THE BALANCE

لنهام العصبي

العلاج الخاص

دليل للأفراد والعائلات

رعاية مخصصة لعميل واحد في كل مرة

مايوركا، زيورخ، لندن
رعاية فردية مع الإقامة

العربية / سبتمبر 2026

ما ينبغي معرفته قبل العلاج

01

يتسم النهام العصبي بنوبات أكل بنهم وفقدان السيطرة تتبعها سلوكيات تعويضية متكررة، وقد تظل الدورة خفية رغم مخاطرها الطبية والنفسية.

02

يجمع التقييم بين سلوك الأكل والحالة الطبية والتغذية والمخاطر النفسية واستخدام المواد والأدوية، لتحديد التشخيص ومستوى الرعاية الملائم بصورة فردية.

03

قد تشمل الرعاية الإشراف الطبي والدعم الغذائي والعلاج النفسي المتخصص، مع متابعة منسقة واستجابة عاجلة للإغماء أو أعراض القلب أو الجفاف أو الانتحار.

استمرارية الرعاية

تؤخذ الخطوات التالية في الاعتبار طوال فترة العلاج.

رعاية منسقة

تعمل التخصصات السريرية ضمن خطة فردية واحدة.

عميل واحد

إقامة خاصة وفريق تُنّظم رعايته حول احتياجاتك.

فهم احتياجاتك

فهم النهام العصبي

يتطلب التشخيص نوبات متكررة من الأكل بنهم مع فقدان السيطرة، وسلوكًا تعويضيًا متكررًا، ونمطًا يحدث بتواتر ومدة محددين سريريًا، من دون أن يحدث حصريًا أثناء فقدان الشهية العصبي. ويحدد التقييم السريري التشخيص الدقيق.

كيف قد يظهر النهام العصبي

قد تكون الدورة منظمة للغاية ومخفية. فقد يقّيد الشخص طعامه خلال النهار، وينهم في الأكل على انفراد، ويتطهر، ثم يعود إلى مسؤولياته المعتادة من دون علم الآخرين.

- نوبات أكل مصحوبة بشعور بفقدان السيطرة
- القيء المتعمد، أو الصيام، أو التمارين الرياضية المفرطة، أو إساءة استخدام الملّينات أو مدّرات البول أو الأدوية
- السرية، أو اختفاء الطعام، أو الروتين المتعلق بالحّمام، أو الضيق بعد الأكل
- اختلال الشوارد الكهربائية، أو خفقان القلب، أو الإغماء، أو الضعف، أو الجفاف، أو تشنجات العضلات
- تآكل الأسنان، أو أعراض الحلق أو الجهاز الهضمي، أو التورم، أو مخاوف متعلقة بالكلى
- قواعد صارمة، أو خزي، أو نقد ذاتي، أو قلق، أو اكتئاب، أو أفكار انتحارية
- استخدام الكحول، أو المنبهات، أو المهدئات، أو مواد أخرى في سياق النوبات
- محاولات متكررة للتوقف يعقبها عودة إلى السلوك خلال الضغط النفسي أو التقييد أو النزاع أو العزلة

قد يُبّلغ عن التكرار بأقل من حقيقته بسبب الخزي أو ضعف التذكر. ولا يمكن استنتاج الخطر الطبي بصورة موثوقة من حجم الجسم أو عدد النوبات المُفصح عنها في محادثة واحدة.

التقييم قبل التوصية بالعلاج

يدمج التقييم سلوك الأكل، والحالة الطبية، والمخاطر النفسية، والتغذية، والمواد، والأدوية، والدورة بين التقييد والانفعال والأكل بنهم والتعويض.



تكرار نوبات الأكل بنهم، وفقدان السيطرة، والتقييد، والتطهير، والتمارين الرياضية، والسلوكيات التعويضية الأخرى

العلامات الحيوية، والأعراض، وتخطيط كهربية القلب، والفحوصات المخبرية أو أي تقييم طبي آخر عند الحاجة

الإغماء، وأعراض الصدر، والجفاف، والنزف، والألم الشديد، والتغير الحاد

الموافقة، والأهلية لاتخاذ القرار، والأهداف، والرعاية المستمرة المتخصصة

السلامة واختيار البيئة المناسبة

قد يتطلب الاختلال الشديد في الشوارد الكهربائية، أو الأعراض القلبية، أو الإغماء، أو الجفاف، أو النزف المعدي المعوي، أو الرفض الحاد للطعام أو السوائل، أو التطهير غير المسيطر عليه، أو الميل إلى الانتحار، أو التدهور الطبي، رعاية عاجلة في المستشفى. لا ينبغي لمنشأة إقامة أن تّدعي تقديم مراقبة متخصصة لاضطرابات الأكل، أو استجابة للطوارئ، أو استقرار طبي، من دون كوادر وبروتوكولات وترتيبات تحويل موثقة.

رعاية تتمحور حولك

يجمع العلاج عادًة بين الإشراف الطبي، والتغذية، والعلاج النفسي لاضطرابات الأكل، والحد من السلوكيات التعويضية، والرعاية النفسية الطبية عند الحاجة، والعمل على السياق العاطفي والعلاقات الشخصية المحيط بالدورة.

معالجة مخاطر الشوارد الكهربائية والقلب والجفاف والنزف والانتحار وغيرها من المخاطر الحادة تحديد المسؤوليات الطبية والتغذوية والنفسية الطبية والنفسية

كسر دورات التقييد والأكل بنهم والتطهير من خلال خطة أكل فردية استخدام علاج نفسي لاضطرابات الأكل مستنير بالأدلة

مراجعة الأدوية والمواد التي تؤثر في الشهية أو الاندفاع أو المزاج أو الخطر الطبي علاج الاكتئاب أو القلق أو الصدمات النفسية أو الوسواس القهري أو الإدمان عند وجودها

تحديد إجراءات الوجبات والحّمام والتمارين الرياضية والخصوصية والعائلة على أساس سريري ترتيب المتابعة المتخصصة قبل مغادرة البنية العلاجية المكثفة

لا يتمثل الهدف ببساطة في فرض السيطرة. فقد تعزز البيئة التقييدية أو العقابية السرية وهذه الدورة. وينبغي أن يكون لأي مراقبة غرض سريري واضح وأن يُشرح.

من التقييم إلى خطة مشتركة

توضح التوصية البيئة المقترحة والأولويات والفريق ووتيرة العلاج، وكيفية مراجعة الخطة معك.

تجربة الرعاية

تشارك مايوركا، زيورخ، لندن نموذج الرعاية الفردية مع الإقامة لدى THE BALANCE. يُخصَّص مقر الإقامة لعميل واحد، مع طاهٍ ومدير شخصي. تُخطَّط الجلسات العلاجية والأنشطة والبرنامج وفق احتياجاتك الفردية.



مساحة خاصة للتوقف واستعادة الهدوء

خصوصية وتنسيق متحفظ وإيقاع يومي يتناسب مع الاحتياجات السريرية.

رعاية تتيح مجالاً للتعافي

تتوازن المواعيد الفردية مع الراحة والوجبات والحركة والوقت اللازم لاستيعاب التجربة.

دعم عملي

يساعد مدير رعاية شخصي في تنسيق المواعيد والترتيبات اليومية.

صور فريق الرعاية والإقامة من دليل القبول لدى THE BALANCE. تُؤكد الإقامة المحددة بصورة فردية.

لندن

علاج وأنشطة فردية مع مقر إقامة مخصَّص لعميل واحد.

زيورخ

علاج وأنشطة فردية مع مقر إقامة مخصَّص لعميل واحد.

مايوركا

علاج وأنشطة فردية مع مقر إقامة مخصَّص لعميل واحد.

من التقييم إلى الحياة اليومية

01

محادثة سرية

يستمع فريق القبول إلى ظروفك ويشرح عملية المراجعة السريرية.

02

تقييم وتوصية

ينظر الفريق في الملاءمة والأولويات والبيئة والخطة الفردية.

03

علاج شخصي

تُراجع الرعاية وتُعدّل مع تغير احتياجاتك وقدرتك على المشاركة.

04

الانتقال واستمرارية الرعاية

يربط تسليم الرعاية العلاَج بالأشخاص والروتين والدعم اللازم في المنزل.

الاستعداد للعودة إلى المنزل

ينبغي أن تحدد الرعاية المستمرة الطبيب المعالج، وأخصائي التغذية، والمعالج النفسي، والطبيب النفسي عند الاقتضاء، والمراقبة، وخطة الوجبات والتمارين الرياضية، ودور العائلة، والاستجابة السريعة لعودة التطهير أو الأعراض الطبية. قد يشمل التقدم الاستقرار الطبي، وانخفاض نوبات الأكل بنهم والتطهير أو غيابها وفقًا للخطة، وتغذية أكثر انتظامًا، وانخفاض الخزي والسرية، وتحسن تنظيم الانفعالات، وحياة أقل تمحورًا حول التعويض.

التفكير في الخطوة التالية

هل يمكن أن يكون النهام العصبي خطيًرا طبًيا عند وزن جسم طبيعي؟

نعم. قد تكون مخاطر الشوارد الكهربائية والقلب والجهاز الهضمي والأسنان والكلى والصحة النفسية موجودة بغض النظر عن المظهر الخارجي.

ما الفرق بين النهام العصبي واضطراب نهم الأكل؟

يشمل النهام العصبي سلوًكا تعويضًيا متكرًرا مثل القيء أو الصيام أو التمارين الرياضية المفرطة. ولا ينطوي اضطراب نهم الأكل على سلوك تعويضي منتظم.

متى تكون الرعاية الطبية العاجلة مطلوبة؟

يتطلب الإغماء، أو أعراض الصدر، أو الضعف الشديد، أو وجود دم، أو الجفاف، أو التدهور الحاد، أو الألم الشديد، أو النية الانتحارية، تقييًما طبًيا محلًيا أو طارًئا عاجًلا.

هل سيشمل العلاج دعًما للوجبات؟

قد يكون دعم الوجبات والسلوك جزًءا من خطة متخصصة موّثقة. ويجب تأكيد التوفر الدقيق، والكوادر، والإجراءات للحالة والموقع المعنيين.

ابدأ بمحادثة

تحدث بسرية مع فريق القبول حول ظروفك والخيارات المتاحة. لا يترتب على الاستفسار أي التزام بالمضي قدمًا.

admissions@thebalance.clinic

+41 44 500 5111

صفحة الحالة الكاملة

إذا كنت أنت أو شخص آخر في خطر فوري، فاطلب الرعاية الطارئة المحلية. لا تنتظر إجراءات القبول المعتادة أو السفر.

معلومات عامة؛ تُحّدد الرعاية الفردية بعد التقييم.