

飲食失調症的 階梯式護理系統

National Eating Disorders Collaboration (NEDC) 將二十年的各部門及患者親身體驗共識與服務發展整合為階梯式飲食失調護理系統模型(如圖1所示)。該模型的目的是描述在有效的飲食失調護理系統中應該具備的組成部分。患有或可能患有飲食失調的人士及其家人/支持者和社區可能需要在疾病(或可能患病)和康復過程中以不同的強度或頻率獲得一系列不同的服務。這個護理連續過程的進展並非直線單向的,個人可能需要針對其不斷復發的症狀接受治療和支援服務,而這些服務來自階梯式護理系統的不同級別和不同的服務提供機構。

了解階梯式護理系統的組成部分可以幫助患有或可能患有飲食失調的人士及其家人/支持者和社區駕馭這一系統。它還可以幫助決策者和服務規劃人員確保在各州、領地和區域提供階梯式護理系統的所有組成部分。

原則、指引、親身體驗、研究與評估

個人及其家人/支持者/社區的參與

預防

識別

初始響應

治療

社會心理及康復
支援

圖1: 針對飲食失調症的階梯式護理系統

下文更詳細地描述了階梯式護理系統的每個組成部分。原則和指引、親身體驗以及研究和評估應作為所有組成部分的基礎和參考。同樣,患有或可能患有飲食失調的人士及其家人/支持者和社區的參與是整個階梯式護理系統不可或缺的組成部分。



預防

飲食失調預防指的是旨在減少飲食失調的可變風險因素和/或加強保護因素的行動、計畫或政策，以減少一個人患上飲食失調症的可能性。預防飲食失調的行動、計畫或政策也可尋求解決影響健康的更廣泛因素，即健康的社會決定因素。

整個社區在預防飲食失調方面都可以發揮作用，包括（但不限於）政府、公共衛生、學校和教育機構以及醫療保健和社區服務組織。



識別

識別指的是在家庭、社區或臨床環境中發現預警徵兆或症狀，並與可能患有飲食失調症的人士接觸，以支持其獲得初始響應服務。在某些情況下，預警徵兆或症狀可能是自我識別的，患者可能會自行尋求初始響應服務。

識別可能發生在各種情況下，包括（但不限於）家庭、社區服務、體育場所、學校和教育場所、求助熱線、包括全科醫生診所在內的醫療和精神健康服務機構、headspace 以及 Head to Health。



初始響應

初始響應服務包括初步評估和初步診斷，以及根據患者的心理、身體、營養和社會心理需求轉診至最適當的治療機構。這可能包括為有臨界飲食及身體形象問題的人士提供適當的干預。初始響應服務還應該提供心理教育，支持個人參與治療，並鼓勵其家人/支持者和社區參與。

初始響應服務可以在公立或私立的醫療和精神衛生服務機構進行，包括全科醫生診所、青少年兒童和成人社區精神健康服務機構、headspace、Head to Health、急診科以及飲食失調症專科服務機構。

飲食失調階梯式護理系統包含三個層次的治療——社區治療、社區強化治療以及醫院和住院治療。這三個層次的治療強度逐層加大。個人可以根據自己的需要在任何級別開始治療。

社區治療

社區治療是指在社區提供的以實證為基礎的精神健康治療，包括從自助和簡短干預到較長療程的治療，同時配合醫療監測和治療、營養干預，以及根據需要協調獲得一系列服務和過渡性支援。

社區治療可以透過數字化干預措施以及公立和私立的醫療和精神健康服務機構提供，包括全科醫生診所、青少年兒童和成人社區精神健康服務機構、headspace、Head to Health 以及飲食失調症專科服務機構。

社區強化治療

社區強化治療是指在社區提供以實證為基礎的精神健康治療，其頻率或強度高於一般的社區治療，並結合醫療監測和治療、營養干預，以及根據需要協調獲得一系列服務和過渡性支援。社區強化治療可以透過多種形式提供，包括日間治療計畫、強化門診治療計畫以及社區或家庭外展干預。

社區強化治療可以透過公立和私立的飲食失調專科服務機構以及青少年兒童和成人社區精神健康服務機構來提供。

醫院和住院治療

這種級別的治療是指將有醫療和/或精神疾病風險的人士送入醫院，或將那些醫療狀況穩定但將受益於更高層次治療和支援的人士送入醫院或令其接受住院治療方案，而這種級別的治療及支援是一般社區治療或社區強化治療方案所不能提供的。醫院或住院治療還應包括協調獲得所需的一系列服務和過渡性支援。營養支持和干預是醫院和住院治療的關鍵部分。

醫院治療可以透過醫療和精神科住院部、飲食失調症專科住院部、急診科、住家醫院計畫和康復機構提供。住院治療是透過飲食失調症住院服務提供的。



治療



社會心理及康復 支援

社會心理和康復支援指的是為患有或可能患有飲食失調的人士及其家人/支持者/社區提供的服務及計畫,以支援他們更廣泛的心理和社會需求(社會心理支援);和/或支持飲食失調症患者參與或維持康復或改善生活品質,並協助其家人/支持者/社區發揮作用(康復支援)的服務和計畫。

社會心理和康復支援可以透過社區和社會服務、同伴支援服務、生活體驗組織、headspace、Head to Health、求助熱線和數字化資源來提供。