

ÄtStöd

Stöd och behandling, 1177

Framtagen av Ätstörningscentrum barn och unga vuxna,
Sahlgrenska universitetssjukhuset

Innehåll

Syfte

Målgrupp

Användningsområde

Programmets innehåll

Arbetsflöde

Varför ett digitalt stöd?

- Ge patienter och närstående tillförlitlig kunskap om ätstörningar, vård och behandling
- Erbjud information till patienter och närstående i ett tidigt skede – i väntan på behandling
- Möjliggöra riktad information oavsett ålder och ätstörningstyp
- Patienter och närstående kan ta del av informationen vid upprepade tillfällen – när och där det passar dem bäst
- Stödet kan användas som komplement under hela behandlingen

När och för vem är programmet lämpligt?

- Lämpar sig för patienter med ätstörningar och deras närstående
- Programmet är åldersövergripande och kan passas både barn och vuxna
- Det krävs ingen fastställd ätstörningsdiagnos för att ha nytta av programmet - det är det kliniska behovet som styr
- Programmet kan användas under hela behandlingen, men är särskilt hjälpsamt i den inledande kontakten

Exempel på användning

- Vuxna patienter som står på väntelista för ätstörningsbehandling
- Föräldrar och syskon till barn och unga med anorexia nervosa
- Programmet kan delas ut till patienter och/eller närstående i samband med att de blir mottagna på en ätstörningsenhet



Programmet innehåller 6 moduler

Börja här

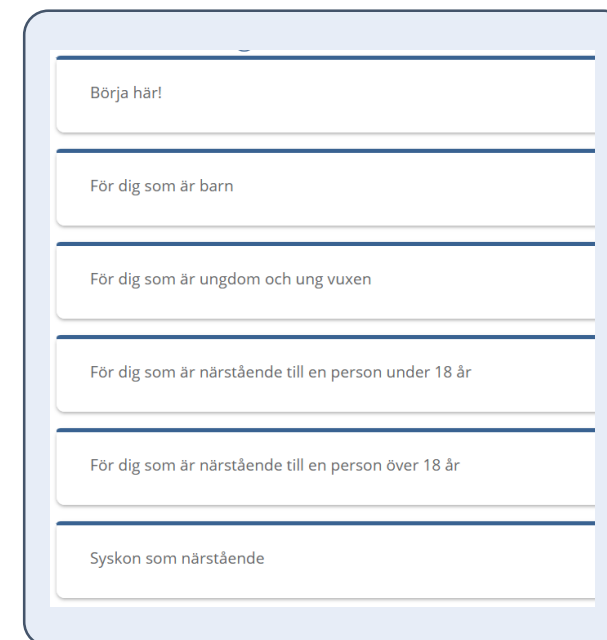
För dig som är barn

För dig som är ungdom och ung vuxen

För dig som är närstående till en person under 18 år

För dig som är närstående till en person över 18 år

Syskon som närstående



Programmet innehåller:

- Texter
- Bilder
- Filmer
- Formulär
- Poddlänkar



Programmets innehåll (exempel)

Texter och filmer

Motivation

I den här filmen får du veta mer om vad motivation är och hur du kan stärka din egen motivation.



Kom ihåg!

- Motivation kan gå upp och ner, från dag till dag och ibland timme till timme.
- Motivationen stärks ofta under behandlingens gång.
- För att stärka din motivation kan du till exempel försöka göra saker som får dig att må bra.
- Belöna dig själv för de framsteg du gör!
- Våga ta emot stöd från vänner, familj och professionella.
- Förändring är möjlig och du kan bli frisk från ätstörningen!

Poddlänkar

Poddavsnitt

Att höra om hur någon annan har tagit sig ur det som man själv går igenom kan ge både hopp och styrka. Det kan skapa en känsla av igenkänning och visa att det är möjligt att hitta en väg framåt, även i de mest utmanande stunderna.

Därför vill vi tipsa om dessa avsnitt från Ätstörningspodden. Podden leds av Anna Ehn, journalist och författare med särskild kunskap om och egen erfarenhet av ätstörningar.

En förälders största skräck med Anna och Signe Bennich

Signe insjuknade i anorexi vid 13 års ålder. I det här avsnittet berättar Signe om hur hon försökte dölja sitt mående samtidigt som sjukdomen förde henne allt längre bort från livet. Hennes mamma Anna berättar om maktlösheten och skammen över att inte ha förstått vad som pågick. De delar också med sig av hur Signe, med små steg och behandling, lyckades bli frisk från ätstörningen.

Signe och Anna Bennich har tillsammans skrivit boken "Att försvinna sig" som bygger på deras dagböcker från tiden då Signe var sjuk i anorexi.

[Avsnitt - En förälders största skräck \(Ätstörningspodden\)](#)

Frågor



Går det att stärka sin egen motivation?

- Ja
- Nej

Arbetsflöde

1

- ✓ Patienten har en ätstörning och har tagits emot för behandling.
- ✓ Personal informerar om programmet "ÄtStöd".
- ✓ Är patienten intresserad startar personalen programmet för patienten och/eller närstående.
- ✓ Personalen aktiverar den eller de moduler som är relevanta.

2

- ✓ Information om att patient/närstående tilldelats programmet dokumenteras av personal i journal
- ✓ Använd gärna funktionen Skapa flagga för att länka samman patienten och dess närstående
- ✓ Patient/närstående kan ha kvar tillgång till programmet under hela behandlingskontakten

3

- ✓ Avsluta patient/närståendes tillgång till programmet i samband med behandlingsavslut. Skapa en lokal rutin.