THE BALANCE

Disturbo da stress post-traumatico (PTSD)

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 Il PTSD può influire su sonno, memoria, umore, relazioni e sicurezza, con sintomi visibili oppure nascosti dietro evitamento e controllo.

02 La valutazione distingue il PTSD da condizioni simili e considera rischi, comorbilità, consenso, stabilità e precedenti risposte alle cure.

03 Il trattamento viene organizzato gradualmente; l'assistenza residenziale può essere utile in situazioni complesse, mentre le emergenze richiedono servizi ospedalieri locali.

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 il PTSD

Il PTSD è definito da un quadro di sintomi correlati al trauma che persiste e causa disagio o compromissione significativi. Questi possono includere rivissuti intrusivi, evitamento, cambiamenti dell'umore o delle convinzioni e maggiore attivazione o reattività. La diagnosi richiede più del semplice aver vissuto un evento difficile.

Come può manifestarsi il PTSD

Il PTSD può alternare stati di attivazione e disconnessione. I sintomi possono essere costanti, episodici o strettamente legati a richiami che non sono evidenti alle altre persone.

• Ricordi intrusivi, incubi, flashback o intenso disagio in presenza di richiami

• Evitamento di luoghi, persone, conversazioni, sensazioni o emozioni associate all'evento

• Ipervigilanza, risposta di allarme esagerata, irritabilità, rabbia o difficoltà a ritrovare calma dopo una minaccia percepita

• Ottundimento emotivo, distacco, dissociazione o senso di irrealtà

• Cambiamenti nel sonno, nella concentrazione, nella fiducia, nel senso di colpa, nella vergogna o nelle aspettative riguardo al futuro

• Uso di alcol, farmaci, sostanze, lavoro, cibo o comportamenti compulsivi per gestire gli stati interni

• Difficoltà relazionali, isolamento, perdita delle normali routine o difficoltà a tollerare la vulnerabilità

• Sintomi fisici che richiedono un'appropriata valutazione medica anziché un'automatica attribuzione psicologica

I sintomi possono intensificarsi durante procedimenti legali, anniversari, viaggi, cure mediche, cambiamenti nelle relazioni, attenzione dei media o nuova esposizione al pericolo. Il piano terapeutico dovrebbe distinguere la minaccia attuale dai richiami del trauma e non dovrebbe chiedere alla persona di ridurre le necessarie misure di sicurezza nella vita reale.

03 / LA VALUTAZIONE PRIMA DI UNA RACCOMANDAZIONE

La valutazione prima di una raccomandazione

La valutazione mira a stabilire la natura e la tempistica dell’esposizione traumatica, l’attuale quadro sintomatologico, gli effetti sul funzionamento e qualsiasi condizione che modifichi la priorità terapeutica. Considera inoltre ciò che la persona ha già provato e ciò che ha reso le cure precedenti utili, inefficaci o difficili da tollerare.

Rischio attuale o pregresso di autolesionismo, suicidio, aggressività, sfruttamento o comportamenti non sicuri

Dissociazione, lacune di memoria, sintomi psicotici, grave agitazione o compromissione dell’esame di realtà

Depressione, ansia, sintomi ossessivo-compulsivi, dolore, disturbi del sonno e fattori medici

Obiettivi, consenso, preparazione e capacità della persona di partecipare senza sentirsi sopraffatta



Sicurezza e contesto appropriato

Ideazione suicidaria attiva, grave rischio di autolesionismo, psicosi acuta, aggressività pericolosa, grave intossicazione o astinenza, delirium o un’altra emergenza medica o psichiatrica richiedono un servizio locale o un ospedale adeguatamente attrezzato. Una residenza privata non è un pronto soccorso né un reparto psichiatrico protetto. L’elaborazione del trauma può aumentare temporaneamente il disagio, gli incubi, l’attivazione o la dissociazione. Ciò non significa che sia sempre inappropriata, ma rende essenziali la preparazione, il consenso informato, la competenza del clinico, il monitoraggio e la possibilità di interrompere.

04 / UN PERCORSO COSTRUITO INTORNO A LEI

Un percorso costruito intorno a lei

Il trattamento del PTSD è articolato in sequenza secondo le necessità. La prima fase può concentrarsi sulla sicurezza immediata, sul sonno, sull'orientamento, sulla regolazione emotiva e sulla riduzione dei comportamenti che mantengono la persona in una situazione di pericolo ripetuto. Il lavoro sui ricordi traumatici è solo una possibile parte di un piano più ampio.

Una spiegazione condivisa dei sintomi che eviti biasimo ed eccessiva certezza Pianificazione pratica della sicurezza e delle crisi, ove necessario

Competenze per gestire attivazione, evitamento, dissociazione e alterazioni del sonno Psicoterapia selezionata in base alla presentazione clinica e condotta da un professionista adeguatamente formato

Valutazione psichiatrica o medica quando lo richiedono i farmaci, i sintomi fisici o questioni diagnostiche Attenta considerazione dei metodi focalizzati sul trauma solo quando la persona è sufficientemente pronta

Coinvolgimento della famiglia o di persone fidate con consenso e uno scopo definito Pianificazione della transizione che prepari ai richiami e alle responsabilità al di fuori della residenza

Nessun singolo metodo dovrebbe essere promesso in anticipo. Una persona può beneficiare di una terapia focalizzata sul trauma basata sulle evidenze, ma il metodo, la tempistica, l'intensità e il professionista devono essere adatti alla formulazione. Approcci di supporto, relazionali, somatici o neurobiologici possono integrare l'assistenza quando indicato; non sostituiscono un piano terapeutico coerente.

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

I progressi terapeutici devono essere messi alla prova oltre un contesto protetto. La continuità assistenziale può includere un terapeuta a domicilio, follow-up psichiatrico, pianificazione relativa al sonno e all’uso di sostanze, lavoro sulle relazioni e preparazione a richiami prevedibili o a periodi di elevato stress. Il progresso non si limita alla scomparsa dei ricordi. Può includere una minore tendenza all’evitamento, una maggiore possibilità di scelta nella risposta ai richiami del trauma, un sonno più sicuro, relazioni migliorate, una minore dipendenza da sostanze o comportamenti compulsivi e un senso di autodeterminazione più stabile.

07 / VALUTARE IL PROSSIMO PASSO

Valutare il prossimo passo

Tutte le persone che vivono un trauma sviluppano il PTSD?

No. Molte persone sperimentano sofferenza dopo un trauma senza sviluppare il PTSD. La diagnosi dipende dal quadro dei sintomi, dalla durata, dall'impatto e da un'attenta considerazione di altre spiegazioni.

Il trattamento inizierà discutendo dettagliatamente dell'evento traumatico?

Non necessariamente. Il lavoro iniziale può concentrarsi sulla sicurezza, sul sonno, sulla stabilizzazione, sulla fiducia e sulla capacità di rimanere presenti. L'elaborazione dettagliata del trauma viene presa in considerazione solo quando è clinicamente appropriata e concordata.

Il PTSD può coesistere con una dipendenza o la depressione?

Sì. Il PTSD può manifestarsi insieme a depressione, ansia, uso di sostanze, dolore cronico, problemi del sonno o altre condizioni. Il piano dovrebbe affrontare le interazioni rilevanti, anziché trattare ciascuna problematica in modo isolato.

Le terapie focalizzate sul trauma sono sempre necessarie?

Nessun singolo metodo è automaticamente necessario. L'approccio dipende dalla diagnosi, dalla disponibilità ad affrontare il trattamento, dagli obiettivi, dalle risposte precedenti, dalla competenza del clinico e dalla sicurezza. I metodi focalizzati sul trauma possono costituire una parte dell'assistenza.

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.