



**SAINT LOUIS HOSPITAL**  
**AMBULATORIO MEDICO POLISPECIALISTICO**  
**Direttore Sanitario: Dr Luigi Di Girolamo**

**Medico Chirurgo – Specialista in Chirurgia d’urgenza e Pronto Soccorso**

AGOPUNTURA – ALLERGOLOGIA – ANGIOLOGIA:DOPPLER – CARDIOLOGIA:ECG – HOLTER CHIRURGIA GENERALE  
CHIRURGIA PLASTICA – CRIOTERAPIA – DERMATOLOGIA – DIETOLOGIA – ECOGRAFIA – ENDOCRINOLOGIA  
FISIATRIA – FISIOTERAPIA – GASTROSCOPIA – GINECOLOGIA E SENOLOGIA – LASERTERAPIA – MEDICINA  
ESTETICA – MEDICINA LEGALE – MEDICINA INTERNA – M.O.C. – OCULISTICA – ODONTOIATRIA E PROTESI  
DENTARIE – ORTOPEDIA – OTORINOLARINGOIATRIA - PEDIATRIA – PSICHIATRIA E PSICOTERAPIA – PODOLOGIA  
REUMATOLOGIA – RETTOSCOPIA – TRICOLOGIA – UROLOGIA ED ENDOSCOPIA VESCICALE

**00030 San Cesareo – (Roma) – Via Cesare Battisti, 1**

**Tel. 06.95599494 – Tel./Fax 06.9587043- e.mail luigidigirolamo3@gmail.com**

**Sito Web: [www.luigidigirolamo.com](http://www.luigidigirolamo.com) – [www.ozonoterapia1.it](http://www.ozonoterapia1.it)**

## **COLON IRRITABILE**

### **Norme Igieniche**

Ripristinare la tendenza alla regolarità della funzione intestinale con una dieta opportuna consumata ad orari regolari e non frettolosamente.

Sfruttare i naturali riflessi di svuotamento intestinali: evacuare sempre alla stessa ora: sfruttare il riflesso gastro-colico particolarmente valido dopo la prima colazione del mattino.

E’ utile una moderata e regolare attività fisica.

Evitare l’indiscriminato uso di farmaci lassativi, sostanze attive sulla modalità intestinale. Una terapia farmacologica, data la diversità delle forme cliniche, deve essere prescritta dal medico di famiglia o dal gastroenterologo: il colon irritabile è una infezione cronica ed “invalidante” dell’intestino e pertanto può richiedere l’intervento dello specialista per una vera e propria “riabilitazione” funzionale.