

## ASPECTUL SCAUNULUI :SCALA BRISTOL

**Tipul 1** = în această imagine scaunele apar bulgări mici, separate, dure. Aceasta a fost de mult timp în tractul digestiv/colon. Un semn sigur de constipație! Acest lucru poate rezulta dintr-o dietă săracă în fibre și/sau să nu bei suficientă apă.

**Tipul 2** = Scaunele sunt noduloase și pot indica, de asemenea, constipație.

**Tipul 3** = (considerat normal), seamănă cu un cârnați cu crăpături aparente.

**Tipul 4** = (considerat normal), mai are aspect de cârnați, dar este neted.

**Tip 5** = Acest lucru ar putea însemna că trebuie, de asemenea, să creșteți aportul de fibre.

**Tip 6** = Acest lucru poate indica o inflamație în intestin și se poate prezenta ca diaree.

**Tip 7** = Aceasta înseamnă că se mișcă prin sistemul digestiv foarte repede. Diareea poate fi cauzată de o bacterie sau un virus. Consultați un medic.