THE BALANCE

Disregolazione del sistema nervoso

Trattamento privato

Una guida per le persone e le famiglie

Assistenza dedicata a un solo cliente alla volta

Maiorca, Zurigo, Londra
Assistenza residenziale individuale

Italiano / Settembre 2026

01 / COSA SAPERE PRIMA DEL TRATTAMENTO

Cosa sapere prima del trattamento

01 La disregolazione del sistema nervoso descrive difficoltà nel modulare attivazione e recupero, ma non costituisce una diagnosi né indica un’unica causa biologica.

02 La valutazione considera sintomi, contesto, rischi, sonno, sostanze, farmaci e possibili condizioni mediche o psichiatriche prima di definire un piano personalizzato.

03 Il trattamento può integrare psicoterapia, pratiche graduali di regolazione e interventi sulle condizioni sottostanti; l’assistenza residenziale dipende dalla complessità complessiva, non dalla sola disregolazione.

Un solo cliente

Una residenza privata e un team organizzati intorno a lei.

Assistenza coordinata

Le discipline cliniche lavorano all’interno di un piano individuale.

Continuità

I passi successivi vengono considerati durante tutto il trattamento.

02 / COMPRENDERE LE SUE ESIGENZE

Comprendere le sue esigenze

Comprendere la disregolazione del sistema nervoso

Il sistema nervoso autonomo contribuisce a regolare l'attivazione, la frequenza cardiaca, la respirazione, la digestione e le risposte alle richieste. Il termine disregolazione è spesso usato in senso descrittivo quando le risposte sembrano troppo intense, prolungate, attenuate o difficili da modificare. Di per sé, non stabilisce la presenza di una malattia autonomica o di un disturbo mentale.

Come può manifestarsi la disregolazione del sistema nervoso

Le persone possono passare da stati di attivazione a stati di disconnessione. La stessa persona può sentirsi irrequieta e in preda al panico in una situazione, e intorpidita o esausta in un'altra.

• Vigilanza persistente, reazioni di allarme, tensione, irrequietezza o incapacità di rilassarsi

• Rapida escalation in risposta a conflitto, incertezza, sensazioni o minaccia percepita

• Intorpidimento, blocco, dissociazione, affaticamento o difficoltà a iniziare ad agire

• Palpitazioni, alterazioni del respiro, sudorazione, sintomi gastrointestinali, tremore o capogiri

• Alterazioni del sonno, incubi, sensibilità sensoriale e scarso recupero dopo le richieste

• Difficoltà a identificare gli stati interni o a ritornare al livello di base dopo lo stress

• Ricorso ad alcol, sedativi, stimolanti, cibo, esercizio fisico, lavoro o dispositivi per modificare l'attivazione

• Una vita organizzata attorno all'evitamento dell'attivazione o alla ricerca di stimolazione intensa

Questi sintomi possono essere angoscianti e fisici. Sintomi corporei nuovi, gravi o preoccupanti richiedono comunque un'appropriata valutazione medica e non dovrebbero essere automaticamente attribuiti alla regolazione.

03 / LA VALUTAZIONE PRIMA DI UNA RACCOMANDAZIONE

La valutazione prima di una raccomandazione

La valutazione prende in esame ciò che la persona sperimenta, quando si verifica, quanto dura, cosa lo modifica e quali condizioni mediche o psichiatriche formali possono spiegarlo o contribuirvi.

Fattori scatenanti, contesto, durata, recupero, evitamento e impatto sul funzionamento

Ansia, panico, PTSD, dissociazione, depressione, ADHD, autismo ed elevazione dell'umore

Sonno, dolore, farmaci, caffeina, alcol, sostanze e astinenza

Obiettivi, consenso, preferenze e capacità di proseguire in sicurezza a casa



Sicurezza e contesto appropriato

Dolore toracico grave, svenimento, alterazioni neurologiche, difficoltà respiratoria, confusione acuta, intenzione suicidaria, psicosi, astinenza pericolosa o un'altra emergenza richiedono una valutazione medica o psichiatrica locale. Le pratiche di regolazione di supporto non dovrebbero ritardare una diagnosi né essere utilizzate per convincere la persona che tutti i sintomi siano dovuti al trauma.

04 / UN PERCORSO COSTRUITO INTORNO A LEI

Un percorso costruito intorno a lei

Il trattamento può mirare a migliorare la flessibilità attraverso psicoterapia, interventi per il sonno e l’uso di sostanze, consapevolezza corporea, respirazione ritmata, movimento, radicamento, revisione dei farmaci, modifiche ambientali e trattamento della condizione sottostante.

Individuare, ove possibile, la condizione formale e il rischio attuale Affrontare sonno, sostanze, farmaci, dolore e fattori medici contributivi

Utilizzare gradualmente le pratiche di regolazione e monitorare la risposta Sviluppare la tolleranza per emozioni, sensazioni, incertezza e contatto relazionale

Ridurre l’evitamento e il ricorso a strategie di regolazione dannose Utilizzare interventi incentrati sul trauma o somatici solo quando indicati e oggetto di consenso

Integrare qualsiasi metodo neurobiologico in un piano clinico regolamentato Praticare le competenze nei contesti in cui la persona ne ha effettivamente bisogno

Nessun metodo può promettere responsabilmente di resettare il sistema nervoso. La respirazione e la meditazione possono aumentare il panico o la dissociazione per alcune persone; l’esercizio fisico intenso o l’esposizione al freddo possono essere medicalmente inappropriati; dispositivi e biomarcatori presentano limiti specifici.

Dalla valutazione a un piano condiviso

La raccomandazione chiarisce il contesto proposto, le priorità, il team e i tempi, e come il piano verrà rivisto insieme a lei.

05 / L’ESPERIENZA DI CURA

L’esperienza di cura

Maiorca, Zurigo, Londra condividono il modello di assistenza residenziale individuale di THE BALANCE. Una residenza è riservata a un solo cliente, con chef e responsabile personale dedicati. Trattamenti, attività e programma si adattano alle Sue esigenze.



Un luogo privato in cui fermarsi

Spazio personale, coordinamento discreto e un ritmo quotidiano definito dalle esigenze cliniche.

Cura con spazio per recuperare

Gli incontri individuali si alternano a riposo, pasti, movimento e tempo per elaborare l’esperienza.

Sostegno pratico

Un care manager personale aiuta a coordinare gli appuntamenti e le necessità quotidiane.

Immagini del team e della residenza tratte dalla guida alle ammissioni di THE BALANCE. La residenza viene confermata individualmente.

Maiorca

Trattamenti e attività individuali in una residenza riservata a un solo cliente.

Zurigo

Trattamenti e attività individuali in una residenza riservata a un solo cliente.

Londra

Trattamenti e attività individuali in una residenza riservata a un solo cliente.

06 / DALLA VALUTAZIONE ALLA VITA QUOTIDIANA

Dalla valutazione alla vita quotidiana

01

Un colloquio riservato

Il team ammissioni ascolta la sua situazione e spiega la revisione clinica.

02

Valutazione e raccomandazione

Il team considera idoneità, priorità, contesto e piano individuale.

03

Trattamento personalizzato

L’assistenza viene rivista e adattata al cambiamento delle esigenze e delle capacità.

04

Transizione e continuità delle cure

Un passaggio di consegne collega il trattamento alle persone, alle abitudini e al sostegno necessari a casa.

Preparare il rientro a casa

Le competenze devono funzionare durante i viaggi, nelle relazioni, al lavoro e nello stress quotidiano. L’assistenza continuativa dovrebbe identificare le diagnosi sottostanti, le pratiche utili, le risposte avverse, la responsabilità nella gestione dei farmaci e i clinici locali. I progressi possono includere un recupero più rapido dopo lo stress, una maggiore consapevolezza emotiva e corporea, minore evitamento, una riduzione delle strategie di coping dannose, un sonno migliore e una maggiore possibilità di scelta tra attivazione e azione.

07 / VALUTARE IL PROSSIMO PASSO

Valutare il prossimo passo

La disregolazione del sistema nervoso è una diagnosi?

Di solito no. È un’espressione descrittiva. La valutazione dovrebbe considerare spiegazioni formali relative alla salute mentale, al sonno, alle sostanze, a condizioni mediche e neurologiche.

La disregolazione prova che il trauma ne è la causa?

No. Il trauma può essere rilevante, ma ansia, umore, sonno, dolore, sostanze, farmaci, malattie mediche e pericolo attuale possono produrre sintomi sovrapponibili.

Il sistema nervoso può essere resettato?

Questa non è una promessa terapeutica responsabile. L’assistenza può migliorare la flessibilità e il recupero, ma nessuna pratica o dispositivo semplice garantisce un reset.

Gli esercizi di respirazione sono sempre calmanti?

No. Per alcune persone possono aumentare il panico, i capogiri o la dissociazione. Le pratiche dovrebbero essere selezionate e calibrate in base alla persona e al contesto medico.

Inizi con un colloquio

Parli in riservatezza con il team ammissioni della sua situazione e delle opzioni disponibili. Una richiesta non comporta alcun obbligo di proseguire.

+41 44 500 5111

admissions@thebalance.clinic

Pagina completa della condizione

Se lei o un’altra persona siete in pericolo immediato, rivolgetevi ai servizi di emergenza locali. Non attendete una normale ammissione o un viaggio.

Informazioni generali; l’assistenza individuale segue la valutazione.