; PMCID: PMC9840930.	rct
Ivashkin VT, Kudryavtseva AV, Krasnov GS, Poluektov YM, Morozova MA, Shifrin OS, Beniashvili AG, Mamieva ZA, Kovaleva AL, Ulyanin AI, Trush EA, Erlykin AG, Poluektova EA. Efficacy and safety of a food supplement with standardized menthol, limonene, and gingerol content in patients with irritable bowel syndrome: A double-blind, randomized, placebo-controlled trial. <i>PLoS One.</i> 2022 Jun 15;17(6):e0263880. doi: 10.1371/journal.pone.0263880. PMID: 35704960; PMCID:	rct
Yan R, Murphy M, Genoni A, Marlow E, Dunican IC, Lo J, Andrew L, Devine A, Christophersen CT. Does Fibre-fix provided to people with irritable bowel syndrome who are consuming a low FODMAP diet improve their gut health, gut microbiome, sleep and mental health? A double-blinded, randomised controlled trial. <i>BMJ Open Gastroenterol.</i> 2020 Aug;7(1):e000448. doi: 10.1136/bmjgast-2020-000448. PMID: 32816830; PMCID: PMC7437697.	rct
<b>Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs</b>	<b>level 2</b>
<b>Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs</b>	
<b>Referenties supplementen</b>	<b>design</b>
Bin Y, Kang L, Lili Y. Vitamin D status in irritable bowel syndrome and the impact of supplementation on symptoms: a systematic review and meta-analysis. <i>Nutr Hosp.</i> 2022 Oct 17;39(5):1144-1152. English. doi: 10.20960/nh.04044. PMID: 35546472.	meta-analyse
Głąbska D, Kołota A, Lachowicz K, Skolmowska D, Stachoń M, Guzek D. Vitamin D Supplementation and Mental Health in Inflammatory Bowel Diseases and Irritable Bowel Syndrome Patients: A Systematic Review. <i>Nutrients.</i> 2021 Oct 19;13(10):3662. doi: 10.3390/nu13103662. PMID: 34684663; PMCID: PMC8540769.	meta-analyse
<b>Referenties probiotica</b>	<b>design</b>
Konstantis G, Efstathiou S, Pourzitaki C, Kitsikidou E, Germanidis G, Chourdakis M. Efficacy and safety of probiotics in the treatment of irritable bowel syndrome: A systematic review and meta-analysis of randomised clinical trials using ROME IV criteria. <i>Clin Nutr.</i> 2023 May;42(5):800-809. doi: 10.1016/j.clnu.2023.03.019. Epub 2023 Mar 31. PMID: 37031468.	systematische review
Wallace C, Gordon M, Sinopoulou V, Akobeng AK. Probiotics for management of functional abdominal pain disorders in children. <i>Cochrane Database Syst Rev.</i> 2023 Feb 17;2(2):CD012849. doi: 10.1002/14651858.CD012849.pub2. PMID: 36799531; PMCID: PMC9945052.	systematische review
Wang Y, Chen N, Niu F, Li Y, Guo K, Shang X, E F, Yang C, Yang K, Li X. Probiotics therapy for adults with diarrhea-predominant irritable bowel syndrome: a systematic review and meta-analysis of 10 RCTs. <i>Int J Colorectal Dis.</i> 2022 Nov;37(11):2263-2276. doi: 10.1007/s00384-022-04261-0. Epub 2022 Oct 17. PMID: 36251040.	systematische review
<b>Referenties fytotherapie</b>	



een vrije  
zorgkeuze

## Indicaties / Pijnklachten Prikkelbare darmsyndroom

Madisch A, Vinson BR, Abdel-Aziz H, Kelber O, Nieber K, Kraft K, Storr M. Modulation of gastrointestinal motility beyond metoclopramide and domperidone : Pharmacological and clinical evidence for phytotherapy in functional gastrointestinal disorders. Wien Med Wochenschr. 2017 May;167(7-8):160-168. doi: 10.1007/s10354-017-0557-3. Epub 2017 Apr 19. PMID: 28424994; PMCID: PMC5409921.	systematische review
Rahimi R, Abdollahi M. Herbal medicines for the management of irritable bowel syndrome: a comprehensive review. World J Gastroenterol. 2012 Feb 21;18(7):589-600. doi: 10.3748/wjg.v18.i7.589. PMID: 22363129; PMCID: PMC3281215.	systematische review
Chouinard LE. The role of psyllium fibre supplementation in treating irritable bowel syndrome. Can J Diet Pract Res. 2011 Spring;72(1):e107-14. doi: 10.3148/72.1.2011.48. PMID: 21382232.	systematische reviews
Pazhouh HK, Hosseini SMA, Taghipour A, Hamed S, Noras M. Anti-irritable Bowel Syndrome Syrup Improves Constipation-Predominant Irritable Bowel Syndrome: A Randomized, Placebo-Controlled Trial. Chin J Integr Med. 2020 Oct;26(10):729-735. doi: 10.1007/s11655-020-3267-4. Epub 2020 Jul 4. PMID: 32623701.	

Homeopathie	
<b>Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur</b>	<b>B</b>
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van homeopathie bij prikkelbare darmsyndroom op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
<b>Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs</b> Goede kwaliteit patiënt gericht bewijs	<b>level 1</b>
Referentie	design
Das AD, Ghosh S, Palanisamy C, Guha N, Mandal S, Maiti S, Nath A, Singh NK, Koley M, Saha S. Efficacy of individualized homeopathic medicines in irritable bowel syndrome: A double-blind randomized, placebo-controlled trial. Explore (NY). 2023 Jul-Aug;19(4):519-527. doi: 10.1016/j.explore.2022.10.004. Epub 2022 Oct 19. PMID: 36307315.	rct
<b>Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs</b> Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs	<b>level 2</b>
Referenties	design
Scaciota ACL, Matos D, Rosa MMB, Colovati MES, Bellotto EFBC, Martimbianco ALC. INTERVENTIONS FOR THE TREATMENT OF IRRITABLE BOWEL SYNDROME: A REVIEW OF COCHRANE SYSTEMATIC REVIEWS. Arq Gastroenterol. 2021 Jan-Mar;58(1):120-126. doi: 10.1590/S0004-2803.202100000-20. PMID: 33909790.	systematische review
Peckham EJ, Cooper K, Roberts ER, Agrawal A, Brabyn S, Tew G. Homeopathy for treatment of irritable bowel syndrome. Cochrane Database Syst Rev. 2019 Sep 4;9(9):CD009710. doi: 10.1002/14651858.CD009710.pub3. PMID: 31483486; PMCID: PMC6724562.	systematische review
Peckham EJ, Nelson EA, Greenhalgh J, Cooper K, Roberts ER, Agrawal A. Homeopathy for treatment of irritable bowel syndrome. Cochrane Database Syst Rev. 2013 Nov 13;(11):CD009710. doi: 10.1002/14651858.CD009710.pub2. Update in: Cochrane Database Syst Rev. 2019 Sep 04;9:CD009710. PMID: 24222383.	rct
Nahar L, Paul S, Chattopadhyay A, Koley M, Saha S. An open-label randomized pragmatic non-inferiority pilot trial to compare the effectiveness of Dysentery compound with individualized homeopathic medicines in irritable bowel syndrome. J Complement Integr Med. 2019 Jun 14;16(4):/j/jcim.2019.16.issue-4/jcim-2018-0217/jcim-2018-0217.xml. doi: 10.1515/jcim-2018-0217. PMID: 31199766.	rct
Peckham EJ, Relton C, Raw J, Walters C, Thomas K, Smith C, Kapur K, Said E. Interim results of a randomised controlled trial of homeopathic treatment for irritable bowel syndrome. Homeopathy. 2014 Jul;103(3):172-7. doi: 10.1016/j.homp.2014.05.001. Epub 2014 May 29. PMID: 24931748.	rct



een vrije  
zorgkeuze

## Indicaties / Pijnklachten Prikkelbare darmsyndroom

<b>Energetische therapie</b>	
<b>Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur</b>	<b>B</b>
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van energetische therapie bij prikkelbare darmsyndroom op basis van matige wetenschappelijke onderbouwing.	
<b>Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs</b>	<b>level 3</b>
<b>Ander bewijs</b>	
Referentie	design
Soundy A, Lee RT, Kingstone T, Singh S, Shah PR, Edwards S, Roberts L. Experiences of healing therapy in patients with irritable bowel syndrome and inflammatory bowel disease. BMC Complement Altern Med. 2015 Apr 3;15:106. doi: 10.1186/s12906-015-0611-x. Erratum in: BMC Complement Altern Med. 2015;15:326. Edwards, Sandy [added]. PMID: 25888247; PMCID: PMC4391663.	kwalitatieve studie

<b>Counselling</b>	
<b>Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur</b>	<b>B</b>
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van counselling bij prikkelbare darmsyndroom op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
<b>Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs</b>	<b>level 2</b>
<b>Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs</b>	
Referentie	design
Jarrett ME, Cain KC, Burr RL, Hertig VL, Rosen SN, Heitkemper MM. Comprehensive self-management for irritable bowel syndrome: randomized trial of in-person vs. combined in-person and telephone sessions. Am J Gastroenterol. 2009 Dec;104(12):3004-14. doi: 10.1038/ajg.2009.479. Epub 2009 Aug 18. PMID: 19690523; PMCID: PMC2804069.	rct

<b>Lichaamsgerichte psychotherapie</b>	
<b>Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur</b>	<b>B</b>
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van lichaamsgerichte psychotherapie bij prikkelbare darmsyndroom op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
<b>Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs</b>	<b>level 1</b>
<b>Goede kwaliteit patiënt gericht bewijs</b>	
Referentie	design
Lahmann C, Röhrich F, Sauer N, Noll-Hussong M, Ronel J, Henrich G, von Arnim A, Loew T. Functional relaxation as complementary therapy in irritable bowel syndrome: a randomized, controlled clinical trial. J Altern Complement Med. 2010 Jan;16(1):47-52. doi: 10.1089/acm.2009.0084. PMID: 20064018.	
<b>Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs</b>	<b>level 2</b>
<b>Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs</b>	
Referenties	design
Röhrich F, Sattel H, Kuhn C, Lahmann C. Group body psychotherapy for the treatment of somatoform disorder - a partly randomised-controlled feasibility pilot study. BMC Psychiatry. 2019 Apr 23;19(1):120. doi: 10.1186/s12888-019-2095-6. PMID: 31014294; PMCID: PMC6480707.	rct
Wortman MS, Lucassen PL, van Ravesteijn HJ, Bor H, Assendelft PJ, Lucas C, Olde Hartman TC. Brief multimodal psychosomatic therapy in patients with medically unexplained symptoms: feasibility and treatment effects. Fam Pract. 2016 Aug;33(4):346-53. doi: 10.1093/fampra/cmw023. Epub 2016 Apr 13. PMID: 27075027.	rct



een vrije  
zorgkeuze

## Indicaties / Pijnklachten Prikkelbare darmsyndroom

<b>Hypnotherapie</b>	
<b>Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur</b>	<b>A</b>
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut zijn er sterke aanwijzingen dat hypnotherapie een positief effect heeft op het prikkelbare darmsyndroom.	
<b>Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs</b>	<b>level 1</b>
<b>Goede kwaliteit patiënt gericht bewijs</b>	
<b>Referenties</b>	<b>design</b>
Lövdahl J, Törnblom H, Ringström G, Palsson OS, Simrén M. Randomised clinical trial: individual versus group hypnotherapy for irritable bowel syndrome. <i>Aliment Pharmacol Ther.</i> 2022 Jun;55(12):1501-1511. doi: 10.1111/apt.16934. Epub 2022 May 3. PMID: 35505463; PMCID: PMC9324196.	rct
Flik CE, Laan W, Zuithoff NPA, van Rood YR, Smout AJPM, Weusten BLAM, Whorwell PJ, de Wit NJ. Efficacy of individual and group hypnotherapy in irritable bowel syndrome (IMAGINE): a multicentre randomised controlled trial. <i>Lancet Gastroenterol Hepatol.</i> 2019 Jan;4(1):20-31. doi: 10.1016/S2468-1253(18)30310-8. Epub 2018 Nov 23. PMID: 30473202.	rct
<b>Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs</b>	<b>level 2</b>
<b>Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs</b>	
<b>Referenties</b>	<b>design</b>
Peng WY, Ye K, Qin D, Tang TC, Chen M, Zheng H. Searching for a Definition of Refractory Irritable Bowel Syndrome: a Systematic Review and Meta-analysis. <i>J Gastrointest Liver Dis.</i> 2021 Dec 21;30(4):495-505. doi: 10.15403/jgld-3952. PMID: 34941977.	meta-analyse
Krouwel M, Farley A, Greenfield S, Ismail T, Jolly K. Systematic review, meta-analysis with subgroup analysis of hypnotherapy for irritable bowel syndrome, effect of intervention characteristics. <i>Complement Ther Med.</i> 2021 Mar;57:102672. doi: 10.1016/j.ctim.2021.102672. Epub 2021 Jan 27. PMID: 33508441.	meta-analyse
Black CJ, Thakur ER, Houghton LA, Quigley EMM, Moayyedi P, Ford AC. Efficacy of psychological therapies for irritable bowel syndrome: systematic review and network meta-analysis. <i>Gut.</i> 2020 Aug;69(8):1441-1451. doi: 10.1136/gutjnl-2020-321191. Epub 2020 Apr 10. PMID: 32276950.	meta-analyse
Shah K, Ramos-Garcia M, Bhavsar J, Lehrer P. Mind-body treatments of irritable bowel syndrome symptoms: An updated meta-analysis. <i>Behav Res Ther.</i> 2020 May;128:103462. doi: 10.1016/j.brat.2019.103462. Epub 2019 Nov 12. PMID: 32229334.	meta-analyse
Häuser W, Hagl M, Schmierer A, Hansen E. The Efficacy, Safety and Applications of Medical Hypnosis. <i>Dtsch Arztebl Int.</i> 2016 Apr 29;113(17):289-96. doi: 10.3238/arztebl.2016.0289. PMID: 27173407; PMCID: PMC4873672.	meta-analyse
Berry SK, Berry R, Recker D, Botbyl J, Pun L, Chey WD. A Randomized Parallel-group Study of Digital Gut-directed Hypnotherapy vs Muscle Relaxation for Irritable Bowel Syndrome. <i>Clin Gastroenterol Hepatol.</i> 2023 Jun 28:S1542-3565(23)00500-1. doi: 10.1016/j.cgh.2023.06.015. Epub ahead of print. PMID: 37391055.	rct
Lövdahl J, Törnblom H, Ringström G, Palsson OS, Simrén M. Randomised clinical trial: individual versus group hypnotherapy for irritable bowel syndrome. <i>Aliment Pharmacol Ther.</i> 2022 Jun;55(12):1501-1511. doi: 10.1111/apt.16934. Epub 2022 May 3. PMID: 35505463; PMCID: PMC9324196.	rct
Hoekman DR, Vlieger AM, Stokkers PC, Mahhmod N, Rietdijk S, de Boer NK, de Meij TG, Frankenhuis C, D'Haens GR, Benninga MA. Hypnotherapy for Irritable Bowel Syndrome-Type Symptoms in Patients with Quiescent Inflammatory Bowel Disease: A Randomized, Controlled Trial. <i>J Crohns Colitis.</i> 2021 Jul 5;15(7):1106-1113. doi: 10.1093/ecco-jcc/jjaa241. PMID: 33245332; PMCID: PMC8256629.	rct
Hasan SS, Pearson JS, Morris J, Whorwell PJ. SKYPE HYPNOTHERAPY FOR IRRITABLE BOWEL SYNDROME: Effectiveness and Comparison with Face-to-Face Treatment. <i>Int J Clin Exp Hypn.</i> 2019 Jan-Mar;67(1):69-80.	klinisch onderzoek