



THE BALANCE

Vermeidend-restriktive Essstörung (ARFID)

Private Behandlung

Ein Leitfaden für Betroffene und Angehörige

Ganz auf einen Klienten ausgerichtet

MALLORCA / ZÜRICH

Was Sie vor der Behandlung wissen sollten

- 01 kann sensorische Empfindlichkeit, Angst vor negativen Folgen oder geringes Interesse am Essen umfassen und erhebliche medizinische, ernährungsbezogene sowie alltägliche Beeinträchtigungen verursachen.
 - 02 Eine umfassende Diagnostik prüft körperliche Stabilität, Ernährung, psychologische Faktoren und mögliche Begleiterkrankungen; akute Risiken können spezialisierte Krankenhausversorgung erfordern.
 - 03 THE BALANCE kann geeigneten, medizinisch stabilen Erwachsenen eine individuell abgestimmte stationäre Behandlung auf Mallorca oder in Zürich mit koordinierter Weiterbetreuung anbieten.
-

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.

Ihre Bedürfnisse verstehen

Wie sich ARFID zeigen kann

Eine Person isst möglicherweise aufgrund einer sensorischen Empfindlichkeit gegenüber Konsistenz, Geruch, Aussehen, Temperatur oder Geschmack nur ein sehr begrenztes Spektrum an Lebensmitteln. Eine andere fürchtet sich möglicherweise vor Erstickern, Erbrechen, allergischen Reaktionen, Schmerzen oder einer anderen aversiven Folge. Eine dritte hat möglicherweise nur sehr geringes Interesse an Essen oder Schwierigkeiten, Hunger wahrzunehmen.

ARFID ist nicht einfach „wählerisches Essen“

Selektives Essen ist häufig, bei ARFID bestehen jedoch klinisch bedeutsame Folgen oder Beeinträchtigungen. Erwachsene vermeiden möglicherweise Geschäftsessen, Reisen, Beziehungen, Familienfeiern oder medizinische Behandlungen, weil sichere Lebensmittel nicht verfügbar sind oder Essen in Gegenwart anderer belastend geworden ist.

Scham und wiederholter Druck, „einfach zu essen“, können die Vermeidung verstärken. Die Behandlung sollte nicht auf Demütigung, Konfrontation oder der Annahme beruhen, dass die Person die Restriktion wählt, um Aufmerksamkeit zu erhalten.

Sorgfältige Abklärung vor einer Empfehlung

Bei der Diagnostik können die Gewichtsentwicklung, kürzliche Veränderungen, Vitalzeichen, Flüssigkeitsversorgung, Laborbefunde, Nährstoffmängel, kardiovaskuläre Symptome, gastrointestinale Symptome, Schlucken, Medikamente, Nahrungsergänzungsmittel und die aktuelle Nahrungsaufnahme berücksichtigt werden. Das Erscheinungsbild allein belegt keine medizinische Sicherheit.

Medizinische Instabilität, schwere Mangelernährung, Elektrolytstörungen, kardiale Risiken, Dehydrierung, die Unfähigkeit, eine ausreichende Nahrungsaufnahme aufrechtzuerhalten, oder die Notwendigkeit einer enteralen Ernährung können eine Krankenhausbehandlung oder spezialisierte Versorgung für Essstörungen erfordern. Eine private Wohneinrichtung ist kein Ersatz für eine medizinisch geführte vollstationäre Einheit.



Sicherheit und das geeignete Umfeld

THE BALANCE sollte ARFID erst in Betracht ziehen, nachdem der Behandlungsrahmen für Erwachsene, die spezialisierte Kompetenz, die medizinische Stabilität, die ernährungsbezogenen Anforderungen und die Notfallwege bestätigt wurden. Eine Person, die Sondenernährung, kontinuierliche medizinische Beobachtung, intensives Management der Wiederernährung oder eine geschützte stationäre Versorgung können ein spezialisiertes Krankenhaus oder eine Essstörungsstation erfordern. Akute Instabilität, schwere Dehydrierung, Ohnmacht, kardiale Symptome, ausgeprägte Elektrolytstörungen oder die Unfähigkeit, die Nahrungsaufnahme aufrechtzuerhalten, erfordern eine zeitnahe medizinische Beurteilung. Siehe Eignung und Aufnahmekriterien.

Behandlung, die sich an Ihnen orientiert

Psychologische und verhaltensorientierte Behandlung

Die Evidenz für die Behandlung von ARFID bei Erwachsenen entwickelt sich weiter. An ARFID angepasste kognitiv-verhaltenstherapeutische Ansätze können Vermeidung, ernährungsbezogene Rehabilitation, Exposition, Angst, sensorische Empfindlichkeit und Flexibilität behandeln. Auch die Behandlung von Angst sowie Unterstützung durch Familie oder Partner können relevant sein.

Kein einzelnes Protokoll eignet sich für jede Ausprägung. Behandlungsziele sollten spezifisch und messbar sein, beispielsweise eine verbesserte Angemessenheit der Ernährung, ein breiteres Spektrum an Lebensmitteln, weniger Angst, eine größere Fähigkeit, in notwendigen Situationen zu essen, oder eine geringere Abhängigkeit von Nahrungsergänzungsmitteln.

Ernährungsbezogene Versorgung

Eine Diätassistentin, ein Diätassistent oder eine entsprechend qualifizierte Fachperson für Ernährung kann die Angemessenheit der Ernährung, Mängel, Mahlzeitenstruktur, Nahrungsergänzung und das Tempo der Veränderung beurteilen. Ernährungsbezogene Arbeit sollte mit der medizinischen und psychologischen Versorgung koordiniert werden, anstatt als allgemeiner Ernährungsplan angeboten zu werden.

Lebensmittelpräferenzen, Allergien, religiöse Anforderungen, gastrointestinale Symptome und sensorische Bedürfnisse sollten präzise dokumentiert werden. Ein Privatkoch kann die Umsetzung unterstützen, ersetzt jedoch keine spezialisierte ernährungstherapeutische Diagnostik.

Erweiterung des Nahrungsmittelspektrums und Exposition

Expositionsarbeit kann sehr kleine Schritte hin zu einem gefürchteten Lebensmittel, einer Textur, einem Geruch, einer Situation oder einer Körperempfindung umfassen. Die Abfolge wird individuell gestaltet und mit ernährungsbezogenen Prioritäten sowie den eigenen Zielen des Klienten verknüpft.

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.

Der Behandlungsalltag

Ein ruhiges, privates Umfeld kann Raum für Behandlung, Erholung und Reflexion schaffen. Residenz, Tagesablauf und praktische Unterstützung werden jeweils um einen Klienten herum organisiert.



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

Private stationäre Betreuung in einer erholsamen Inselumgebung.

Zürich

Private stationäre Betreuung mit Schweizer klinischer Koordination.

London

Ausgewählte Angebote für Abklärung, Übergang und weiterführende Betreuung.

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

ARFID erfordert nach der stationären Phase häufig fortlaufende medizinische, ernährungstherapeutische und psychologische Unterstützung. Die Übergabe sollte festlegen, wer Ernährung, körperliche Gesundheit, Expositionsziele, Medikamente und Verschlechterungen überwacht. Eine internationale weiterführende Versorgung kann einen lokalen Dienst für Essstörungen, eine hausärztliche Fachperson, eine Diätassistentin oder einen Diätassistenten, eine Therapeutin oder einen Therapeuten, eine Psychiaterin oder einen Psychiater sowie Familie oder Partner einbeziehen. Grenzüberschreitende Versorgung sollte nicht dazu führen, dass eine wesentliche medizinische Überwachung ohne eine verantwortliche Fachperson vor Ort bleibt.

Den nächsten Schritt erwägen

Was ist ARFID?

ARFID ist eine Ess- oder Fütterstörung, die mit Vermeidung oder Einschränkung einhergeht und ernährungsbezogene, medizinische, das Gewicht oder Wachstum betreffende Folgen, eine Abhängigkeit von Nahrungsergänzungsmitteln oder erhebliche Beeinträchtigungen im Leben verursacht.

Wie unterscheidet sich ARFID von Anorexia nervosa?

Bei ARFID wird die Einschränkung nicht primär durch Sorgen um Gewicht oder Körperform bestimmt. Das medizinische Risiko kann dennoch ernst sein, und eine umfassende Beurteilung ist erforderlich, da sich Erkrankungen überschneiden oder verändern können.

Können Erwachsene ARFID haben?

Ja. ARFID kann bis ins Erwachsenenalter fortbestehen oder später klinisch bedeutsam werden. Diese Seite bezieht sich ausschließlich auf die Beurteilung und Behandlung Erwachsener, sofern nicht ein anderer Altersbereich formell bestätigt wird.

Was verursacht ARFID?

Die Erscheinungsformen können sensorische Empfindlichkeit, Angst vor Erstickten oder Erbrechen, geringes Interesse an Nahrung, neuroentwicklungsbezogene Faktoren, körperliche Erkrankungen oder eine Kombination umfassen. Es gibt keine einzelne Ursache, die auf alle zutrifft.

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.