**新 书 推 荐**

**中文书名：《肠易激的真相：IBS根本疗法》**

**英文书名：IBS: Finding and Healing the Root Cause**

**作 者：Izabella Wentz**

**出 版 社：Penguin/Penguin Avery**

**代理公司：ANA/Jessica Wu**

**页 数：400页**

**出版时间：2026年3月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：保健**

**内容简介：**

**卖点：**

* **销量高、读者多：**温茨博士是功能医学领域的知名人物，她因关注传统医学未充分解决或常被忽视的健康问题而闻名
* **针对常见病症的解答：**肠易激综合征（IBS）的诊断通常是一个笼统的术语，适用于多种症状，但患者几乎无法借此理解病症的细微差别；本书为读者提供了他们需要的答案
* **针对IBS病因的全面个体化分析：**温茨博士在本书中采用了与她的《纽约时报》畅销书（关于桥本甲状腺炎）相同的全面 “根本病因分析” 方法来解读IBS。她还提供工具，帮助读者根据个人情况调整建议，并制定针对自身症状的解决方案
* **提供作者的私人视角：**温茨在二十出头时被诊断出患有IBS，并通过这套方案成功康复。她在书中分享了自己的经历，这将引起读者的共鸣。

当作者伊莎贝拉・温茨首次被诊断出患病时，医生告诉她，她只是消化道 “过于敏感”，而她曾以为，所有人吃完饭后都会胃痛。太多人被迫学会与不适且扰乱生活的胃肠道症状共存，但解决之道并非只有非处方药或处方药那样的 “治标之策”。

在这本关于肠易激综合征的珍贵指南中，伊莎贝拉・温茨指出：IBS常被视为无法解释胃肠道症状的 “笼统诊断”。但在这一诊断背后，可能隐藏着传统医学未识别的、可明确且可治疗的病因——对温茨而言，病因是桥本甲状腺炎；而对其他人来说，可能是乳糜泻、炎症性肠病、酶缺乏、菌群失衡等未被诊断的疾病。通过书中的 “根本病因疗法”，读者将学会识别自身 IBS 的根源，从而寻求更持久、更有效的解决方案。

**作者简介：**

**伊莎贝拉・温茨（Izabella Wentz）**，药学博士，是一位充满热情、富有创新精神且专注于解决方案的临床药剂师。她是美国顾问药剂师学会的会员，并通过美国药剂师协会获得了药物治疗管理和高级糖尿病护理认证。在担任顾问药剂师期间，温茨博士作为跨学科团队的一员参与了数千例复杂患者病例的咨询工作，这些病例往往由罕见疾病引发。她迅速精通于发现和评估前沿研究以帮助解决客户的独特挑战。温茨博士目前与丈夫迈克尔和儿子迪米特里居住在洛杉矶。

**目录：**

导言：我的肠易激综合征康复故事及如何创造属于你自己的康复之路

第一部分 理解肠易激综合征与根源疗法

第 1 章 什么是正常消化功能及肠易激综合征？

第 2 章 传统医学的应对方式

第 3 章 病症的本质与根源疗法如何发挥作用

第二部分 根本病因

第 4 章 饮食触发因素

第 5 章 消化与消化酶

第 6 章 营养素耗竭

第 7 章 有益菌缺乏与致病菌过剩

第 8 章 肠通透性问题

第 9 章 肠道菌群过度生长

第 10 章 肠道感染

第 11 章 应激激素失衡

第 12 章 甲状腺激素与自身免疫

第 13 章 炎症与炎症性肠病

第 14 章 毒素与化学触发物

第三部分 制定你的疗愈计划

第 15 章 从何处开始

第 16 章 疗愈过程中的症状解决方案

作者注

附录 A 大便颜色的医学意义

附录 B 全面检测指南

附录 C 如何进行排除饮食法

致谢

索引

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：[**Rights@nurnberg.com.cn**](mailto:Rights@nurnberg.com.cn)

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编：100872

电话：010-82504106, 传真：010-82504200

公司网址：[http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/)

书目下载：<http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx>

书讯浏览：<http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx>

视频推荐：<http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

新浪微博：[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6)

微信订阅号：ANABJ2002

