

まずは症状の緩和から。はじめの一步をやさしく解説

過敏性腸症候群の 安心ごはん

松枝 啓 監修

● B5判変型 ● 定価1300円(税別)

日本人の10~15%が
この症状に悩んでいます！
案外類書が少ないのも特徴です。

腹痛を伴う便秘や下痢を繰り返す過敏性腸症候群。そのメカニズムを丁寧に解説し、①何を食べていいのかわかる ②食事のとり方 ③食物繊維をしっかりとれるレシピ ④生活習慣の改善や運動 についてやさしく紹介します。大事なのは、まず症状をやわらげること。そのための食事と生活を専門医の松枝啓先生が解説します。



20代~40代に多い病気だそうです。男女比は1:1.6とやや女性に多く、男性は下痢型・女性は便秘型が目立ちます。いざという時の薬も売れているようですが、やっぱり繊維をしっかりとってストレスを少なくして、症状が出ないようにしたほうが安心ですよっ！

★新シリーズ「食事療法ははじめの一步」食事療法は難しいしめんどくさい！そんな固定観念をくつがえし、「要はこうすればいい」をやさしく解説する食事療法の新シリーズです。

新刊注文書	書店印	申込数	過敏性腸症候群の 安心ごはん ~食事療法ははじめの一步シリーズ~
	条件/注文扱い	ISBN978-4-7895-1880-2 定価1,300円(税別) 女子栄養大学出版部	

好評既刊本~売れてます！ 新刊とあわせてご拡売お願いします！

既刊注文書	書店印	冊	クローン病・潰瘍性大腸炎の安心ごはん本体1500円 ISBN978-4-7895-1872-7
		冊	胆石・胆のう炎・膵炎の安心ごはん本体1500円 ISBN978-4-7895-1874-1
		冊	腎臓病の満足ごはん本体1500円 ISBN978-4-7895-1878-9
		冊	透析・腎移植の安心ごはん本体1500円 ISBN978-4-7895-1879-6
	条件/注文扱い	女子栄養大学出版部	

ご注文はこちらまで 女子栄養大学出版部 FAX03-3918-5591

TEL03-3918-5411 メール keigyo@eiyo.ac.jp

★返品期限情報★ 次の商品はすでに改訂版が出ており、半年以内に返品期限が切れます。棚のご確認をお願いいたします

(数字はISBN4-7895の後の5桁です)。5月末期限 2428-5 管理栄養士国家試験過去問集 2015

※なお次の商品は今月、判型を変えて改訂版を出しましたので戻しめれにご注意ください。

2017年4月返品期限 0315-0 五訂増補食品80キロカロリーー成分表(A5横判) ←こちらが古い商品です