



# Melanie overvandt sin spiseforstyrrelse og gik fra skolevægning og livstruende væggtab til mod på livet og en ny start på efterskole.



Melanie åbner døren med et smil og byder velkommen til familiens hjem i en idyllisk by på Fyn. På overfladen ligner hun enhver anden 15-årig pige, men bag smilet gemmer der sig en kompleks livshistorie, der er alt andet end idyllisk. Melanie har nemlig kæmpet med en spiseforstyrrelse i tre år. En kamp der ikke blot har påvirket hende selv, men også hele hendes familie de seneste år, hvor de har modtaget støtte gennem Marselisborg Family.

Antallet af børn og unge med en spiseforstyrrelse stiger kraftigt. Melanie er desværre ikke alene om at kæmpe med en spiseforstyrrelse. Antallet af unge med sådanne lidelser er faktisk blevet fordoblet i løbet af de sidste 15 år. Ifølge en analyse baseret på data fra Danmarks Statistik og Sundhedsdatastyrelsen blev der konstateret 6.132 tilfælde af spiseforstyrrelser blandt unge. Dette er en alarmende stigning, der kan have alvorlige konsekvenser for den enkelte.

## Hjertet var ved at give op

Det havde det også for Melanie, der to gange har været indlagt, da hendes spiseforstyrrelse var livstruende. Melanie var blevet så underernæret, at hendes hjerte var i fare for at stoppe med at slå. Samtidig måtte hendes mor stå magtesløs på sidelinjen og frygte for datterens liv. Som Melanies mor udtrykker det: "At have en datter med en livstruende spiseforstyrrelse i tre år er hjerteskræende. Jeg ville ikke kunne klare det en gang til."

## Når familien er i konstant alarmberedskab

I forbindelse med Melanies spiseforstyrrelse, blev familien introduceret til Marselisborgs indsatser for personer med spiseforstyrrelser. Her kom de i kontakt med Rikke og Lykke. To fagfolk hos Marselisborg, der specialiserer sig i spiseforstyrrelser, og som har fulgt familien tæt de seneste to år. Både som spise støtte, social støtte, koordinator og støtte til familien. Deres vejledning og støtte hjalp ikke kun

Melanie, men også hendes familie, med at genfinde fodfæstet i livet. For at håndtere en spiseforstyrrelse er en udfordring, der rammer hele familien, der ofte er i konstant alarmberedskab.

## En tilpasset indsats, der møder behovet

Marselisborg Familys tilgang var afgørende for Melanies fremgang. Hun havde fået tilbudt spisestøtte gennem kommunen tidligere, men det førte blot til, at Melanie flere gange stak af fra hjemmet. Det gode ved Marselisborgs tilbud var, at der var en fleksibilitet, der gjorde, at støtten kunne tilpasses Melanies behov. Rikke overgik derfor til at være social støtte i stedet for at fortsætte med en støtte, der ikke virkede. I forbindelse med Melanies indlæggelse, fungerede Rikke som en stabil forbindelse til omverdenen uden for hospitalets mure. Ud over at besøge Melanie på hospitalet, tog de også på udflugter uden for murene. Denne tilgang styrkede deres relation og tillid. Melanie griner, når hun siger: "Hun behøvede ikke længere hjælpe mig med at spise; der var andre, der gjorde det. Det gjorde det lettere at være sammen med hende."

## Social angst og skolevægning

Da Melanie blev udskrevet fra hospitalet, var Rikke stadig ved hendes side. Denne gang som skolestøtte i forbindelse med hendes skoleskift. På det tidspunkt havde Melanie ikke været i skole i et år. Melanie havde brug for en støtteperson til at hjælpe hende med at tackle de udfordringer og forandringer, der opstod i forbindelse med skoleskiftet. Melanie opdagede senere, at hendes sociale angst spillede en rolle i hendes modvilje mod at gå i skole. Rikke hjalp Melanie med at genopbygge tilliden til skolen. Melanie forklarer: "Rikke kørte mig til skole, og vi tog en gåtur, inden vi gik ind. Det gav mig en følelse af tryghed, fordi jeg vidste, at Rikke var der. Det betød meget for mig på det tidspunkt." Efterhånden som Melanie blev mere komfortabel i skolen, blev Rikkes støtte gradvist reduceret.

## Fra utryghed og mistillid til tillid og tryghed

En afgørende faktor i Melanies behandling var Rikkens evne til at skabe et trygt og ikke-dømmende rum. Melanie siger: "Rikke har aldrig dømt mig for mine handlinger. Jeg føler, at jeg kan være åben og ærlig over for hende uden frygt for at blive fordømt. Hun forsøger at forstå mig og mine handlinger." Den stabile støtte og tilpasningen af støtten efter Melanies behov har spillet en afgørende rolle i hendes rejse mod bedring. Det åbnede også op for, at Melanie åbnede op for at modtage hjælp i form af spisestøtte, som hun tidligere havde haft meget modstand på.

## Fælles alliance

Der kan være stor angst forbundet med at spise, når man har en spiseforstyrrelse, og det kan aktivere store konflikter i familien og skabe uhensigtsmæssige dynamikker omkring måltidet. Derfor kan en spisestøtte være med til at hjælpe familien med at takle situationen på en mere hensigtsmæssig måde, og tage de konflikter, som ellers kan opstå mellem barn og forældre.

Melanie beskriver, at hun oplevede, at spisestøtten fra Marselisborg var god til at få det til at handle om andet end måltidet, så det blev nemmere at være i. "Maden blev bare noget, som var der og som vi skulle, men vi fik det til at handle om andre ting og så lidt om maden, som muligt." Selvom der var mange bump på vejen før Melanie blev klar til en spisestøtte, så har noget af det mest afgørende været at blive set som andet end spiseforstyrrelsen. Hertil pointerer Melanie: "Jeg følte ikke, at hun var der, fordi hun fik penge for det. Jeg følte helt oprigtigt, at hun var der, fordi hun gerne ville hjælpe mig."

## Når puslespillet samles

Der er mange mennesker omkring Melanie, fordi en spiseforstyrrelse er så kompleks, som den er. Det er sjældent noget, der kan klares alene. Derfor har det haft en stor betydning, for Melanie, at have en koordinator gennem Marselisborg, fordi hun har kunnet samle trådene, så overblikket ikke mistes, og alle går i den samme retning. Hvordan det opleves for Melanie, beskriver hun sådan: "De taler sammen om den viden, der er, når jeg har været til samtale. De fortæller selvfølgelig ikke alt det, jeg har sagt, men oplyser de andre om, hvad der sker og om der er sket noget bestemt, som de skal være opmærksomme på. Så skal jeg ikke bruge tid eller energi på, hvad ved de, hvad har jeg fortalt den og den. Hvis jeg siger, det skal du ikke fortælle videre, så fortæller de det ikke videre. De fortæller bare det, som de har brug for at vide, for at støtte mig bedst muligt. F.eks. hvis jeg er lidt mere følsom lige nu, så ved de hvorfor."

## Når man mister stemme, men får et talerør

I sammenhæng med spiseforstyrrelser er der blevet overskredet visse grænser, dog på en positiv måde, fortæller Melanie. Medarbejderne hos Marselisborg Family har vist opbakning og forståelse, hvilket har været afgørende under de vanskelige samtaler hos f.eks.

kommunen. Deres støtte har været tilstedeværende, og de har formået at anerkende og respektere mit perspektiv. Vores dialog om mine synspunkter har givet mig mulighed for at udtrykke mine tanker, da jeg ofte har tendens til at tabe tråden, når jeg skal formulere mig verbalt. De har aktivt assisteret mig med at kommunikere mine reelle holdninger, som jeg ellers kan have svært ved at udtrykke. Jeg er overbevist om, at uden deres hjælp ville jeg sandsynligvis have accepteret alt, hvad de foreslog, da det ikke altid er nemt for mig at sætte grænser og udtrykke mine inderste meninger." For Melanie har det betydet, at hun har fået den nødvendige støtte, hun havde behov for, så der ikke blev igangsat meningsløse indsatser.

## En byrde for familien, der er svær at bære

Hver dag er der familier, der kæmper med den tunge byrde det er for en familie, at være vidne til, at et menneske, man elsker, kæmper for sit liv. Eller endda helt har givet op at kæmpe mere. Det samme oplevede Melanie og hendes mor. For seks måneder siden blev hun nemlig endnu engang indlagt på grund af sin spiseforstyrrelse. Situationen var kritisk, men Melanie valgte alligevel at udskrive sig selv. Hun afslog også den støtte, hun tidligere havde fået gennem Marselisborg Family. Dette satte hende på en hård prøve, og det gik op for hende, hvor hårdt det var for hendes familie. Melanie siger: "Folk omkring mig begyndte at have svært ved at håndtere, hvor dårligt jeg havde det. Min mor var udmattet og bekymret. Jeg kunne mærke det. Hvis der ikke skete noget snart, ville de ikke kunne klare at stå ved min side længere."

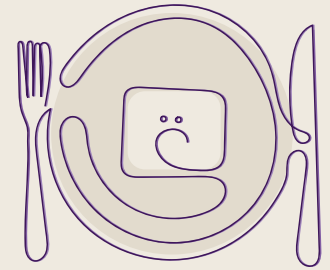
## Nye strategier, beslutsomhed og frihed

Melanies vej til bedring har krævet hårdt arbejde og dedikation. Ved at udvikle konkrete strategier og redskaber til at håndtere sine udfordringer, har hun nu bedre kontrol over de negative tanker og kan træffe mere sunde valg. Dette har åbnet op for nye muligheder og mere frihed i hendes liv. Tidligere var selv simple opgaver som at handle en udfordring, men nu klarer Melanie dem uden besvær. Hendes mor smiler og siger: "Det er slet ikke et problem for hende mere." Melanie tilføjer: "Det var en stor sejr for mig. Jeg kan endda tage toget til samtaler på hospitalet, noget jeg aldrig før turde."

## Lys for enden af tunnelen

Om få uger begynder Melanie på efterskole, og hun føler sig klar til denne nye udfordring. Noget som var utænkeligt at håbe på for blot seks måneder siden, ifølge Melanies mor. Melanie har ikke længere behov for spisestøtte og hun ser positivt på fremtiden. Som Melanies mor udtrykker det, er det en kæmpe lettelse, at hun "ikke længere skal frygte, at Melanie dør af sult". Melanie afslutter med et smil og siger, "Jeg ønsker, at alle kunne have en Rikke og en Lykke i deres liv."

# Hvorfor vælge Marselisborg Familys forløb til personer med spiseforstyrrelser?



Som dette forløb vidner om, kan en spiseforstyrrelse være som et monster, der flytter ind i familien, som er svær at komme af med. Spiseforstyrrelser er komplekse og invaliderende sygdomme, der ikke kun påvirker den, der kæmper med den, men også hele familien. Derfor er tidlig indsats afgørende for at forbedre chancerne for helbredelse og at komme tilbage til et almindeligt liv. Marselisborg Family forstår dette og tilbyder forskellige indsatser, der tilpasses den enkeltes behov, herunder individuelt forløb, familieforløb og gruppeforløb.

**Forankring af resultater:** Marselisborg arbejder aktivt på at forankre resultaterne af vores indsatser, så den opnåede fremgang ikke blot er midlertidig, men skaber vedvarende positive forandringer for den syge og familien.

**Fokus på familiens trivsel:** Udover at hjælpe den, der lider af spiseforstyrrelsen, er Marselisborg bevidste om familiens trivsel som helhed. Vi sikrer, at familiens behov bliver imødekommet, så det normale familieliv ikke bliver ødelagt af sygdommen.

**Psykoedukation og redskaber:** Familier får psykoedukation om sygdommen og de redskaber, der er nødvendige for at håndtere spiseforstyrrelsen i hverdagen. Dette giver en bedre forståelse af sygdommen og hjælper med at reducere frygt og usikkerhed.

**Styrket kommunikation:** Gennem støtteforløbet bliver kommunikationen mellem den syge og de pårørende styrket, hvilket er afgørende for at opbygge tillid og åbenhed i familien.

**Professionel koordination:** Marselisborg fungerer som den professionelle koordinator, der binder alle trådene sammen i behandlingsforløbet og sikrer, at familiens behov bliver mødt på tværs af forskellige instanser og fagfolk.

**Inddragelse:** Marselisborg inddrager både den unge og familien aktivt i forløbet og støtter dem i at udtrykke deres ønsker og behov, så de føler sig set og hørt i processen.

**Individuel tilpasning af støtte:** Hver familie er unik, og derfor tilpasses støtteforløbet individuelt efter familiens situation og udfordringer.

**Ressourceudnyttelse:** Marselisborg hjælper med at udnytte familiens egne ressourcer bedst muligt og lærer dem at anvende disse ressourcer konstruktivt i håndteringen af sygdommen.

Du kan bl.a. læse mere om Marselisborg Familys indsatser for personer med spiseforstyrrelse eller selvskade og deres pårørende her: <https://family.marselisborg.org/ydelser/spiseforstyrrelser-selvskade>

**Rikke H. Kristensen**  
Fagspecialist  
Tlf.: +45 51790370  
[rhk@marselisborg.org](mailto:rhk@marselisborg.org)



**MARSELISBORG**  
FAMILY