THE BALANCE

Binge-Eating-Störung

Private Behandlung

Ein Leitfaden für Betroffene und Angehörige

Ganz auf einen Klienten ausgerichtet

Mallorca, Zürich, London
Individuelle Betreuung mit Aufenthalt

Deutsch / September 2026

01 / WAS SIE VOR DER BEHANDLUNG WISSEN SOLLTEN

Was Sie vor der Behandlung wissen sollten

01 Die Binge-Eating-Störung ist durch wiederkehrende Essanfälle mit Kontrollverlust und Leidensdruck ohne regelmäßige kompensatorische Verhaltensweisen gekennzeichnet.

02 Die Abklärung berücksichtigt Essmuster, Restriktion, psychische und körperliche Faktoren, Medikamente, Schlaf, Gewichtsstigmatisierung sowie mögliche Überschneidungen mit anderen Erkrankungen.

03 Die Behandlung kann Psychotherapie, Ernährungsunterstützung und koordinierte Begleitversorgung umfassen; stationäre Behandlung kommt bei komplexem Bedarf infrage, ambulante Versorgung ist jedoch häufig angemessen.

Ein Klient

Eine private Residenz und ein Team, das sich nach Ihnen richtet.

Koordinierte Betreuung

Die Fachbereiche arbeiten nach einem individuellen Behandlungsplan.

Kontinuität

Die nächsten Schritte werden während der gesamten Behandlung mitgedacht.

02 / IHRE BEDÜRFNISSE VERSTEHEN

Ihre Bedürfnisse verstehen

Binge-Eating-Störung verstehen

Bei der Diagnose werden wiederkehrende Essanfälle, Kontrollverlust, begleitende Merkmale, Leidensdruck, Häufigkeit, Dauer und das Fehlen regelmäßiger kompensatorischer Verhaltensweisen berücksichtigt. Die Körpergröße bestimmt nicht, ob die Störung vorliegt.

Wie sich eine Binge-Eating-Störung äußern kann

Im Mittelpunkt steht häufig der Kontrollverlust und nicht die genaue Menge, die eine andere Person wahrnimmt. Scham kann dazu führen, dass Betroffene Episoden verbergen oder sie mit rigiden, informellen Kompensationsversuchen abwechseln.

• Während Episoden schnell oder über ein angenehmes Sättigungsgefühl hinaus essen

• Ein starkes Gefühl, nicht aufhören oder nicht entscheiden zu können, was und wie viel gegessen wird

• Heimlich oder ohne körperlichen Hunger essen

• Ausgeprägter Leidensdruck, Scham, Schuldgefühle, Ekel oder Rückzug danach

• Zyklen aus Restriktion, Diäten, Regeln und erneutem Binge Eating

• Beschaffung, Lieferung oder Entsorgung von Lebensmitteln oder finanzielle Muster, die um Episoden herum organisiert sind

• Depressionen, Angstzustände, Traumasymptome, ADHS, Schlafstörungen oder Substanzkonsum

• Körperliche Gesundheitsprobleme, die angemessene Versorgung verdienen, ohne anzunehmen, dass das Gewicht die alleinige Ursache ist

Klinische Fachpersonen sollten nach Gewichtsstigmatisierung, Diätverlauf, Ernährungsunsicherheit, Medikamenten, Kultur und früheren Behandlungen fragen. Ein moralisierender oder gewichtsorientierter Ansatz kann Scham verstärken und die Offenlegung verringern.

03 / SORGFÄLTIGE ABKLÄRUNG VOR EINER EMPFEHLUNG

Sorgfältige Abklärung vor einer Empfehlung

Die Abklärung klärt die Merkmale des Binge Eating, die Ernährung, Restriktion, psychiatrische und medizinische Faktoren sowie die Rolle einer auf Gewicht fokussierten Behandlungsvorgeschichte.

Häufigkeit, Dauer, Menge, Kontrollverlust, Auslöser und Folgen der Episoden

Restriktion, Diäten, Fasten, körperliche Betätigung, Erbrechen oder andere kompensatorische Verhaltensweisen

Stimmung, Angstzustände, Traumata, ADHS, Zwangsstörung, Substanzkonsum, Schlaf und Suizidrisiko

Ziele, Einwilligung, Bereitschaft und Zugang zu spezialisierter weiterführender Versorgung



Sicherheit und das geeignete Umfeld

Suizidale Absicht, schwere Depressionen, akute medizinische Symptome, unkontrollierter Diabetes oder andere schwerwiegende Gesundheitsprobleme, Erbrechen, schwere Restriktion oder die Unfähigkeit, die eigene Sicherheit zu gewährleisten, erfordern den angemessenen dringlichen oder spezialisierten Dienst. Die medizinische Versorgung sollte evidenzbasiert und respektvoll sein. Körperliche Symptome sollten nicht als psychologisch abgetan oder vollständig der Körpergröße zugeschrieben werden.

04 / BEHANDLUNG, DIE SICH AN IHNEN ORIENTIERT

Behandlung, die sich an Ihnen orientiert

Die Behandlung kann evidenzinformierte Psychotherapie, Ernährungsunterstützung, regelmäßiges Essen, Arbeit an Restriktion und Auslösern, psychiatrische Versorgung und die Behandlung gleichzeitig bestehender Erkrankungen umfassen.

Ein nicht stigmatisierendes gemeinsames Verständnis von Kontrollverlust und Leidensdruck entwickeln Restriktive Zyklen verringern, die die biologische und psychische Vulnerabilität erhöhen

Eine regelmäßige, angemessene und flexible Ernährung etablieren Auf das Erscheinungsbild abgestimmte spezialisierte Psychotherapie einsetzen

Depressionen, Angstzustände, Traumata, ADHS, Schlafprobleme oder Substanzkonsum behandeln, wenn diese vorliegen Medikamente, sofern angezeigt, durch eine hierzu befugte verschreibende Fachperson überprüfen lassen

Geheimhaltung, Beziehungen, Zugang zu Lebensmitteln, Lieferungen und Umgebungsreize berücksichtigen Eine weiterführende Versorgung organisieren, die nicht zu strafenden Diäten zurückkehrt

Gewichtsverlust ist kein garantierter oder hinreichender Behandlungserfolg bei Binge Eating. Restriktive Diäten, Scham und verpflichtende körperliche Betätigung können den Kreislauf bei manchen Menschen verschlimmern und sollten nicht als Standardversorgung dargestellt werden.

Von der Abklärung zum gemeinsamen Plan

Die Empfehlung erläutert das vorgesehene Umfeld, die Prioritäten, das Team und das Tempo sowie die gemeinsame Überprüfung des Plans.

05 / DER BEHANDLUNGSALLTAG

Der Behandlungsalltag

Mallorca, Zürich, London teilen das individuelle Betreuungskonzept von THE BALANCE. Eine Residenz ist für einen Klienten reserviert, mit eigenem Koch und persönlichem Manager. Behandlung, Aktivitäten und Programm richten sich nach Ihren Bedürfnissen.



Ein privater Ort zum Innehalten

Persönlicher Raum, diskrete Koordination und ein Tagesrhythmus, der sich an den klinischen Bedürfnissen orientiert.

Raum für Erholung

Einzeltermine wechseln sich mit Ruhe, Mahlzeiten, Bewegung und Zeit zur Verarbeitung ab.

Praktische Unterstützung

Ein persönlicher Care Manager hilft bei der Koordination des Tagesablaufs und alltäglicher Angelegenheiten.

Team- und Residenzbilder aus dem Aufnahmeleitfaden von THE BALANCE. Die konkrete Residenz wird individuell bestätigt.

Mallorca

Individuelle Behandlung und Aktivitäten in einer Residenz für einen Klienten.

Zürich

Individuelle Behandlung und Aktivitäten in einer Residenz für einen Klienten.

London

Individuelle Behandlung und Aktivitäten in einer Residenz für einen Klienten.

06 / VON DER ABKLÄRUNG ZURÜCK IN DEN ALLTAG

Von der Abklärung zurück in den Alltag

01

Ein vertrauliches Gespräch

Das Aufnahmeteam hört zu und erklärt den Ablauf der klinischen Prüfung.

02

Abklärung und Empfehlung

Das Team prüft Eignung, Prioritäten, Behandlungsumfeld und individuellen Plan.

03

Persönliche Behandlung

Die Betreuung wird überprüft und an veränderte Bedürfnisse und Möglichkeiten angepasst.

04

Übergang und weitere Betreuung

Eine Übergabe verbindet die Behandlung mit Menschen, Routinen und Unterstützung zu Hause.

Die Rückkehr nach Hause vorbereiten

Die weiterführende Versorgung sollte, sofern angezeigt, eine spezialisierte Psychotherapeutin oder einen spezialisierten Psychotherapeuten sowie eine Ernährungsfachperson, medizinische und psychiatrische Nachsorge, regelmäßiges Essen, den Umgang mit Drang oder Episoden und einen Plan für Reisen, Arbeit, Familie und den Zugang zu Lebensmitteln umfassen. Fortschritte können weniger Essanfälle, weniger Kontrollverlust und Scham, regelmäßigeres und flexibleres Essen, eine verbesserte emotionale und körperliche Gesundheit sowie weniger Zeit umfassen, die damit verbracht wird, das Leben um Essen oder Kompensation herum zu organisieren.

07 / DEN NÄCHSTEN SCHRITT ERWÄGEN

Den nächsten Schritt erwägen

Ist eine Binge-Eating-Störung dasselbe wie Überessen?

Nein. Die Diagnose umfasst wiederkehrende Episoden mit Kontrollverlust, begleitenden Merkmalen, Leidensdruck, Häufigkeit und Dauer. Gelegentliches Überessen allein ist nicht die Störung.

Tritt eine Binge-Eating-Störung nur bei höherem Körpergewicht auf?

Nein. Sie kann bei unterschiedlichen Körpergrößen auftreten, und die Körpergröße begründet nicht die Diagnose.

Wie unterscheidet sie sich von Bulimie?

Bulimie umfasst regelmäßige kompensatorische Verhaltensweisen wie Erbrechen, Fasten oder übermäßige körperliche Betätigung. Bei einer Binge-Eating-Störung ist dies nicht der Fall.

Ist Gewichtsverlust das Ziel der Behandlung?

Die Behandlung konzentriert sich auf Binge Eating, Gesundheit, Leidensdruck und Lebensqualität. Gewichtsverlust ist nicht garantiert und sollte nicht das alleinige Maß für Genesung sein.

Beginnen Sie mit einem Gespräch

Sprechen Sie vertraulich mit unserem Aufnahmeteam über Ihre Situation und die Möglichkeiten. Eine Anfrage verpflichtet Sie zu nichts.

+41 44 500 5111

admissions@thebalance.clinic

Vollständige Behandlungsseite

Wenn Sie oder eine andere Person unmittelbar gefährdet sind, wenden Sie sich an die örtliche Notfallversorgung. Warten Sie nicht auf eine reguläre Aufnahme oder Reise.

Allgemeine Informationen; die individuelle Behandlung richtet sich nach der Abklärung.