

Stöd och Behandling
Regionalt införandestöd
Västra Götalandsregionen
2019-08-22

Bedömningsguide

Inför uppstart av KBT på nätet

vuxna

Innehåll

Bedömning inför uppstart av KBT på nätet	4
Förutsättningar för deltagande i KBT på nätet.....	4
Fem behandlingsprogram.....	Fel! Bokmärket är inte definierat.
Specifik bedömning Livandas behandlingsprogram.....	5
Internethjälpen vid ångestproblem (VGR).....	5
Internethjälpen vid social oro (VGR).....	5
Internethjälpen vid oro (VGR).....	6
Internethjälpen vid nedstämdhet och depression (VGR)	6
Internethjälpen för stresshantering (VGR).....	7
Internethjälpen – skapa bättre sömn (VGR)	7

Förord

Bedömningsguiden är utarbetad av Regionalt Införandestöd, Stöd och Behandling i samverkan med Kunskapsstöd för psykisk hälsa (KPH) och Svenska Internetbehandlingsregistret (SibeR).

Bedömningsguiden riktar sig till personal som jobbar med KBT på nätet och syftar till att ge guidning i urval av patienter inför behandlingsstart samt i vilka skattningsskalor som är lämpliga att använda vid olika tillstånd.

Genom standardisering av skattningsskalor i hela VGR skapas goda förutsättningar för utvärdering, uppföljning och forskning samt jämförelse på regional och nationell nivå via kvalitetsregister.

Bedömning inför uppstart av KBT på nätet

Inför behandling görs en bedömning av patientens tillstånd och lämplighet för internetbehandling. Därefter tas beslut om behandlingsstart.

- Bedömningssamtal utförs av personal med god kompetens i bedömning och består av diagnostik, skattning av besvärsggrad samt en samlad klinisk bedömning.
- För diagnostik och differentialdiagnostik används klinisk intervju. Med fördel används en strukturerad intervju, exempelvis M.I.N.I. (mini internationell neuropsykiatrisk intervju). M.I.N.I är utformad som en kortfattad strukturerad intervju som underlättar insamling av information om psykiska symtom och kan användas som ett hjälpmedel i den diagnostiska processen.
- För bedömning av besvärsggrad används lämpliga skattningsskalor (se rekommendationer under respektive behandlingsprogram nedan).

Observera

Det är vanligt att patienter inom primärvården har samtidig depression och något ångestsyndrom. Diagnostiken är därför viktig för att avgöra vilket program som är lämpligt. Den diagnos som bedöms lämpligast att fokusera behandlingen på sätts som huvuddiagnos och samsjukliga diagnoser sätts som bidiagnoser.

Förutsättningar för deltagande i KBT på nätet

- Patienten är över 18 år
- Patienten är motiverad och beredd att arbeta självständigt
- Patienten har möjlighet att avsätta 2–4 timmar per vecka för arbete med behandlingen under programtiden
- Patienten har viss datorvana och tillräckligt goda kunskaper i svenska för att kunna tillgodogöra sig behandlingsinnehållet
- Patienten har tillgång till dator/platta/mobil med internetuppkoppling
- Patienten har inga betydande kognitiva svårigheter
- Patienten har inte pågående missbruk av alkohol/droger
- Somatiska orsaker till patientens mående har beaktats.
- Suicidrisk har bedömts och uteslutits

Behandlingsprogram

I Västra Götalandsregionen finns flera behandlingsprogram för vuxna tillgängliga via Stöd och behandlingsplattformen, samtliga är utvecklade av företaget Livanda.

- Internethjälpen vid ångestproblem (VGR)
- Internethjälpen vid social oro (VGR)
- Internethjälpen vid nedstämdhet och depression (VGR)
- Internethjälpen vid oro (VGR)

- Internethjälpen för stresshantering (VGR)
- Internethjälpen – skapa bättre sömn (VGR)

Specifik bedömning Livandas behandlingsprogram

Internethjälpen vid ångestproblem (VGR)

Passar patienter med:

Diagnos	Lämpliga skattningsskalor
Paniksyndrom med eller utan agorafobi av mild till måttlig svårighetsgrad (F410)	<i>Panic Disorder Severity Questionnaire (PDSS-SR)</i> . Ett skattningsinstrument som mäter svårighetsgraden av ett konstaterat paniksyndrom.
Ångestsyndrom, ospecificerat (F419)	<i>Generalised Anxiety Disorder Assessment (GAD-7)</i> . Ett vägledande test som kan mäta förändring av symtom på ångest.

Observera

Programmet är inte anpassat för patienter med posttraumatiskt stressyndrom (PTSD) eller tvångssyndrom då annan behandling bör erbjudas i första hand (se de regionala medicinska riktlinjerna). Vid specifik fobi bör övervägas om traditionell terapi vore mer effektivt.

Internethjälpen vid social oro (VGR)

Passar patienter med:

Diagnos	Lämpliga skattningsskalor
Social fobi av mild till måttlig svårighetsgrad (F401)	<i>Social Phobia Scale (SPIN)</i> mäter svårighetsgraden av social fobi, högre poäng indikerar större sannolikhet för diagnos. <i>Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS-SR)</i> . Ett skattningsinstrument för rädsla och undvikande i sociala situationer.

Internethjälpen vid oro (VGR)

Passar patienter med:

Diagnos	Lämpliga skattningsskalor
Generaliserat ångestsyndrom (GAD) av mild till måttlig svårighetsgrad (F411)	<i>Generalised Anxiety Disorder Assessment (GAD-7)</i> . Ett vägledande test för att upptäcka personer med ångestsymtom som kan beskrivas som GAD. Kan mäta förändring av symtom på ångest.
Hypokondri/hälsoångest (F452)	<i>Short Health Anxiety Inventory (SHAI-14)</i> . För skattning av hälsoångest.

Internethjälpen vid nedstämdhet och depression (VGR)

Passar patienter med:

Diagnos	Lämpliga skattningsskalor
Egentlig depression av mild till måttlig svårighetsgrad (F32)	<i>Montgomery Åsberg Depression Rating Scale (MADRS-S)</i> . En skattningsskala som är särskilt utvecklad för att vara känslig för förändring i grad av depression. <i>Patient Health Questionnaire (PHQ-9)</i> är en skala som mäter diagnoskriterierna för depression

Internethjälpen för stresshantering (VGR)

Passar patienter med:

Diagnos	Lämpliga skattningsskalor
<p>Anpassningsstörning av mild till måttlig svårighetsgrad (F432)</p> <p>Andra specificerade reaktioner på svår stress (F38)</p> <p>Andra specificerade reaktioner på svår stress än utmattningssyndrom (F438W)</p> <p>Reaktion på svår stress, ospecificerad (F439)</p>	<p><i>Perceived Stress Scale (PSS- 10)</i> är en skattningsskala som syftar till att bedöma i vilken grad patienten upplevt sitt liv som stressande den senaste månaden</p> <p><i>Karolinska Exhaustion Disorder Scale (KEDS)</i>. Ett självskattningstest med syfte att hitta personer som befinner sig i riskzonen för utmattningssyndrom och kan mäta förändring av symtom på utmattning</p>
<p>Kan passa för patienter som befinner sig i riskzonen för att utveckla utmattningssyndrom</p>	<p><i>Karolinska Exhaustion Disorder Scale (KEDS)</i>. Ett självskattningstest med syfte att hitta personer som befinner sig i riskzonen för utmattningssyndrom och kan mäta förändring av symtom på utmattning</p>

Observera

Programmet är inte anpassat för patienter med utmattningssyndrom men kan vara hjälpsamt för patienter som tillfrisknat och som har behov av att jobba vidmakthållande och förebyggande. En del patienter som söker med stressrelaterade besvär visar sig vid fördjupad bedömning ha andra primära diagnoser som generaliserat ångestsyndrom, social fobi, depression, bipolaritet, sömnstörning, tvångssyndrom, missbruk.

Internethjälpen – skapa bättre sömn (VGR)

Passar patienter med:

Diagnos	Lämpliga skattningsskalor
<p>Sömnstörning av mild till måttlig svårighetsgrad (F510)</p>	<p><i>Insomnia Severity Index (ISI)</i>. Ett självskattningsformulär som mäter sömnlöshet.</p>

Observera

En del patienter som söker för sömnbesvär kan vid fördjupad diagnostik visa sig ha andra primära diagnoser som PTSD, bipolaritet, narkolepsi, restless legs och sömnapné som behöver utredas och eventuellt behandlas först. Nattarbete och skiftarbete gör det svårt att genomföra behandlingen på grund av bristen på rutiner och störd dygnsrytm.