THE BALANCE

Restriktiva ätmönster

Privat behandling

En guide för individer och närstående

Vård för en klient i taget

Mallorca, Zürich, London
Individuell behandling med boende

Svenska / September 2026

01 / VAD DU BÖR VETA FÖRE BEHANDLING

Vad du bör veta före behandling

01 Restriktivt ätande är ett beskrivande mönster med möjliga medicinska, psykiatriska, sensoriska och traumarelaterade orsaker, inte en slutgiltig diagnos.

02 En tvärprofessionell bedömning av fysisk risk, nutrition, bakomliggande mekanismer och funktion avgör diagnos, lämplig vårdnivå och individuellt anpassad behandling.

03 Boendevård kan övervägas för medicinskt stabila vuxna med komplexa behov, medan allvarlig instabilitet kan kräva skyndsam sjukhus- eller specialistvård.

En klient

Ett privat boende och ett team som organiseras kring dig.

Samordnad vård

Kliniska discipliner arbetar inom en individuell plan.

Kontinuitet

Nästa steg tas med i planeringen under hela behandlingen.

02 / ATT FÖRSTÅ DINA BEHOV

Att förstå dina behov

Att förstå restriktivt ätande

Restriktion blir kliniskt betydelsefull när den påverkar nutrition, hälsa, tillväxt, funktion eller livskvalitet negativt, eller när rädsla och rigiditet försvårar ett tillräckligt intag. Diagnostiska kriterier, motivation, förlopp och fysiska effekter skiljer de möjliga tillstånden åt.

Hur restriktivt ätande kan yttra sig

Restriktion kan vara uppenbar eller döljas inom förklaringar relaterade till hälsa, allergier, religion, etik, idrott eller medicinska skäl. Dessa sammanhang förtjänar respekt, samtidigt som de faktiska näringsmässiga och psykologiska effekterna bedöms.

• Ett successivt mer begränsat urval av livsmedel, portionsstorlek, måltidstider eller flexibilitet

• Rädsla för viktuppgång, att sätta i halsen, kräkning, allergi, kontaminering, smärta eller någon annan konsekvens

• Sensoriskt undvikande relaterat till konsistens, lukt, smak, temperatur eller utseende

• Lågt intresse för mat, tidig mättnadskänsla, illamående eller svårighet att känna igen hunger

• Förändring i vikt eller tillväxt, näringsbrist, svaghet, yrsel eller trötthet

• Rigida ritualer, utdragna måltider, socialt undvikande eller beroende av kosttillskott

• Motion, kompensatoriskt beteende, läkemedels- eller substansanvändning i samband med restriktion

• Konflikter, hemlighållande, behov av försäkran eller oförmåga att tillgodose behov under resor eller arbete

Undvikande av mat kan vara förståeligt vid faktisk allergi, gastrointestinal sjukdom, sväljsvårigheter eller kulturell praxis. En tvärprofessionell bedömning förhindrar att dessa förklaringar antingen avfärdas eller godtas utan tillräcklig granskning.

03 / BEDÖMNING FÖRE EN REKOMMENDATION

Bedömning före en rekommendation

Bedömningen integrerar medicinsk, nutritionell, psykiatrisk, sensorisk, utvecklingsrelaterad och beteendemässig information. Den fastställer både diagnos och vårdnivå.

Aktuellt intag, variation, vätska, kosttillskott, förlopp och påverkan på funktion

Bedömning av vitalparametrar, symtom, sväljning, gastrointestinala tillstånd, allergi, endokrina tillstånd och andra medicinska faktorer

Oro kring vikt och kroppsform, fruktade konsekvenser, sensoriska egenskaper och aptit

Beslutsförmåga, samtycke, mål och kontinuitet med specialist



Säkerhet och lämplig vårdmiljö

Akut vägran att äta eller dricka, betydande medicinsk påverkan, svimning, instabila vitalparametrar, svår dehydrering, oro kring elektrolyter, suicidalitet eller oförmåga att upprätthålla säkerhet kan kräva skyndsam sjukhusvård eller specialistvård. Boendet bör inte hävda kapacitet för matning, återuppfödning, kontinuerlig övervakning eller specialistkompetens för ARFID, om detta inte är dokumenterat och tillgängligt för det aktuella fallet.

04 / VÅRD SOM UTGÅR FRÅN DIG

Vård som utgår från dig

Behandlingen utgår från diagnos och risk. Den kan omfatta medicinsk vård, nutritionell rehabilitering, måltidsstöd, exponerings- eller beteendearbete, psykoterapi vid ätstörning, sensoriskt informerade strategier och psykiatrisk behandling.

Hantera medicinsk och nutritionell instabilitet på rätt vårdnivå Klargör diagnosen och de mekanismer som vidmakthåller tillståndet

Säkerställ tillräcklig och trygg näring med vägledning av specialist Använd exponering eller utvidgning av matutbudet endast när det är indicerat och har samtyckts till

Behandla ångest, OCD, depression, trauma, behov relaterade till autism eller annat tillstånd Samordna medicinska, dietetiska, psykiatriska och psykologiska roller

Definiera stöd från familj och personal utan tvång eller skam Ordna uppföljning hos specialist innan strukturen minskas

En privat kock och en individuellt anpassad meny kan stödja vården men utgör inte behandling. Målet är inte att anpassa sig till restriktion på obestämd tid eller att tvinga fram snabb variation utan förståelse för medicinska, sensoriska och psykologiska faktorer.

Från bedömning till en gemensam plan

Rekommendationen beskriver föreslagen miljö, prioriteringar, team och tempo samt hur planen ska följas upp tillsammans med dig.

05 / UPPLEVELSEN AV VÅRDEN

Upplevelsen av vården

Mallorca, Zürich, London delar THE BALANCEs individuella vårdmodell med boende. En bostad är reserverad för en klient, med egen kock och personlig samordnare. Behandling, aktiviteter och program anpassas efter dina behov.



En privat plats för återhämtning

Eget utrymme, diskret samordning och en dygnsrytm som anpassas efter kliniska behov.

Vård med plats för återhämtning

Individuella möten varvas med vila, måltider, rörelse och tid att bearbeta upplevelser.

Praktiskt stöd

En personlig vårdsamordnare hjälper till med schemat och vardagliga arrangemang.

Bilder av teamet och boendet från THE BALANCEs inskrivningsguide. Det specifika boendet bekräftas individuellt.

Mallorca

Individuell behandling och aktiviteter i en bostad reserverad för en klient.

Zürich

Individuell behandling och aktiviteter i en bostad reserverad för en klient.

London

Individuell behandling och aktiviteter i en bostad reserverad för en klient.

06 / FRÅN BEDÖMNING TILL VARDAG

Från bedömning till vardag

01

Ett förtroligt samtal

Inskrivningsteamet lyssnar på din situation och förklarar den kliniska bedömningen.

02

Bedömning och rekommendation

Teamet beaktar lämplighet, prioriteringar, miljö och den individuella planen.

03

Personligt anpassad behandling

Vården följs upp och anpassas när dina behov och förutsättningar förändras.

04

Övergång och fortsatt vård

En överlämning knyter behandlingen till människorna, rutinerna och stödet hemma.

Att förbereda hemkomsten

Överlämningen bör ange diagnosen, medicinsk och nutritionell uppföljning, plan för mat och exponering där det är relevant, terapeut och dietist, familjestöd samt åtgärder för resor, restauranger, arbete och förändrade miljöer. Framsteg kan omfatta förbättrad medicinsk och nutritionell stabilitet, bredare eller mer tillräckligt intag, minskad rädsla och färre ritualer, större flexibilitet vid måltider samt deltagande i relationer och vardagsliv.

07 / ATT ÖVERVÄGA NÄSTA STEG

Att överväga nästa steg

Är restriktivt ätande alltid anorexia nervosa?

Nej. Restriktion kan spegla ARFID, en annan ätstörning, somatisk sjukdom, sensoriska behov, rädsla, depression, läkemedel eller andra orsaker. Bedömningen avgör den kliniska förståelsen.

Vad är ARFID?

ARFID innebär undvikande eller restriktion som påverkar nutrition eller funktion negativt utan motivation kopplad till vikt eller kroppsform, ofta relaterad till sensoriska egenskaper, lågt intresse eller fruktade konsekvenser.

Kan somatisk sjukdom orsaka restriktivt ätande?

Ja. Gastrointestinala tillstånd, sväljsvårigheter, allergi, endokrina tillstånd, smärta och andra tillstånd kan påverka intaget och kräva lämplig medicinsk bedömning.

Är en personligt anpassad meny samma sak som behandling?

Nej. Stöd vid måltider kan hjälpa, men specialiserad medicinsk, nutritionell,psykologisk och beteendeinriktad vård kan krävas.

Börja med ett samtal

Tala enskilt med inskrivningsteamet om din situation och de alternativ som finns. En förfrågan innebär ingen skyldighet att gå vidare.

+41 44 500 5111

admissions@thebalance.clinic

Hela sidan om tillståndet

Sök lokal akutsjukvård om du eller någon annan är i omedelbar fara. Vänta inte på en vanlig inskrivning eller resa.

Allmän information; individuell vård utformas efter bedömning.