

# Ätstörningscentrum barn och unga vuxna Avdelning familj

## Information till vårdnadshavare och patient inför behandling



Denna informationsfolder har vi skapat för att ge er en översikt över vad ni kan förvänta er och vad vi kommer att förvänta oss av er när ni kommer till Ätstörningscentrum för behandling i heldygnsvård.

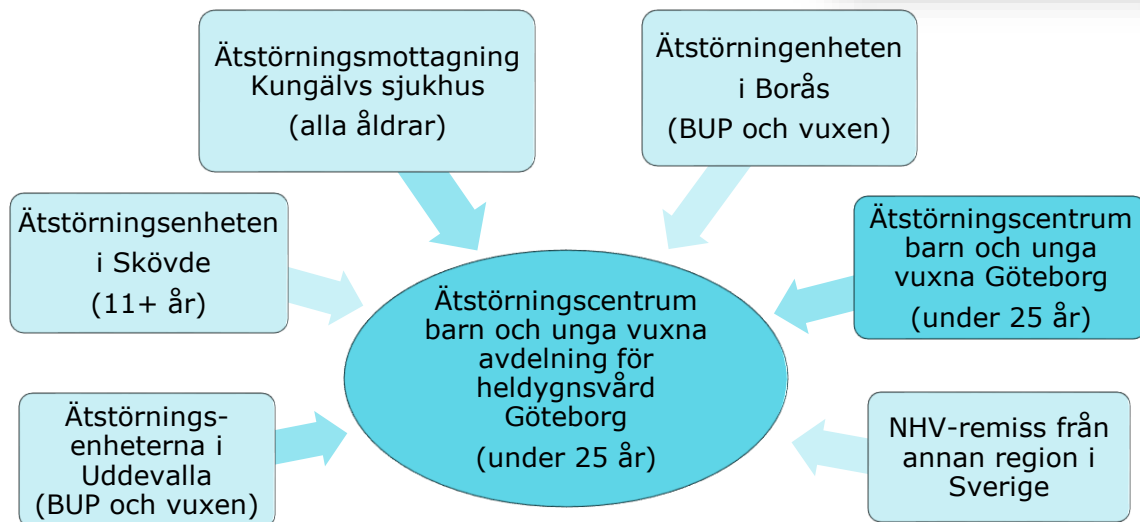
Här kan ni läsa allmän information om avdelningen, upplägg och rutiner, er kommande behandling samt hur det kommer att gå till när ni skrivs in hos oss. All information för att ni ska kunna känna er förberedda och trygga inför er inskrivning. Om ni har ytterligare frågor eller funderingar så är ni varmt välkomna att kontakta oss. Om ni skulle tycka att någon information saknas i denna informationsfolder, tar vi gärna emot er feedback.

Välkomna till oss!

## Om oss

### Ätstörningscentrum barn och unga vuxna verksamhet

Målgruppen för Ätstörningscentrum barn och unga vuxna, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, är patienter under 25 år med allvarlig ätstörning som huvuddiagnos. Förutom avdelningar för heldygnsvård har vi också dagsjukvård och öppenvårdsmottagning för patienter under 25 år.



Ätstörningscentrums familjeavdelning har två till tre platser för heldygnsvård. Målgruppen är familjer med barn upp till 16 år boende inom Västra Götalandsregionen med en allvarlig ätstörning som huvuddiagnos, där andra behandlingsinsatser inte erbjuder tillräckligt stöd och där bedömningen är att dygnetruntvård är nödvändig. Till avdelningen kommer familjer oftast med en remiss skriven från en ätstörningsmottagning i Göteborg eller övriga Västra Götalandsregionen (VGR). Vi kan också erbjuda nationell högspecialiserad vård (NHV) för patienter från hela Sverige. Då behöver ni remiss från den ätstörningsenhet som finns i den region ni bor i. Behandlingen kan ges som heldygnsvård eller familjedagvård beroende på patientens och familjens behov.

Vi eftersträvar ett nära samarbete med den mottagning som patienten kommer ifrån, oavsett var den ligger. Vi vill bidra till att den vård ni får hos oss är en del av en sammanhängande kedja, där både in- och utskrivning på avdelningen är

välplanerad och trygg för er, och att ni efter behandlingen kommer att få vård på er hemmamottagning.

Ätstörningscentrum barn och unga vuxna avdelning har öppet hela året. Sommartid är vården reducerad i varierad omfattning.

### **Vilka arbetar här?**

På avdelningen arbetar läkare, sjuksköterskor, miljöterapeuter, familjebehandlare, dietist och fysioterapeut samt medicinska sekreterare. Enheten leds av enhetschef och sektionsledare samt överläkare som är ansvarig för behandlingen.

## **Vad händer när ni kommer till oss?**

### **Inskrivning och behandlingsstart**



Vid inskrivningen kommer ni att träffa läkare och sjuksköterska för ett kort möte. Efter inskrivningen kommer vi göra en somatisk (fysisk) undersökning tillsammans med läkare. Under de första dagarna kommer ni ha samtal med miljöpersonal och familjebehandlare. Dessa samtal syftar till att personalen ska lära känna er och er situation så bra som möjligt för att kunna planera er omvårdnad på allra bästa sätt.

Vi utformar er individuella vårdplan tillsammans och vi utvärderar vårdplanen varje vecka. Under de första dagarna kommer ni att få ganska mycket information, men vårt fokus kommer framför allt vara att hjälpa er att känna er trygga och komma till ro på avdelningen.

## **Om ätstörningar och behandling**

### **Vad är en ätstörning?**

För att ha, det vi kallar, en ätstörning krävs det att barnet uppfyller kriterier för en av följande ätstörningsdiagnoser; anorexia nervosa, bulimia nervosa, hetsättningsstörning, ARFID eller ätstörning UNS ("utan närmare specifikation"). En ätstörning kan visa sig på många olika sätt, men innebär att handlingar, tankar och känslor kopplat till mat, kropp och vikt begränsar livet och försämrar livskvaliteten. Att ha en ätstörning innebär också ofta att relationer påverkas negativt och att det blir svårt att upprätthålla skolgång samt annat som en annars "frisk" vardag innehåller.

### **Allmänna principer ätstörningsbehandling**

Vid all ätstörningsbehandling är det viktigt att börja behandla symtomen, då ett liv i svält eller med hetsätning och kräkningar påverkar barnet både fysiskt, psykiskt och socialt.

Det finns självklart även många andra områden som är viktiga att arbeta med, men om barnets hjärna och psyke är påverkade av svält, ätstörningstankar och känslor,

kan det vara svårt att fokusera på detta i början av behandlingen. Därför fokuseras behandlingen i början på att bryta svälten och minska eventuell kompensation genom att arbeta med ett friskt och regelbundet ätande. Hos oss är maten barnets medicin.

### **När behövs heldygnsvård?**

Ibland kan en ätstörning vara av en sådan allvarlighetsgrad att barnet behöver vård dygnet runt, eftersom det annars kan vara en fara för barnets liv och hälsa. Ofta handlar det om att det är alltför svårt att bryta barnets ätstörningsbeteende om ni inte får mer stöd och hjälp. Det kan då vara nödvändigt med en begränsad tid i heldygnsvård för att ni ska komma på rätt väg.

## **Behandlingens struktur och innehåll**

### **Mål, fokus och struktur:**

Familjeavdelningen för barn med ätstörningar erbjuder specialiserad heldygnsvård för barn, ungdomar och deras föräldrar som kämpar med en ätstörning. Vårt mål är att ge en helhetsvård som inkluderar både medicinsk behandling och psykosocialt stöd i en trygg och stödjande miljö. Vi strävar efter att skapa en miljö där barn och deras föräldrar känner sig hörda, respekterade och stöttade på vägen mot tillfrisknande. Genom att arbeta tillsammans med hela familjen kan vi främja en hållbar och långsiktig återhämtning.

- **Vårdplan:** Varje barn/familj får en egen vårdplan som utformas av vårt tvärvetenskapliga team.
- **Medicinsk Bedömning:** Läkare och sjuksköterskor övervakar kontinuerligt barnens fysiska hälsa.
- **Terapeutiskt Stöd:** Dagligt samtalsstöd, både individuellt och i grupp.
- **Måltider med stöd:** Vi har sex måltider om dagen med stöd av vår erfarna personal.
- **Familjestöd:** Familjemedlemmar deltar i familjesamtal och utbildningar för att bättre förstå och kunna stödja sitt barn.
- **Skolundervisning:** Vi erbjuder anpassad skolundervisning så att barnen kan fortsätta sin utbildning under behandlingen.

### **Mål med behandling**

- Uppnå hälsosam vikt och regelbundet ätande
- Avstå från kompensation i form av till exempel fysisk aktivitet eller kräkning
- Få hjälp med ångesthantering samt att identifiera och hantera känslor
- Arbeta med attityder till mat och livsmedel, viktfoxi och kroppsuppfattning
- Uppnå ökad sjukdomsinsikt, självkännedom och motivation till att bli frisk
- Få hjälp att träna på socialt problematiska situationer
- Vid hemträning tillämpa kunskap och erfarenheter från avdelningen
- Stötta och lära föräldrar/vårdnadshavare om ätstörningen för att kunna hjälpa sitt barn.

## Behandling

Vi grundar vår behandling på familjebaserad behandling för ätstörningar (FBT) och miljöterapi. Behandlingen varar i cirka 8 veckor med individuell utvärdering veckovis. En förälder deltar alltid i behandlingen och sover på avdelningen med sitt barn. Om ni är två föräldrar i familjen önskar vi att ni båda kan delta i behandlingen på avdelningen ungefär lika mycket. Syskon är alltid välkomna att hälsa på och för samtal.

Det är avgörande att familjen får hemträning tidigt i behandlingen för bästa möjliga resultat. Att få träna på att äta och gå emot ätstörningen utanför avdelningen är viktigt för att ni som familj ska klara er bättre efter utskrivning. Under dessa hemträningar kommer ni att få kontinuerligt stöd av personal över telefon eller videosamtal. För familjer som har långt att resa till oss finns möjligheten att bo på patienthotellet Ronald McDonald Hus.

Detta boendevalternativ erbjuder bekvämlighet och minskar resestress, vilket kan vara särskilt fördelaktigt under en intensiv behandlingsperiod. Patienthotellet är utformat för att ge en hemlik miljö och trygghet, samtidigt som det är nära till den vård och det stöd ni behöver. Även kommande hemträningar kan vara på patienthotellet om det är för långt att resa hem. Patienthotellet används även av familjer som deltar i familjedagvård inom Nationell högspecialiserad vård (NHV).



Foto: Patienthotell Ronald McDonald Hus

## Familjedagvård och utslussning

För vissa familjer kan familjedagvård vara ett steg i utslussningen från heldygnsvården. Familjen deltar då i behandlingsinsatser på vardagar samtidigt som barnet och familjen får möjlighet att träna på att tillämpa det de lärt sig i sin hemmiljö.

För patienter som vårdas inom Nationell högspecialiserad vård (NHV) kan familjedagvård också vara en del av behandlingen. I vissa fall bedrivs behandlingen helt inom familjedagvården utan föregående heldygnsvård. Familjer som har långt att resa kan då bo på patienthotellet Ronald McDonald Hus under behandlingsperioden.

Behandlingsinnehållet i familjedagvården är detsamma som i heldygnsvården och utgår från samma behandlingsprinciper. Föräldrarna har en aktiv roll i behandlingen och får stöd i arbetet med att hjälpa sitt barn att återfå ett fungerande ätande. Familjedagvården bedrivs på vardagar, medan kvällar och helger används för att omsätta behandlingen i praktiken genom måltider och hemträning enligt behandlingsplanen.

## **Familjebaserad Behandling (FBT) inom heldygnsvård**

Familjebaserad behandling (FBT) är en central del av vår behandlingsmetod. Denna evidensbaserade metod betonar vikten av familjens roll i barnets återhämtning från ätstörningar och används effektivt i vår heldygnsvård. FBT är en metod som involverar hela familjen i behandlingen av ätstörningar. Den grundar sig på tanken att föräldrarna är den viktigaste resursen för att hjälpa barnet att återhämta sig.

## **Implementering av FBT i heldygnsvård**

På vår avdelning integreras FBT i alla aspekter av behandlingen. Här är hur vi gör det:

### **Intensivt föräldrastöd**

Föräldrarna är med barnet på avdelningen och deltar aktivt i behandlingen. De får daglig vägledning och stöd från vårt team för att hantera måltider och andra kritiska situationer. Regelbundna familjesamtal genomförs för att hjälpa familjen att förstå och hantera ätstörningen. Familjebehandlare arbetar med familjen för att utveckla strategier för att stödja barnets återhämtning.

### **Utbildning**

Föräldrarna får utbildning om ätstörningar, ångesthantering, motivation, hur en hanterar negativa tankar och hur de bäst kan stödja sitt barn. Detta kallas ibland "psykoedukation".

### **Måltidsstöd**

Måltiderna är en viktig del av behandlingen. Föräldrarna lägger upp maten och sitter med sitt barn under måltiderna med stöd av vår erfarna personal. Vi arbetar för att stärka föräldrarna och hjälpa dem att hantera utmanande måltidssituationer utan att känna skam eller skuld.

FBT inom heldygnsvården ger föräldrarna de verktyg och den säkerhet de behöver för att kunna stödja sitt barns återhämtning på ett effektivt sätt. Genom att involvera hela familjen i behandlingen kan vi skapa en mer sammanhållen och stödjande vårdprocess som leder till bättre långsiktiga resultat.

### **Miljöterapi - En helande miljö**

Miljöterapi är en central del av vår behandlingsfilosofi. Det innebär att vi använder den fysiska och sociala miljön som en del av behandlingen för att främja tillfrisknande och välmående.



**Strukturerad vardag:** Vi skapar en förutsägbar och strukturerad vardag för familjen. Detta inkluderar fasta rutiner för måltider, aktiviteter och skola, vilket hjälper till att skapa en känsla av trygghet och stabilitet.

**Social interaktion:** Barn och föräldrar uppmuntras att delta i gemensamma aktiviteter vilket främjar sociala färdigheter och minskar isolering.

**Positiv atmosfär:** Vi strävar efter att skapa en positiv och stödjande atmosfär där barn och föräldrar känner sig accepterade och uppmuntrade. Personalens bemötande och relationer är viktiga i denna process.

**Praktiska färdigheter:** Genom olika praktiska aktiviteter och kreativa projekt får barnen möjlighet att utveckla nya färdigheter och intressen, vilket bidrar till en positiv självbild och ökad självkänsla.

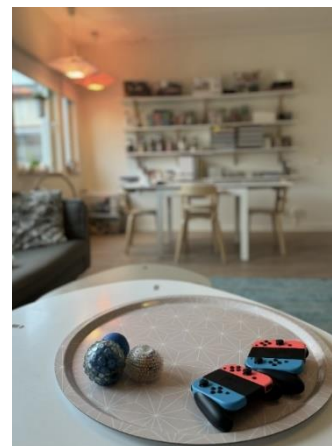
Miljöterapi syftar till att stärka familjens förmåga att hantera vardagen och att utveckla hälsosamma vanor och relationer. Genom att skapa en helande miljö kan vi främja både fysisk och psykisk hälsa.

*"Berätta för mig och jag glömmet, undervisa mig och jag kommer ihåg, involvera mig och jag lär mig" - Benjamin Franklin*

### **Vår avdelning skall vara en trygg och trivsamt plats.**

Vi erbjuder:

- Sovrum för barn och förälder
- Gemensamma utrymmen för aktiviteter, samvaro och vila
- Matrum och kök för uppläggning och matlagning
- Utomhusområden
- Lekterapi
- Sjukhuskola



### **Måltidsstöd: En central del av behandlingen**

Måltiderna är en viktig del av behandlingen för barn och ungdomar med ätstörningar. Vi arbetar aktivt med måltidsstöd för att hjälpa barnen att återfå sunda ätvanor och för att stärka familjernas förmåga att hantera måltidssituationer.



**Personalens stöd:** Under måltiderna är vår erfarna personal närvarande som stöd för både barnet och föräldrarna. De hjälper till att hantera eventuella utmaningar som kan uppstå och ser till att måltiden genomförs på ett tryggt och strukturerat sätt. Personalen sitter alltid med i början men backar ur när familjen klarar sina måltider själva. Då sitter personal som stöd utanför matrummet.

**Föräldrarnas viktiga roll:** Föräldrar sitter med sitt barn under måltiderna. Vi vet att föräldrarna är de bästa personerna att stödja sitt barn och vi arbetar för att stärka deras förmåga att hantera dessa situationer. Genom att aktivt delta under måltiderna lär sig föräldrarna effektiva strategier och får stöd att känna sig trygga i sin roll. Barnet får en trygghet att hans föräldrar kan hjälpa vilket leder till mer hållbarhet efter utskrivning.

Vi uppmuntrar öppen kommunikation och utbildar föräldrarna i att förstå att ätstörningen är en sjukdom, inte ett misslyckande. Genom att minska skamkänslorna kan vi skapa en mer stödande och förstående miljö för barnet.

#### **Mat och dryck i förhållande till individens energi- och näringsbehov**

På avdelningen serveras sex måltider varje dag: Frukost, mellanmål, lunch, eftermiddagsmellanmål, middag och kvällsmål.

Om barnet skulle ha mycket svårt att äta och dricka och/eller är i ett medicinskt farligt svälttillstånd, kommer vi ha extra uppmärksamhet kring vad och hur mycket som barnet äter och dricker. Vid behov kan en läkarordination och/eller en överenskommelse göras med vårdnadshavare så att barnets energi- och näringsintag tillfälligt stöttas med hjälp av medicinska kosttillskott/näringsdrycker eller sondnäring. Kosttillskott/näringsdrycker finns i olika smaker och intas som dryck. Sondnäring tillförs via nasogastrisk sond som sätts in via näsborren och ner i magsäcken.

**Psykoedukation:** Läran om ätstörning och ångest är en viktig del av vår behandlingsmetod som kan ske i grupp med flera familjer och enskilt med varje familj. Vi har en arbetsbok som vi arbetar i tillsammans under behandlingen. Genom att utbilda både barn och föräldrar om ätstörningar och relaterade ämnen, ger vi er verktyg att bättre förstå och hantera sjukdomen.

**Ätstörningar:** Vi ger information om vad ätstörningar är och hur de påverkar barnet och familjen. Genom att förstå sjukdomen kan både barnet och föräldrarna bättre navigera behandlingsprocessen.

**Ångesthantering:** Många barn med ätstörningar upplever hög ångest. Vi lär ut vad ångest är och tekniker för att hantera ångest. Föräldrar får också lära sig hur de kan stödja sitt barn i att hantera ångestfyllda situationer.

**Motivation:** Att bygga motivation är en central del av återhämtningen. Vi arbetar med barnet och föräldrarna för att identifiera deras personliga mål och motiv för att bli friska. Föräldrarna får verktyg för att stödja och motivera sitt barn genom svåra perioder.

**Mottankar:** Vi lär barnen att identifiera och utmana de negativa tankar som bidrar till ätstörningen, genom att lär de sig att utveckla mer realistiska och positiva tankemönster.

**Strategier för föräldrar:** Föräldrarna får specifik psykoedukation om hur de kan bemöta sitt barns beteenden och tankar kopplade till ätstörningen. Detta inkluderar hur man kan sätta gränser, ge stöd och hantera konflikter på ett konstruktivt sätt. Detta är något som ofta har fungerat innan ätstörningen. Vi vill hjälpa föräldrarna hitta tillbaka till det igen.

Genom att integrera psykoedukation i behandlingen stärker vi både barnet och familjen med den kunskap och de färdigheter som behövs för en framgångsrik återhämtning. Genom att förstå och bemästra de utmaningar de står inför kan barn och föräldrar arbeta tillsammans mot ett friskt och balanserat liv.

## Vad händer när ni skrivs ut från avdelningen?

Efter utskrivning från familjeavdelning går ni som patient tillbaka till er behandlare inom öppenvården i den regionen ni tillhör. Vi eftersträvar ett nära samarbete med den mottagning ni kommer ifrån. Vi vill bidra till att den vård ni får hos oss är en del av en trygg, sammanhängande och fungerande vårdkedja där ni som familj även efter behandlingen får vård på rätt nivå.



Lycka till!

### Vid frågor, ta gärna kontakt med oss!

Sahlgrenska Universitetssjukhuset  
Ätstörningscentrum barn och unga vuxna  
Adress: Diagnosvägen 15, entréplan, 416 50 Göteborg  
Telefon till avdelning måndag-fredag: 031-343 54 18  
Telefon till avdelning kvällar och helger: 031-343 54 76

Enhetschef Helén Axelsson Salo  
Telefon: 0738-41 79 67