

Användning av program i Stöd och behandling

INTERVJU MED REGIONER 2020



Förord

Under januari och februari 2020 samlade Sveriges Kommuner och Regioner (SKR) in uppgifter från samtliga regioner kring användning av program i tjänsten Stöd och behandling (SoB). Uppgifterna inhämtades i huvudsak via telefonintervjuer med regionernas respektive kontaktperson för tjänsten SoB. Några regioners kontaktpersoner valde att i stället ge skriftliga svar i det frågeformulär, se bilaga 1, som var underlag till telefonintervjuerna.

Syftet med undersökningen var att kartlägga utvecklingen och omfattningen av arbetet med tjänsten SoB i de olika regionerna. Kartläggningen är en beskrivning av nuläget och kan användas för att följa utvecklingen i regionerna över tid.

Stockholm april 2020

Helén Lundkvist Nymansson

Avdelningen för vård och omsorg

Innehåll

Sammanfattning	4
Bakgrund	5
Definitioner	5
Resultat	7
Användning av Stöd och behandling i regioner jämförelse 2018 och 2020.....	8
Redovisning av frågor och regionernas svar	15
Redskap för systematisk uppföljning.....	31
Detta registreras i SibeR	31
Beskrivning av program och Min vårdplan cancer	33
Behandlingsprogram	33
Stödprogram.....	35
Min vårdplan.....	42
Bilaga 1	43
Frågor kring SoB till regionala kontaktpersoner 2020	43

Sammanfattning

Under januari och februari 2020 samlade Sveriges Kommuner och Regioner (SKR) in uppgifter från samtliga regioner kring användning av program i tjänsten Stöd och behandling (SoB). Uppgifterna inhämtades i huvudsak via telefonintervjuer med regionernas respektive kontaktperson för tjänsten SoB. Några regioners kontaktpersoner valde att i stället ge skriftliga svar i det fråge-formulär, se bilaga 1, som var underlag till telefonintervjuerna.

Svaren visar att samtliga regioner använder plattformen Stöd och behandling. Det finns både upphandlade program, egenutvecklade program inom respektive region och program som är utvecklade av regioner gemensamt. Att utveckla egna program är en tidskrävande process som ställer höga krav på evidens och erfarenhet, det kräver också att det finns tillgång till designers. Många regioner väljer att upphandla sina program antingen via Livanda eller Psykologpartners. Till skillnad från behandlingsprogrammen är stödprogram ofta skapade lokalt inom respektive region där kunniga medarbetare varit delaktiga i utformningen.

Av totalt 21 regioner erbjuder numera alla regioner behandlingsprogram via tjänsten SoB. Av totalt 21 regioner erbjuder 15 regioner även stödprogram och 11 regioner Min vårdplan. De sex regionerna som i nuläget inte använder stödprogram planerar att erbjuda, eller eventuellt erbjuda, stödprogram under 2020.

Följande regioner har utökat antal behandlingsprogram jämfört med 2018: Gotland, Halland, Jönköping, Kalmar, Kronoberg, Skåne, Stockholm, Västmanland, Västra Götaland, Örebro och Östergötland.

Följande regioner har utökat antal stödprogram jämfört med 2018: Gotland, Jämtland Härjedalen, Jönköping, Kalmar, Norrbotten, Stockholm, Sörmland, Västra Götaland, Örebro och Östergötland.

Följande regioner har utökat antal Min vårdplan jämfört med 2018: Stockholm, Gotland, Västra Götaland, Örebro, Kalmar, Norrbotten, Sörmland, Jönköping och Värmland.

Alla regioner, förutom Blekinge, Kalmar och Kronoberg har utökat antalet verksamheter som erbjuder SoB jämfört med 2018.

Bakgrund

Plattformen för Stöd och behandling, SoB, gör det möjligt för regioner, och privata vårdgivare med vårdavtal att erbjuda invånare stöd- och behandlingsprogram via internet. Tjänsten Stöd och behandling har varit i drift sedan 2015. I dag är samtliga regioner anslutna till tjänsten via 1177 Vårdguiden. Genom att använda Stöd och behandling kan vårdgivare öka tillgängligheten till behandlingar samt erbjuda fler former för kontakt med hälso- och sjukvården, utifrån invånarens behov.

Utvecklingen av plattformen är finansierad av Socialdepartementet via en överenskommelse med SKR. Tjänsten ingår i Ineras nationella tjänsteutbud och är utvecklad av 1177 Vårdguiden som även vidareutvecklar och förvaltar tjänsten. Nyutvecklingen i tjänsten sker genom överenskommelser mellan Inera och SKR. Kompetensgruppen som finns inom kunskapsstyrningen genomför värdering av stöd- och behandlingsprogram. Inera ansvarar för drift, förvaltning och utveckling samt kommunikation om tjänstens användning och nytta.

Tjänsten Stöd och behandling är ett nationellt informationssystem och står under tillsyn av Läkemedelsverket. Det innebär att tjänsten lyder under samma regler, lagar och föreskrifter som medicintekniska produkter.

Definitioner

Behandling och stöd via digitala vårdtjänster syftar till att förebygga ohälsa eller bevara eller förbättra den enskildes hälsotillstånd. Tjänsterna förmedlas med hjälp av text, bild, ljud eller video och kan omfatta ifyllande av formulär, övningar och interaktivitet med säkra meddelanden, chatt eller video. De kan användas i realtid eller asynkront. Användande av digitala vårdtjänster kan vara självvald eller ordinerad. Vårdtjänster finns som behandlingsprogram, stöd-program och Min vårdplan cancer. Alla tre programformer bör utvärderas vetenskapligt avseende effekt och användbarhet, där kraven på evidens är större för behandlingsprogram än för stödprogram.

BEHANDLINGSPROGRAM

Behandlingen består av fristående program med varierande inslag av självskattning och övningar och innehåller tillräckligt med komponenter för att uppnå en behandlingseffekt. Oftast ingår kontakt med en behandlare som stöd för att genomföra programmet.

STÖDPROGRAM

Stödprogram är en del av en vårdprocess och syftar till att stödja den enskilde före, under eller efter en behandling. Det kan ingå kontakt med hälso- och sjukvård, kommunal eller annan vård, som stöd för att genomföra programmet.

STÖD

Kan erbjudas via internet i form av digitalkommunikation, utbildning och självskattningar.

MIN VÅRDPLAN CANCER

Min vårdplan cancer är ett stöd för patienten vid utredning, behandling, rehabilitering och uppföljning av cancer. Min vårdplan ska göra patienten delaktig och tydliggöra vem som gör vad. Den ska göra förloppet sammanhållet och överblickbart.

Resultat

Under januari och februari 2020 samlade Sveriges Kommuner och Regioner (SKR) in uppgifter från samtliga regioner kring användning av program i tjänsten Stöd och behandling (SoB). Liknande undersökning genomfördes 2018.

Uppgifterna inhämtades i huvudsak via telefonintervjuer med regionernas respektive kontaktperson för tjänsten SoB. Några regioners kontaktpersoner valde att i stället ge skriftliga svar i det frågeformulär, se bilaga 1, som var underlag till telefonintervjuerna.

Av totalt 21 regioner erbjuder numera alla regioner behandlingsprogram via tjänsten SoB. Av totalt 21 regioner erbjuder 15 regioner även stödprogram och 11 regioner Min vårdplan. De sex regionerna som i nuläget inte använder stödprogram planerar att erbjuda, eller eventuellt erbjuda, stödprogram under 2020.

Följande regioner har utökat antal behandlingsprogram jämfört med 2018: Gotland, Halland, Jönköping, Kalmar, Kronoberg, Skåne, Stockholm, Västmanland, Västra Götaland, Örebro och Östergötland.

Följande regioner har utökat antal stödprogram jämfört med 2018: Gotland, Jämtland Härjedalen, Jönköping, Kalmar, Norrbotten, Stockholm, Sörmland, Västra Götaland, Örebro och Östergötland.

Följande regioner har utökat antal Min vårdplan jämfört med 2018: Stockholm, Gotland, Västra Götaland, Örebro, Kalmar, Norrbotten, Sörmland, Jönköping och Värmland.

Alla regioner, förutom Blekinge, Kalmar och Kronoberg har utökat antalet verksamheter som erbjuder SoB jämfört med 2018.

Frågorna som ställdes till regionerna finns i frågeformuläret, bilaga 1.

Nedan följer en övergripande sammanställning av svaren som beskriver varje regions arbete med tjänsten Stöd och behandling under 2020.

En redovisning av samtliga behandlingsprogram, stödprogram och Min vårdplan Cancer som används i regionerna ges i de olika tabellerna i rapporten.

Användning av Stöd och behandling i regioner jämförelse 2018 och 2020

Region Blekinge

Region Blekinge erbjuder samma behandlingsprogram som tidigare. I nuläget är det oklart om de kommer erbjuda fler behandlingsprogram under 2020.

De erbjuder också samma stödprogram och Min vårdplan cancer som tidigare. I nuläget är det oklart om de kommer erbjuda fler stödprogram och Min vårdplan cancer under 2020.

De verksamheter som erbjuder tjänsten SoB är som tidigare Ungdomsmottagning och Primärvård.

Regionen är mitt i en omorganisation, både på regionnivå och avdelningsnivå, och de har inte påbörjat några nya program i tjänsten SoB. Alla uppgifter som finns i rapporten från 2018 stämmer fortfarande för Blekinge.

Region Dalarna

Region Dalarna erbjuder samma behandlingsprogram som tidigare och flera av dem är uppdaterade.

Stödprogrammen är också desamma som tidigare, förutom Kostregistrering. Inga ytterligare stödprogram planeras för 2020.

Min vårdplan cancer är på gång att erbjudas för tjock- och ändtarmscancer och fler program inom Min vårdplan cancer är på gång under 2020.

Från att förut erbjudit SoB på Vårdcentraler erbjuds tjänsten nu även av Psykiatriska mottagningar, Mödrahälsovård, Ungdomsmottagning, Samtalsmottagning för barn och unga, Psykoterapeutiskt team, Fysioterapi- och dietistsam-verkan.

Region Gotland

Region Gotland erbjuder samma behandlingsprogram som tidigare, utökat med Tobakshjälpen. I nuläget är det oklart om de kommer erbjuda fler behandlingsprogram under 2020.

De har även börjat erbjuda Min vårdplan cancer; Bröstcancer, Blodcancer och Huvud- och halscancer. Inga ytterligare Min vårdplan eller stödprogram planeras för 2020.

Från att förut erbjudit SoB på Vårdcentraler erbjuds tjänsten nu även av Barn- och ungdomspsykiatri, Hälso- och sjukvårdskemottagning och av Cancervården på Bröstmottagning, Hematologmottagning och ÖNH-mottagning.

Region Gävleborg

Region Gävleborg erbjuder samma behandlingsprogram som tidigare och kommer även erbjuda Tobakshjälpen, Ångesthjälpen Ung och Smärtrehabilitering under 2020.

De använder inget stödprogram men kommer erbjuda Min vårdplan cancer för tjock- och ändtarmscancer och åtta andra cancerdiagnoser under 2020.

Från att förut ha erbjudit tjänsten SoB på Hälsocentraler, BUP och Vuxen-psykiatri erbjuds nu tjänsten även av Kirurgmottagning och Onkolog-mottagning på Gävle sjukhus och Hudiksvalls sjukhus.

Region Halland

Region Halland har nu startat upp tjänsten SoB och erbjuder behandlingsprogram Depressionshjälpen, Oroshjälpen, Sovhjälpen, Stresshjälpen och Ångesthjälpen. Inga ytterligare behandlingsprogram är planerade för 2020.

Inga stödprogram används men eventuellt kommer de erbjuda stödprogrammet Föräldrastöd under 2020.

Regionen planerar för ett införande av Min vårdplan cancer; bröstcancer under 2020.

Tjänsten Stöd och behandling erbjuds av Närsjukvården.

Region Jämtland Härjedalen

Region Jämtland Härjedalen erbjuder samma behandlingsprogram som tidigare. De kommer även erbjuda Artrosskola, Smärta och ADHD för vuxna (forskningspilot) under 2020.

Det stödprogram som används är Överviktiga mammor och inga ytterligare stödprogram kommer att erbjudas under 2020. Inget Min vårdplan cancer erbjuds i regionen.

Från att förut ha erbjudit tjänsten SoB på Vårdcentraler erbjuds nu tjänsten av Primärvården, Barnmorskor samt en del av Psykiatrien.

Region Jönköping

Region Jönköping erbjuder samma behandlingsprogram som tidigare – nu uppdaterade. De använder också Tobakshjälpen. De kommer även erbjuda Livsbalansen - stress och återhämtning under 2020. Pilot pågår för Hälsosamma matvanor.

Det stödprogram som används är Möt ditt barns oro. Ytterligare stödprogram som kommer erbjudas under 2020 är Artrosskolan och Diabetesskolan.

Regionen erbjuder Min vårdplan cancer för bröstcancer och är på gång med ett införande av en pilot för prostatacancer under 2020.

Från att förut ha erbjudit tjänsten SoB på Vårdcentraler erbjuds nu tjänsten även av Psykiatriska mottagningar, Kvinnohälsovården, Tobakspreventionsenheter och Onkologmottagning/strålning.

Region Kalmar

Region Kalmar erbjuder samma behandlingsprogram som tidigare, förutom Ångesthjälpen Ung som är pausad, och erbjuder även Tobakshjälpen och Mindfulness. De kommer eventuellt erbjuda Livsbalansen – stress och åter-hämtning och Sexuell rehabilitering för patienter med prostatacancer under 2020.

Flera stödprogram har utgått och flera har tillkommit och de som används idag är Artrosskolan, Sjukskrivningskollen, Endometriosskola, Matdagbok med symtomregistrering, Aktivitetslogg, Träningsdagbok, Aktivitetsdagbok smärta/oro, Hälsoenkät arm/axel/hand (DASH). Ytterligare stödprogram som kommer erbjudas under 2020 är ABC Matdagbok, och eventuellt Hjärtsvikt – anhöriga.

Regionen erbjuder Min vårdplan cancer för utredning lungsjukdom och behandling lungsjukdom. Planen är att erbjuda Min vårdplan cancer för fler diagnoser under 2020.

De verksamheter som erbjuder tjänsten SoB är som tidigare Vårdcentraler, Vuxenpsykiatri, Barn- och ungdomspsykiatri och Habiliteringen.

Region Kronoberg

Region Kronoberg erbjuder samma behandlingsprogram som tidigare – nu uppdaterade. De använder också Oroshjälpen. De kommer även erbjuda Tobakshjälpen, Artrosskolan och MADRS-S under 2020.

De använder inget stödprogram eller Min vårdplan cancer men kommer erbjuda Sjukskrivningskollen under 2020.

De verksamheter som erbjuder tjänsten SoB är som tidigare Primärvård, Vuxenpsykiatri och Barn- och ungdomspsykiatri.

Region Norrbotten

Region Norrbotten erbjuder samma behandlingsprogram som tidigare – nu uppdaterade. De kommer även erbjuda program för tobaksavvänjning. De kommer också genomföra pilotstudie för film för aktivt liv efter stroke, ta fram program för ADHD och eventuellt arbeta med program för levnadsvanor.

Det stödprogram som används är en digitaliserad broschyr som förberedelse inför sömnskola. Ytterligare stödprogram som kommer användas under 2020 är Internethjälpen för smärtpatienter.

Min vårdplan cancer erbjuds för tjock- och ändtarmscancer.

Från att förut ha erbjudit tjänsten SoB inom Primärvården erbjuds tjänsten nu även av Kirurgkliniken.

Region Skåne

Region Skånes erbjudande av behandlingsprogram har förändrats något och de som används idag är Internethjälpen - ångest hos vuxna, Ångesthjälpen Ung, Depression och Mindfulness - tinnitus. Ytterligare Behandlingsprogram som kommer erbjudas under 2020 är LEVA-metoden - målgrupp nyförlösta överviktiga kvinnor, Tobakshjälpen, Stress, Sömn - vuxna, Oro - fokus på GAD, Social ångest, Självkänsla och Smärta.

Vad gäller Stödprogrammen har ett par utgått och de som används idag är Utvärdering stöd och behandling via nätet och Stöd till vuxna med sen diagnos - autism. Ytterligare stödprogram som kommer erbjudas under 2020 är Sova - 6-12 år, SKILLS och Utbildningsprogram för föräldrar till barn med ADHD och för ungdomar med ADHD. De kommer även köra en pilot - Föräldrastöd.

Region Skåne planerar att erbjuda Min vårdplan cancer för ett antal diagnoser under 2020.

Från att tidigare ha erbjudit tjänsten SoB på Vårdcentraler och Vuxenpsykiatri erbjuds nu tjänsten även av Vuxenhabiliteringen.

Region Stockholm

Region Stockholm erbjuder samma behandlingsprogram som tidigare och erbjuder nu även CI-terapi för små barn, eChange, Insomni, Internethjälpen: Skapa bättre sömn, Stresshantering, Nedstämdhet och depression samt Ångestproblem, Kognitiv beteendeterapi för stress- och utmattningsproblematik, NÄRA – internetbehandling för ätstörningar, Spelbehandling – eStöd, SCOPE – webbkurs för unga om autism. Kommande behandlingsprogram under 2020 är Internetbehandling: Paniksyndrom, Hypersex/sexmissbruk, Ätstörningar hos unga, Cannabisbruk hos unga, Elitidrott och ohälsa, BIP Våga, KBT för barn med ångest, BIP Våga föräldrastöd och fler internet-KBT-program.

En del stödprogram har utgått och flera har tillkommit. De som erbjuds nu är eCRAFT, Efter hjärtinfarkten, Fysisk aktivitet som behandling, Föräldraträning ASD+IF, Hälsoprofilen, Kranskärslsjukdom, Patient- och närståendeutbildning ADHD, Stressrehabilitering PBM, Smärtrehabilitering PBM och Vårdutveckling Maria Ungdom.

Ytterligare stödprogram som kommer erbjudas under 2020 är Sund Start - stödprogram för gravida med fetma/övervikt, Stödprogram vid kognitiv ned-sättning samt Stödprogram för patienter och anhöriga vid schizofreni/psykos.

Regionen erbjuder Min vårdplan cancer; blodcancer, bröstcancer, hjärntumör och huvud- och halscancer. Under 2020 planeras fler verksamheter ansluta sig och även införande av Min vårdplan cancer för gynekologiskcancer, tjock- och ändtarmscancer och eventuellt fler.

Från att förut ha erbjudit tjänsten SoB på Beroendecentrums enhet e-Stöd erbjuds tjänsten nu också av Primärvård, Barn- och ungdomspsykiatri, Internetpsykiatri, Neuropsykiatrisk mottagning, Stockholms centrum för ätstörningar,

Rehab öppenvård, Habilitering, Olika sjukhus: Bröstcentrum och mottagning för Hjärta och kärl, Hematologi, Huvud- hals- lung- hudcancer och Neurokirurgi.

Region Sörmland

Region Sörmland erbjuder behandlingsprogram IKBT – samma som tidigare. De kommer även erbjuda Tobakshjälpen under 2020.

De stödprogram som används är som tidigare förutom Sjukskrivningskollen. De har även utökat erbjudandet av stödprogram med Diabetesstöd för typ 2 patienter. I nuläget är det oklart om de kommer erbjuda fler stödprogram under 2020.

Regionen använder Min vårdplan cancer; tjock- och ändtarmscancer och planerar eventuellt för införande av ytterligare Min vårdplan cancer under 2020.

Från att förut ha erbjudit tjänsten SoB på Vårdcentraler erbjuds nu tjänsten av Primärvården, Ortopeden och Onkologen.

Region Uppsala

Region Uppsala erbjuder samma behandlingsprogram som tidigare. De kommer även utöka erbjudandet med Paniksyndrom, Stress- och utmattningssyndrom, Överviktsbehandling, Diabetes och Ångestsyndrom.

De stödprogram som används är Smärta och de kommer även erbjuda Min vårdplan cancer under 2020.

Från att förut ha erbjudit tjänsten SoB på Vårdcentraler, Vuxenpsykiatri, Barn- och ungdomspsykiatri och Ätstörningsenhet erbjuds tjänsten nu även av Primärvård, Centralintensiv och Smärtcentrum.

Region Värmland

Region Värmland har samma Behandlingsprogram som tidigare – nu uppdaterade. Inga ytterligare behandlingsprogram planeras för 2020.

De använder inget Stödprogram men kommer under 2020 erbjuda AST - vad är det? - stödprogram för barn och vuxna med afasi.

Pilot pågår för Min vårdplan cancer: Tjock- och ändtarmscancer och de kommer även att erbjuda Min vårdplan för åtta andra diagnoser 2020.

Från att förut ha erbjudit tjänsten SoB på Vårdcentraler erbjuds nu tjänsten även av Barn- och ungdomspsykiatri, cancervårdande verksamheter och Första linjen -Unga.

Region Västerbotten

Region Västerbotten erbjuder samma behandlingsprogram som tidigare och kommer även erbjuda Stresshjälpen, Självkänsla, Smärta och Ångest för unga under 2020.

De stödprogram som används är som tidigare Sjukskrivningskollen, Stöd under cancerbehandling och Västerbottens hälsoundersökning. Ytterligare stödprogram som kommer användas under 2020 är Tobaksavvänjning och Uppföljning rygckirurgi. Pilot för Uppföljning av hjälpmedel och utökad pilot för Sjukskrivningskollen.

Inga Min vårdplan cancer används.

Från att förut ha erbjudit tjänsten SoB på Vårdcentraler och Vuxenpsykiatri erbjuds tjänsten nu även av Cancercentrum, Hand- och plastikklinik och Lung- och allergikliniken.

Region Västernorrland

Region Västernorrland erbjuder Behandlingsprogram inom samma områden som tidigare men själva programmen som förut upphandlades av Psykologpartners har nu upphandlats av Livanda och därför är titlarna på programmen något annorlunda än tidigare. Program som erbjuds är Internethjälpen; Nedstämdhet och depression, Ångestproblem, Oro, Skapa bättre sömn, Stress och utmattning samt Demonkampen - spelet om dina känslor. Regionen kommer även under 2020 erbjuda Tobakshjälpen, Livsstilsmedicin online och Träningsdagbok för hjärtpatienter.

De använder inga Stödprogram men planerar att erbjuda Stöd till smärtpatienter.

Inga Min vårdplan cancer används.

Västernorrland genomförde upphandling och startade upp tjänsten SoB i sin region 2018/2019. Tjänsten erbjuds av Primärvård, Vuxenpsykiatri och Barn- och ungdomspsykiatri.

Region Västmanland

Region Västmanland erbjuder behandlingsprogram inom samma områden som tidigare och sedan 2019 används Livandas program som förstahandsval och Psykologpartners som andrahand och titlarna på programmen är något annorlunda än tidigare. Program som erbjuds är Internethjälpen: Förbättra självkänslan, Skapa bättre sömn, Stresshantering, Nedstämdhet och depression, Oro, Smärta, Social oro, Ångestproblem, Demonkampen - spelet om dina känslor.

Inga Stödprogram används i dagsläget.

Regionen kommer att erbjuda Min vårdplan cancer för tjock och ändtarms-cancer, bröstcancer och huvud-halscancer under 2020.

Tidigare uppgift kring vilka verksamheter som erbjöd tjänsten SoB är oklar. Nu erbjuds tjänsten av Vårdcentraler och under 2020 kommer tjänsten även erbjudas av cancervårdande verksamheter, Ungdomsmottagning och Barn- och ungdomshälsan.

Region Västra Götaland

Region Västra Götaland erbjuder samma behandlingsprogram som tidigare, med några ändrade titlar, och har utökat utbudet. De program som används är Internetbehandling för spelberoende, Internethjälp; Spelberoende, Skapa bättre sömn, Stresshantering, Nedstämdhet och depression, Oro, Smärta, Social oro, Stress och utmattning, Ångest, (forskning), Ångestproblem, Ångestproblem (forskning), Sömnbehandling och Ångesthjälpen Ung. Eventuellt kommer de även erbjuda Migrän och Funktionella magsmärtor under 2020.

De använder samma stödprogram som tidigare, förutom Substitutionsvården, och har ökat utbudet med BES CORE-skattningar, CORE-skattningar, e-Hörsel, För dig som är gravid, Information om epilepsibehandling till kvinnor i fertil ålder, Hemuppgiftsstöd, Hälsokontroll SU/Psykiatri Affektiva, Kontinuerlig behandlingsuppföljning, Mina skattningar – Beroendekliniken, Måendekollen, Måendekollen Ung, Neo Föräldrastöd, Nybesöksutredning PMC, OCD Bedömning, OCD Gruppbehandling, OCD Individuell behandling, Registrera allt mellan lust och ångest, Röstövningar och Uppföljning familjeband.

Min vårdplan cancer används för tumörer i centrala nervsystemet och bröstcancer.

Ytterligare stödprogram som kommer erbjudas under 2020 är Diabetes - barn och ungdom, Smärtskattning i hemmet, Föräldrastöd logoped-mottagningen, Hälsoprofilen, Forskningsprojekt ACTive Patient, Uppföljning Anorexi - Bulimi, Hjärtskola, Forskningsprojekt Liljedahl, Mindfulness, Digitala smärtskolan, Min psykiatri och Mina CORE-skattningar.

Tidigare uppgift kring vilka verksamheter som erbjöd tjänsten SoB är oklar. De verksamheter som nu erbjuder tjänsten är Beroendemottagning Kvinnor, Barnmorskemottagning, BUP mottagning, Vårdcentral, Dagsjukvård psykiatri, Hörselteam, BVC, Kirurgmottagning, Urologmottagning, Logopedimottagning, Mini-Maria, Neurologimottagning, Neuropsykiatrimottagning, Ungdomsmottagning, Kris- och traumamottagning, Psykiatrimottagning, Substitution dagvård, Vuxenpsykiatrisk behandlingsmottagning och Vuxenpsykiatrisk mottagning OCD-tvångssyndrom.

Region Örebro

Region Örebro erbjuder samma behandlingsprogram som tidigare och nu även Ångesthjälpen Ung, Steg för steg och MILAS.

De stödprogram som erbjuds är AST – vad är det?

Ytterligare stödprogram som kommer erbjudas under 2020 är Föräldrainformation och Tobakshjälpen, Det finns dessutom ett antal förslag på diskussions-stadiet.

Även Min vårdplan cancer erbjuds för huvud- och halscancer och tjock- och ändtarmscancer.

Från att förut ha erbjudit tjänsten SoB på Vårdcentraler erbjuds nu tjänsten av Psykiatrin, Mödrahälsovården, Medicinmottagning och Vuxenhabiliteringen. I nuläget erbjuds tjänsten inte av Vårdcentraler men troligtvis kommer några program att erbjudas även där under 2020.

Region Östergötland

Region Östergötland erbjuder samma behandlingsprogram som tidigare, nu uppdaterade. De erbjuder dessutom Tobakshjälpen, Ångesthjälpen Ung och Livsbalansen. De kommer även erbjuda Artrosskolan under 2020.

De stödprogram som erbjuds är Registrera mående, Registrera mående iStress och Måendekollen Ung.

De kommer troligen erbjuda fler Stödprogram under 2020 men det är i nuläget oklart vilka.

Regionen erbjuder Min vårdplan cancer för peniscancer och prostatacancer.

Från att förut ha erbjudit tjänsten SoB på Vårdcentraler erbjuds nu tjänsten även av Barn- och ungdomsmottagning, Barn- och Ungdomspsykiatri, Barnhälsovård, *Onkologimottagning*, *Urologimottagning* och Folktandvård.

Redovisning av frågor och regionernas svar

Vilka behandlingsprogram erbjuds och vilka verksamheter erbjuder programmen?

Tabell 1: Vilka behandlingsprogram erbjuds och vilka verksamheter erbjuder programmen?

Region	Behandlingsprogram	Verksamhet
Blekinge	Ångesthjälpen Ung Ångesthjälpen	Ungdomsmottagning Primärvård
Dalarna	Depressionshjälpen 2.0 Ångesthjälpen Ung Ångesthjälpen Stresshjälpen Oroshjälpen Sovhjälpen	Vårdcentraler Psykiatriska mottagningar Mödrahälsovård Ungdomsmottagning Samtalsmottagning för barn och unga Psykioterapeutiskt team Fysioterapi- och dietistsamverkan

Region	Behandlingsprogram	Verksamhet
Gotland	Depressionshjälpen 2.0 Ångesthjälpen Stresshjälpen Oroshjälpen Sovhjälpen Tobakshjälpen	Vårdcentraler Barn- och ungdomspsykiatri Hälsosjuksköterskemottagning Cancervård - Bröstmottagning, Cancervård - Hematologmottagning Cancervård - ÖNH-mottagning
Gävleborg	Depression och nedstämdhet Oro och ångest Sömnproblem Stresshantering Bättre självkänsla UAS sömn Egenutvecklat program vid bipolär sjukdom	Hälsocentraler BUP Vuxenpsykiatri Kirurgmottagning och Onkologmottagning på sjukhus i Gävle och i Hudiksvall
Halland	Depressionshjälpen Oroshjälpen Sovhjälpen Stresshjälpen Ångesthjälpen	Närsjukvården
Jämtland Härjedalen	Depressionshjälpen 2.0 Oroshjälpen Ångesthjälpen Stresshjälpen Sovhjälpen	Primärvården Barnmorskor Psykiatri
Jönköpings län	Depressionshjälpen 2.0 Oroshjälpen Ångesthjälpen Ung Ångesthjälpen Sovhjälpen Stresshjälpen Tobakshjälpen	Vårdcentraler Psykiatriska mottagningar Kvinnohälsovården Tobakspreventionsenheter Onkologmottagning/strålning
Kalmar	Depressionshjälpen Ångesthjälpen Oroshjälpen Stresshjälpen Sömnhjälpen Tobakshjälpen Mindfulness	Vårdcentraler Vuxenpsykiatri Barn- och ungdomspsykiatri Habilitering
Kronoberg	Depressionshjälpen 2.0 Ångesthjälpen Ung Ångesthjälpen Sovhjälpen Stresshjälpen	Primärvård Barn- och ungdomspsykiatri Vuxenpsykiatri

Region	Behandlingsprogram	Verksamhet
	Oroshjälpen	
Norrbottn	Internethjälpen Ångest/oro Internethjälpen Smärta (Livanda, modifierade program)	Primärvård Kirurgkliniken: tjock- och ändtarmscancer
Skåne	Internethjälpen Ångest hos vuxna Ångesthjälpen Ung Depression Mindfulness - tinnitus	Primärvård BUP Vuxenpsykiatri Vuxenhabilitering Vuxna psykiatrimottagningen på Agnelundsvägen
Stockholm	Alkoholprogrammet eStöd Cannabisprogrammet eStöd CI-terapi för små barn (del 1 och 2) eChange Insomni Internethjälpen – Skapa bättre sömn Internethjälpen för stresshantering Internethjälpen vid nedstämdhet och depression Internethjälpen vid ångestproblem Kognitiv beteendeterapi för stress- och utmattningsproblematik NÄRA – en internetbehandling för ätstörningar Spelbehandling via nätet – eStöd CI-terapi för små barn (2 olika) SCOPE - webbkurs för unga om autism	Primärvård BUP Internetbehandling Beroendecentrum eStöd Internetpsykiatri Neuropsykiatrisk mottagning Stockholms centrum för ätstörningar Psykiatri Mandolean AB (utveckling). Rehabilitering öppenvård Hälsa Internethabiliteringen. Södersjukhuset: Bröstcentrum och Hjärtmottagningen. Karolinska Universitetssjukhuset: Bröstcentrum, Hematologimottagning, Mottagning Hjärta och kärl, Mottagning Huvud- hals- lung- hudcancer, Mottagning Neurokirurgi, Danderyds Sjukhus Ersta sjukhus
Sörmland	Depressionshjälpen 2.0 Ångesthjälpen ung Ångesthjälpen Stresshjälp Oroshjälpen Sovhjälp	Primärvården Ortopeden Onkologen
Uppsala	Depressionsprogram Sömnprogram Social fobi 2.0 KBT-behandling med manual från självhjälpsbok av Thomas Furumark Sömnbehandling för ungdomar Självhjälpsbehandling – hetsätning	Primärvård Psykiatri Centralintensiven Smärtcentrum Ätstörningsenhet

Region	Behandlingsprogram	Verksamhet
Värmland	Depressionshjälpen 2.0 Ångesthjälpen Ung Ångesthjälpen Stresshjälpen Oroshjälpen Sovhjälpen	Vårdcentraler Barn- och ungdomspsykiatri Första linje unga
Västerbotten	Depression och nedstämdhet Ångesthjälpen Internethjälpen - Ångest och oro Depressionshjälpen Oroshjälpen Sovhjälpen	Vårdcentraler Vuxenpsykiatri Cancercentrum Hand- och plastikklinik Lung- och allergiklinik
Västernorrland	Tidigare program från Psykologpartners, nu från Livanda: Internethjälpen- Nedstämdhet och depression Internethjälpen – Ångestproblem Internethjälpen – Oro Internethjälpen - Skapa bättre sömn Internethjälpen - Stress och utmattning Internethjälpen - Demonkampen - spelet om dina känslor	Primärvård Vuxenpsykiatri Barn- och ungdomspsykiatri
Västmanland	Internethjälpen - Förbättra självkänslan Internethjälpen - Skapa bättre sömn Internethjälpen - Stresshantering Internethjälpen - Nedstämdhet och depression Internethjälpen - Oro Internethjälpen - Smärta Internethjälpen - Social oro Internethjälpen - Ångestproblem Internethjälpen - Demonkampen - spelet om dina känslor (Sedan 2019 använder de Livandas program som förstahandsval och Psykologpartners som andrahand.)	Vårdcentraler Ungdomsmottagning Barn- och ungdomshälsan
Västra Götaland	Internethjälpen Spelberoende Internethjälpen Skapa bättre sömn Stresshantering Nedstämdhet och depression Oro Smärta Social oro	Beroendemottagning Kvinnor Barnmorskemottagning BUP-mottagning Vårdcentral Dagsjukvård psykiatri Hörselteam BVC

Region	Behandlingsprogram	Verksamhet
	Stress och utmattning Ångest (VGR-EBBA-forskning) Ångestproblem Ångestproblem (VGR-EBBA-forskning2) Sömnbehandlingen Ångesthjälpen Ung	Kirurgmottagning Urologmottagning Logopedimottagning Mini-Maria Neurologimottagning Neuropsykiatrimottagning Ungdomsmottagning Kris- och traumamottagning Psykiatrimottagning Substitution dagvård Vuxenpsykiatri behandling Vuxenpsykiatri mottagning OCD- tvångssyndrom
Örebro	Ångesthjälpen Ung Internetbehandling för depression Steg för steg MILAS	Psykiatri Mödrahälsovård Medicinmottagning – överviktsenheten Vuxenhabilitering
Östergötland	Depressionshjälpen 2.0 Ångesthjälpen Ångesthjälpen Ung Stresshjälpen Oroshjälpen Sovhjälpen Tobakshjälpen Livsbalansen	Vårdcentraler Barn- och ungdomsmottagning Barn- och ungdomspsykiatri Barnhälsovård Onkologimottagning Urologimottagning Folktandvård

Källa: SKR.

Kommer ni erbjuda ytterligare behandlingsprogram under 2020?

Tabell 2: Kommer ni erbjuda ytterligare behandlingsprogram under 2020?

Region	Svar	Kommentar
Blekinge	Vet inte	
Dalarna	Nej	
Gotland	Vet inte	
Gävleborg	Ja	Tobakshjälpen Ångesthjälpen Ung Smärtrehabilitering
Halland	Inget planerat	
Jämtland Härjedalen	Ja	Artrosskola Smärta ADHD för vuxna (forskningspilot)
Jönköping	Ja	Livsbalansen - stress och återhämtning Håller på med pilot av Hälsosamma matvanor
Kalmar	Eventuellt	Livsbalansen – Stress och återhämtning Sexuell rehabilitering för patienter med prostatacancer
Kronoberg	Ja	Tobakshjälpen Artrosskolan MADRS-S
Norrbottn	Ja	Tobaksavvänjning Pilotstudie för filmer - Strategier för ett aktivt liv efter Stroke Samarbete med andra regioner för att ta fram ett ADHD-program. Eventuellt program om levnadsvanor
Skåne	Ja	LEVA-metoden – för nyförlösta överviktiga kvinnor Tobakshjälpen Stress Sömn – vuxna Oro - fokus på GAD Social ångest Självkänsla Smärta

Stockholm	Ja	Internetbehandling vid paniksyndrom Internetbehandling vid hypersex/sexmissbruk Internetbehandling för ätstörningar hos unga Internetbehandling vid cannabisbruk hos unga Internetbehandling vid elitidrott och ohälsa BIP Våga - KBT för barn med ångest BIP Våga – föräldrastöd Fler IKBT-program
Sörmland	Ja	Tobakshjälpen
Uppsala	Ja	Paniksyndrom Stress- och utmattningssyndrom Överviktsbehandling Diabetes Ångestsyndrom
Värmland	Nej	
Västerbotten	Ja	Stresshjälp Självkänsla Smärta Ångest för unga
Västernorrland	Ja	Tobakshjälpen Livsstilsmedicin online Träningsdagbok för hjärtpatienter
Västmanland	Nej	
Västra Götaland	Sannolikt	Migrän Funktionella magsmärtor
Örebro län	Vet inte	Det finns en del önskemål men inget är klart
Östergötland	Ja	Artrosskolan

Källa: SKR.

Vilka stödprogram erbjuds?

Tabell 3: Vilka stödprogram erbjuds?

Region	Stödprogram
Blekinge	Digital SIP
Dalarna	Gravid:12-veckorsstödet Inför samtal Astmakollen Rehabilitering vid knäprotesoperation
Gotland	
Gävleborg	Inget
Halland	Inget
Jämtland Härjedalen	Överviktiga mammor
Jönköping	Möt ditt barns oro
Kalmar	Artrosskolan Sjukskrivningskollen Endometriosskola Matdagbok med symtomregistrering Aktivitetslogg Träningsdagbok Aktivitetsdagbok - Smärta/oro Hälsoenkät arm/axel/hand (DASH)
Kronoberg	Inget
Norrbotten	Sömnstödet - digitaliserad broschyr som förberedelse inför sömnskola
Skåne	Utvärdering stöd och behandling via nätet Stöd till vuxna med sen diagnos - autism
Stockholm	eCRAFT Efter hjärtinfarkten Fysisk aktivitet som behandling Föräldraträning ASD+IF Hälsoprofilen Kranskärlsjukdom Patient- och närståendebildning ADHD Stressrehabilitering PBM Smärtrehabilitering PBM

Region	Stödprogram
	Vårdutveckling Maria Ungdom.
Sörmland	Inför höft- och knäplastik Diabetesstöd för typ 2 patienter
Uppsala	Smärta
Värmland	Inget
Västerbotten	Sjukskrivningskollen Stöd under cancerbehandling Västerbottens hälsoundersökning
Västernorrland	Inget
Västmanland	Inget
Västra Götaland	BES CORE-skattningar CORE-skattningar e-Hörsel För dig som är gravid (EP-mottagning) Information om epilepsibehandling till kvinnor i fertil ålder Hemuppgiftsstöd Hur mår du? Hälsokontroll SU/Psykiatri Affektiva Kontinuerlig behandlingsuppföljning (Kris/Traumamottagning) LEVA-metoden Mina skattningar – Beroendekliniken Måendekollen Måendekollen Ung Neo Föräldrastöd Nybesöksutredning PMC OCD Bedömning OCD Gruppbehandling OCD Individuell behandling Registrera allt mellan lust och ångest Röstövningar Sömskola Uppföljning familjeband
Örebro	AST – vad är det?
Östergötland	Registrera mående Registrera mående iStress Måendekollen Ung

Källa: SKR.

Kommer ni erbjuda ytterligare stödprogram under 2020?

Tabell 4: Kommer ni erbjuda ytterligare stödprogram under 2020?

Region	Svar	Kommentar
Blekinge	Oklart	
Dalarna	Nej	Ska uppdatera de som redan finns
Gotland	Nej	
Gävleborg	Nej	
Halland	Eventuellt	Föräldrastöd
Jämtland Härjedalen	Nej	
Jönköpings län	Ja	Artrosskolan Diabetesskolan
Kalmar	Ja	ABC Matdagbok Eventuellt Hjärtsvikt - anhöriga
Kronoberg	Ja	Sjukskrivningskollen
Norrbottnen	Ja	Använda kapitel 1–3 av Internethjälpen för smärtpatienter
Skåne	Ja	Sova - 6-12 år (stöd för föräldrar) SKILLS Utbildningsprogram för föräldrar till barn med ADHD och till ungdomar med ADHD Pilot - Föräldrastöd.
Stockholm	Ja	Sund Start - stödprogram för gravida med fetma/övervikt Stödprogram vid kognitiv nedsättning Stödprogram för patienter och anhöriga vid schizofreni/psykos
Sörmland	Tveksamt	
Uppsala	Nej	

Värmland	Ja	AST - vad är det? - stödprogram för barn och vuxna med afasi
Västerbotten	Ja	Tobaksavvänjning Uppföljning ryggkirurgi Pilot Uppföljning av hjälpmedel Utökad pilot Sjukskrivningskollen
Västernorrland	Ja	Stöd till smärtpatienter
Västmanland	Nej	
Västra Götaland	Ja	Diabetes - barn och ungdom Smärtskattning i hemmet Föräldrastöd - logopedmottagning Hälsoprofilen Forskningsprojekt ACTive Patient Uppföljning Anorexi -Bulimi Hjärtskola Forskningsprojekt Liljedahl: Stöd för bedömning och behandlingsuppföljning vid slutenvård Mindfulness Neuro- och rehabiliteringsklinik Digitala smärtskolan Min psykiatri – stöd inom psykiatri Mina CORE-skattningar – inom psykiatri
Örebro	Ja	Föräldrainformation Tobakshjälpen Fler förslag men inget är klart
Östergötland	Troligen	Oklart i nuläget

Källa: SKR.

Vilka Min vårdplan cancer erbjuds?

Tabell 5. Vilka Min vårdplan cancer erbjuds?

Region	Min vårdplan cancer	Verksamhet
Blekinge	Prostatacancer Tjock- och ändtarmscancer	Kirurgkliniken Blekingesjukhuset
Dalarna		
Gotland	Huvud- och halscancer Bröstcancer Blodcancer	Visby lasarett
Gävleborg		
Halland		
Jämtland Härjedalen		
Jönköpings län	Bröstcancer	Onkologkliniken Ryhovs sjukhus
Kalmar	Utredning lungsjukdom Behandling lungsjukdom	Lung- och allergimottagningen Länssjukhuset i Kalmar
Kronoberg		
Norrbottn	Tjock- och ändtarmscancer	Kirurgkliniken Sunderby sjukhus
Skåne		
Stockholm	Bröstcancer Huvud- och halscancer Blodcancer Hjärtumörer	Bröstcentrum Södersjukhuset och Karolinska Universitetssjukhuset., Hematologi-mottagning, mottagning Huvud- halscancer, mottagning Neurokirurgi vid Karolinska Universitetssjukhuset
Sörmland	Tjock- och ändtarmscancer	Kirurgen och onkologen
Uppsala		

Region	Min vårdplan cancer	Verksamhet
Värmland	Tjock- och ändtarmscancer	Kirurgen och onkologen
Västerbotten		
Västernorrland		
Västmanland		
Västra Götaland	Bröstcancer Tumörer i det centrala nervsystemet	Bröstmottagningen Skaraborgs sjukhus Neuromottagningen Sahlgrenska Universitetssjukhuset
Örebro	Huvud- och halscancer Tjock- och ändtarmscancer	Örebro Universitetssjukhus
Östergötland	Prostatacancer	Urologen och Onkologen vid Vrinnevisjukhuset och Linköpings Universitetssjukhus

Källa: SKR.

Kommer ni erbjuda ytterligare Min vårdplan cancer under 2020?

Tabell 6: Kommer ni erbjuda ytterligare Min vårdplan cancer under 2020?

Region	Svar	Kommentar
Blekinge	Oklart	
Dalarna	Ja	Min vårdplan Tjock- och ändtarmscancer och ytterligare Min vårdplan cancer
Gotland	Nej	
Gävleborg	Ja	Min vårdplan Tjock- och ändtarmscancer och ytterligare Min vårdplan cancer
Halland	Ja	Min vårdplan Bröstcancer
Jämtland Härjedalen	Nej	
Jönköpings län	Ja	Pilot för Min vårdplan Prostatacancer
Kalmar	Ja	Min vårdplan cancer för flera diagnoser
Kronoberg	Nej	
Norrbottn	Nej	
Skåne	Ja	Min vårdplan cancer för flera diagnoser
Stockholm	Ja	Min vårdplan Gynekologisk cancer Min vårdplan Tjock- och ändtarmscancer
Sörmland	Oklart	
Uppsala	Ja	Min vårdplan cancer för en eller flera diagnoser
Värmland	Ja	Min vårdplan Tjock- och ändtarmscancer och ytterligare Min vårdplan cancer
Västerbotten	Nej	
Västernorrland	Nej	
Västmanland	Ja	Min vårdplan Tjock- och ändtarmscancer

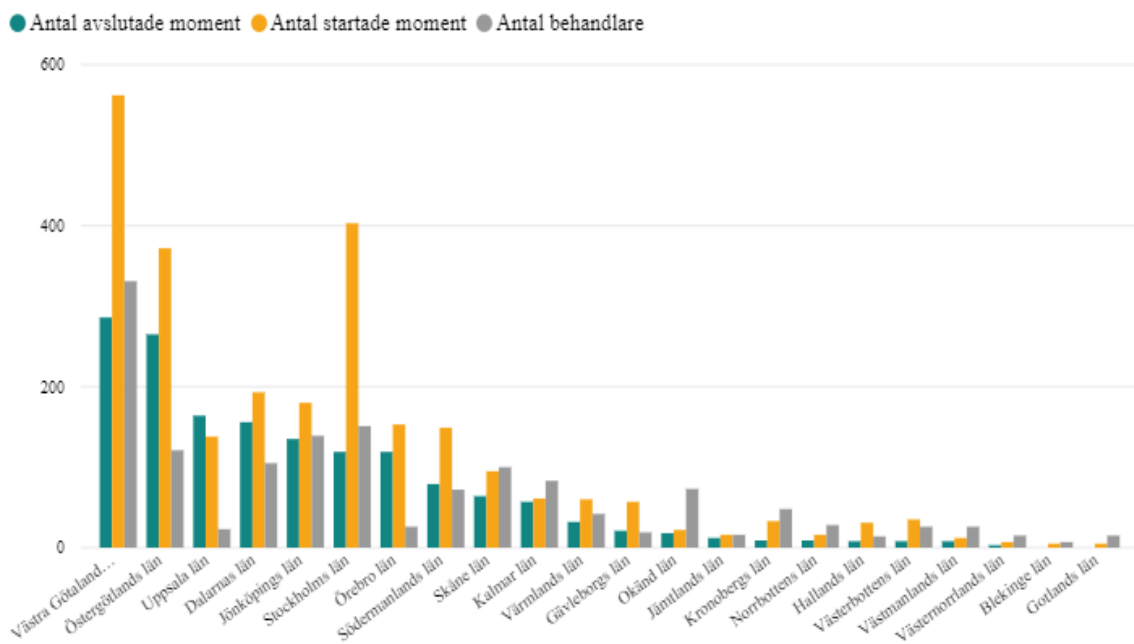
		Min vårdplan Bröstcancer Min vårdplan Huvud- och halscancer
Västra Götaland	Oklart	
Örebro	Oklart	
Östergötland	Oklart	

Källa: SKR.

Antal startade och avslutade moment samt antal behandlare per län

Figur 1: Antal startade och avslutade moment samt antal behandlare per län, januari – februari 2020.

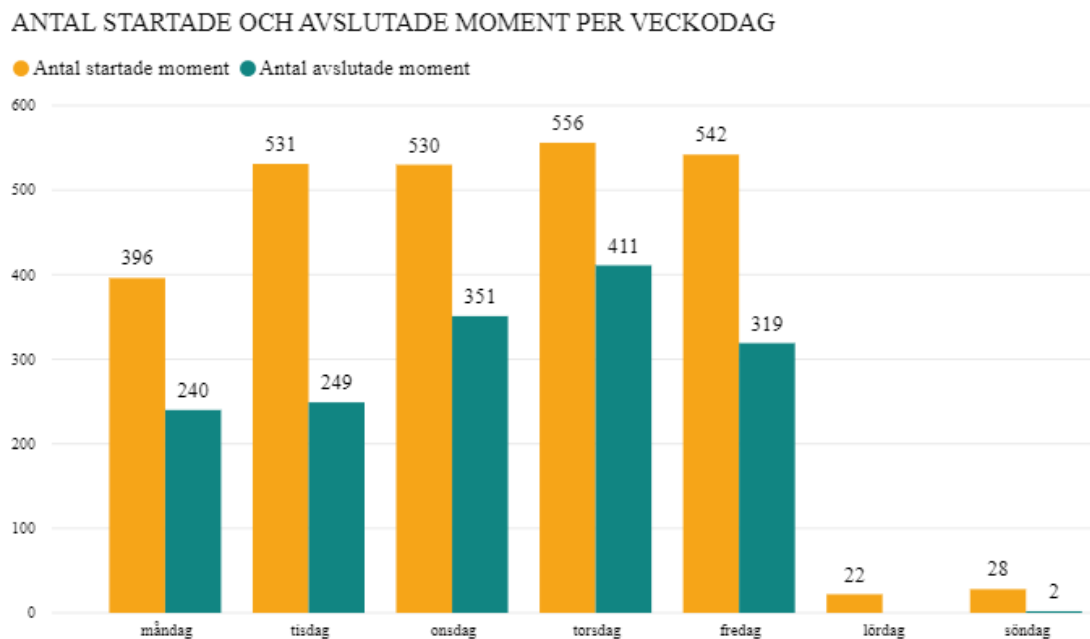
ANTAL STARTADE OCH AVSLUTADE MOMENT SAMT ANTAL BEHANDLARE PER LÄN



Källa: <https://www.inera.se/aktuellt/statistik/stod-och-behandling/oversikt/>

Antal startade och avslutade moment per veckodag

Figur 2: Antal startade och avslutade moment per veckodag, januari – februari 2020.



Källa: <https://www.inera.se/aktuellt/statistik/stod-och-behandling/oversikt/>

Använder ni Svenska internetbehandlingsregistret SibeR?

SibeR är ett nationellt kvalitetsregister som lanserades 2015. Det är till för uppföljning och kvalitetssäkring av psykologisk internetbehandling.

I dagsläget inkluderas åtta psykiatriska diagnoser för vuxna i SibeR – depression, paniksyndrom, social fobi, generaliserat ångestsyndrom, hälso-ångest, tvångssyndrom, dysmorfofobi, insomni och stressrelaterad ohälsa. För barn och unga inkluderas ångestsyndrom och depression. Indikationerna utökas allteftersom fler behandlingsprogram införs i reguljär vård.

Redskap för systematisk uppföljning

Eftersom psykologisk internetbehandling är en ny metod behöver den kontinuerligt utvärderas. SibeR är ett redskap för systematisk uppföljning och fortlöpande utveckling av internetbehandling, så att den bedrivs under säkra former och med hög kvalitet. SibeRs kvalitetsmått gäller tillgänglighet, diagnostisk bedömning, behandlingseffekt och fullföljande.

Registerdata ska främst ge återkoppling till den lokala enheten som bedriver internetbehandling och på så sätt ge underlag till förbättringsarbete. På sikt ska registerdata även utgöra en grund för nationella öppna jämförelser mellan olika enheter och olika landsting. Genom att vårdprocesser och behandlingsprogram beskrivs på ett noggrant och standardiserat sätt finns förutsättningar för att resultaten från öppna jämförelser kan analyseras och leda till förbättringar. Detta kan göra tillgången till internetbehandling mer likvärdig och utveckla behandlingsprogrammen.

Detta registreras i SibeR

Patienternas personnummer registreras liksom diagnos, behandling och hur aktiva de varit i denna. De skattar sina besvär före och efter behandlingen med sjukdomsspecifika skattningsinstrument och med ett instrument för hälsorelaterade svårigheter. Internetbehandlingar pågår vanligen cirka tre månader. För att följa effekten på något längre sikt rekommenderas uppföljning cirka sex månader efter att behandlingen startade.

Skattningsinstrumenten som används är väl validerade, i originalspråk eller med godkända svenska översättningar och har visat god förmåga att mäta förändring.

Mer information om Siber: <https://siber.registercentrum.se>

Tabell 7: Använder ni Svenska internetbehandlingsregistret SibeR?

Region	Svar
Blekinge	Ja
Dalarna	Nej
Gotland	Nej
Gävleborg	Oklart
Halland	Nej
Jämtland Härjedalen	Nej
Jönköping	Nej
Kalmar	Nej
Kronoberg	Oklart
Norrbottn	Nej
Skåne	Nej
Stockholm	Vissa enheter
Sörmland	Nej
Uppsala	Ja
Värmland	Nej
Västerbotten	Nej
Västernorrland	Nej
Västmanland	Nej
Västra Götaland	Ja
Örebro län	Ja
Östergötland	Nej

Källa: SKR.

Beskrivning av program och Min vårdplan cancer

Behandlingsprogram

Nedan följer en beskrivning av de program som omfattar behandlingsprogram som vilka regionerna använder sig av. Respektive region alt privat leverantör har angett namn och beskrivningen.

Tabell 8: Beskrivning av behandlingsprogram.

Program	Beskrivning
Alkoholprogrammet eStöd Cannabisprogrammet eStöd Spelbehandling via nätet – eStöd	Behandlingsprogram som bygger på KBT. Syftet med programmen är att hjälpa patienter att förändra sina alkohol- cannabis- eller spelvanor. Utvecklat av Beroendecentrum (e-Stöd) och Karolinska institutet Region Stockholm i
Depressionshjälpen Oroshjälpen Stresshjälpen Sovhjälpen Ångesthjälpen Ångesthjälpen Ung (13-19 år)	Fem olika behandlingsprogram för vuxna med ångest, depression, oro, stress, sömnproblem och oro/generaliserad ångest, samt tonåringar med ångest. Alla behandlingsprogram bygger på Kognitiv Beteendeterapi (KBT), Samt ett programmet Ångesthjälpen Ung för ungdomar 13-18 år Regionerna använder sig av följande program. Fler program finns hos psykologpartners www.psykologpartners.se Utvecklat av Psykologpartners .
Depression och nedstämdhet Oro och ångest Bättre självkänsla Stresshantering Sömnproblem Hantera smärta Ångest för unga	Sex olika behandlingsprogram för vuxna med panikångest, social fobi och generaliserad ångest, nedstämdhet och depression, stress, sömnproblem och smärta. Bygger på kognitiv beteendeterapi (KBT). Samt programmet Ångest för unga vilket en del regioner benämner som Demonkampen. Vilka regionerna använder sig av. Fler program finns hos Livanda www.livanda.se Utvecklat av Livanda .
Depression	Internetbehandling för depression: Behandling med kognitiv beteendeterapi (KBT). Utvecklat av Region Örebro

Depression	Behandling av egentlig depression. Utvecklat av Region Skåne
Depressionsbehandling	Depressionsbehandling: Egenutvecklad KBT-behandling för depression för vuxna. 11 moduler med fokus på beteendeaktivering och kognitiv omstrukturering. Utvecklat av Region Uppsala
Internetbehandling för spelberoende	Behandlingsprogram för spelberoende Utvecklat av Västra Götalands regionen
Kognitiv beteendeterapi för stress- och utmattningsproblematik	Behandlingsprogram riktar sig till olika typer av stressrelaterad ohälsa, allt från upplevelsen av förhöjd stress i vardagen till mer kronisk stress och utmattningssyndrom. Utvecklat Gustavsberg vårdcentral i samarbete av Karolinska institutet Region Stockholm
Livsbalansen- stress och återhämtning	Livsbalansen – stress och återhämtning Behandlingsprogrammet är utformat för behandling av stressrelaterade besvär som exempelvis anpassningsstörning och utmattningssyndrom. Livsbalansen består av 8 grundavsnitt och behandlingstiden är 8-10 veckor. Patienten får utforska sitt livsutrymme, arbeta med lugna och aktiva återhämtningsstrategier samt träna på att ändra sina stressbeteenden. Programmet innehåller även tillämpad avslappning. Utvecklat Region Östergötland (Linköpingsuniversitet)
Sömnbehandling	Egenutvecklad KBT-behandling för insomni för vuxna. Utvecklat av Region Uppsala
Sömnbehandling för unga	Sömnbehandling för unga: Egenutvecklad KBT-behandling för insomni för ungdomar Utvecklat av Region Uppsala
Tobakshjälpen	Ett behandlingsprogram för patienten att sluta använda tobak. Utvecklat av Region Jönköping

Källa: SKR.

Stödprogram

Nedan följer en beskrivning av de program som omfattar stödprogram som regionerna använder sig av. När det står att en region har utvecklat programmet betyder det i detta fall att det är de som har lagt upp programmet på Stöd och behandling. Det kan vara flera organisationer och personer som på olika sätt har utarbetat grundmaterialet från början. I de allra flesta fallen har den enskilda regionen utvecklat programmet.

Tabell 9: Beskrivning av stödprogram.

Program	Beskrivning
Aktivitetslogg	Patienten fyller i aktivitetslogg under tre dagar, känslor, symtom och aktivitet. Utvecklat av Region Kalmar.
Aktivitetsdagbok smärta/oro	Aktivitetsdagbok smärta/oro - Patienten fyller i aktivitetslogg där hen får beskriva aktivitet och upplevd oro fyra gånger per dag. Utvecklat av Region Kalmar.
”Ast – vad är det?”	Stöd/utbildning för vuxna patienter med autismspektrumtillstånd och normal begåvning. En psykoedukativ kurs som går igenom olika aspekter av diagnosen autismspektrum. Det är ingen behandling utan en väl beprövad informationsbaserad kurs. Används av autismgruppen inom vuxenhabiliteringen. Utvecklat av: Region Örebro.
Astmakollen	Används av astma-kol sköterskor för att stödja behandling och självskattning av astma, inför och mellan årskontroll. Utvecklat av Region Dalarna.
Artrosskolan	För patienter med artros, innehåller övningar för höft, knä och hand. Utvecklat av Region Kalmar.
BES Core- skattningar	Stöd för behandlingsuppföljning för ett 10-veckors färdighetsträningsprogram baserat på DBT med frågeformuläret CORE-OM. Utvecklat av Västra Götalandsregionen.
CI-terapi för små barn, del 1 och 2	Constraint Induced Movement Therapy (CI-terapi) är en intensiv träningsmetod för barn med risk för CP-hemiplegi. Metoden är utvecklad för barn från 3 månaders ålder till cirka 18 månader. Programmet innehåller info och handledning för lekträning för föräldrar. Utvecklat av Habilitering & Hälsa (Motorik- och träningscenter) Region Stockholm.

Diagnosprogram för vuxna med autism	Med autism utan intellektuell funktionsnedsättning. De får information om sin diagnos och lär sig att förstå sin funktionsnedsättning. Samt får tips och råd för att underlätta sin vardag. De kan lyssna eller läsa Utvecklat av: okänt.
eChange eCRAFT	<ul style="list-style-type: none"> eChange stödprogram med syfte att förändra alkoholvanor bland patienter i psykiatri som får behandling för ADHD. eCraft stödprogram för närstående vuxna till personer med alkoholproblem. CRAFT är en förkortning för Community Reinforcement Approach and Family Training och bygger på en beprövad metod som går ut på att öka livskvaliteten för anhörig och att få personen med alkoholproblem att söka hjälp. Utvecklat av Beroendecentrum i Stockholm (e-Stöd) och Karolinska Institutet Region Stockholm.
e-Hörsel	Stöd för personer med hörselnedsättning. Utvecklat av Västra Götalandsregionen.
Efter hjärtinfarkten Kranskärlsjukdom	Stödprogram. Används på hjärtmottagningarna på Södersjukhuset och Karolinska Universitetssjukhuset. Efter hjärtinfarkten erbjuds patienten efter genomgången hjärtinfarkt. Syftet med programmet är att ge pat samlad information om hjärtinfarkt ur olika perspektiv och vägleda pat i vad hen själv kan göra för att må bra och minska risken för att få en ny hjärtinfarkt, t ex genom att registrera och följa värden och aktiviteter. Kranskärlsjukdom bygger på efter hjärtinfarkten men riktar sig till alla som har diagnostiserad kranskärlsjukdom. Programmet är tänkt att informera och stödja pat till att göra fler hälsosamma val. utvecklat av specialister inom Swedeheart och Södersjukhuset Region Stockholm.
Endometriskola	Stödprogram för patienter med nydiagnostiserad endometrios. Utvecklat av Region Kalmar.
Epilepsimottagning	För dig som är gravid. Stöd för gravida kvinnor som behandlas med epilepsimedicin Utvecklat av Västra Götalandsregionen.
Epilepsimottagning SU	Information om epilepsibehandling till kvinnor i fertil ålder. Utvecklat av Västra Götalandsregionen.

Fysisk aktivitet på Recept FaR	Stödprogram som syftar till att patienter på ett strukturerat sätt kan öka sin fysiska aktivitet och motivation. Tänkt att användas i primärvård och primärvårdsrehab, ibland i samband med förskrivning av FaR. Utvecklat av Region Stockholm i samverkan med Yrkesföreningen för fysisk aktivitet samt Akademiskt Primärvårdscentrum.
Föräldrakurs på nätet	Ger stöd i föräldraskapet vid mild till måttlig familjeproblematik. Telefoncoaching av behandlare varje vecka. Utvecklat av Region Skåne.
Föräldraträning ASD+IF	Stödprogram för föräldrar med barn med autism eller intellektuell funktionsnedsättning. Programmet används parallellt med gruppträffar inom Habilitering &Hälsa Utvecklat av inom Habilitering &Hälsa (Resurscenter), Region Stockholm.
Gravid:12-veckorsstödet	Används av barnmorska för att stödja och screena blivande mödrar under första trimestern och inför inskrivningssamtal, inklusive partnerstöd.
Hemuppgiftsstöd	. Ett stöd för att göra hemuppgifter vid KBT. Utvecklat av Västra Götalandsregionen.
Hetsätning	Hetsätning ä ett stöd för patienter som köper en självhjälpsbok och arbetar med. Inlagt av Region Uppsala.
Hur mår du?	Behandlingsuppföljning vid samtal på ungdomsmottagningar. Uppföljningen består av formuläret CORE-10, även andra formulär finns tillgängliga. Utvecklat av Västra Götalandsregionen.
Hälsokontroll Psykiatri	Stödprogram för årlig hälsokontroll vid Psykiatri Affektiva Utvecklat av Västra Götalandsregionen.
Hälsoprofilen	Självhjälpsprogram för förbättrade levnadsvanor i samband med psykisk ohälsa. Används parallellt med psykologisk behandling. Utvecklat av Liljeholmens vårdcentral i samverkan med Karolinska Institutet, Sahlgrenska Akademin (SA) och Primärvården Göteborg, avdelningen för Allmänmedicin i Göteborg, Yrkesmedicin i Göteborg samt Psykologiska institutionen i Göteborg Region Västra Götaland och region Stockholm.

Hälsoenkät arm/axel/hand	Hälsoenkät arm/axel/hand (DASH) – Innehåller DASH hälsoenkät. Används av fysioterapeut. Utvecklat av Region Kalmar.
Inför Samtal	Används av profession vid screening för missbruk och psykisk ohälsa med automatisk beräkning inför besök och vid uppföljning av behandling under och efter avslutad behandling. Utvecklat av: okänt.
Inför Höft och knäplastik	Inför din höftoperation 1.0 är ett program som enligt utgivaren syftar till att förbereda vuxna för att genomgå en planerad operation med höftplastik genom att informera, instruera och vägleda dem i operationsprocedurerna. Utvecklat av Region Sörmland.
Insomni	Behandlingsprogram (KBT) mot insomni hos vuxna. Utvecklat av Internetpsykiatri Region Stockholm.
LEVA-metoden	LEVA-metoden by Bertz et al - effektiv för viktminskning steg för steg. Utvecklat av Västra Götalandsregionen.
MADRS	Montgomery-Åsberg Depression Rating Scale, MADRS, är ett självskattningsformulär för bedömning av depression. MADRS (PDF)
Milas	Behandlingsprogram för att förbättra livskvaliteten för vuxna med autism. Syftet är att öka möjligheter till socialt samspel, självförståelse och självacceptans. Utvecklat av Region Örebro.
Mina Skattningar Beroendeklinken	Uppföljning av psykiskt mående samt alkohol- och drogvanor. Utvecklat av Västra Götalandsregionen.
Mindfulness	För patienter med stressproblematik. Habiliteringen använder det till patienter med olika grader av tinnitus, hörselnedsättning och ljudkänslighet. Men det är skapat så att fler målgrupper kan använda det då ovanstående besvär inte omnämns i utbildningen. Finns film- och ljudfiler med övningar. Utvecklat av Region Skåne.
Matdagbok	Matdagbok med kost och symtomregistrering under tre dagar, samt registrering av fysisk aktivitet. Nyttjas främst inför besök hos dietist. Utvecklat av Region Kalmar.

Måendekollen	Vanliga frågeformulär som kan användas vid bedömning och/eller behandling av psykisk ohälsa. Utvecklat av Västra Götalandsregionen.
Måendekollen Ung	Måendekollen Ung har skapats för att underlätta insamling av uppgifter om ungas mående i samband med bedömning, behandling och uppföljning. Programmet är i första hand skapat för användas inför ett första besök och därefter vid efterföljande behandling på nätet Utvecklat av och ansvarig utgivare: Svenska internetbehandlingsregistret (SibeR).
Neo Föräldrastöd	Stöd till föräldrar till för tidigt födda barn. Utvecklat av Västra Götalandsregionen.
NÄRA – en internetbehandling för ätstörningar	NÄRA ett program vid ätstörningar) där programmet används. Behandlingen grundar sig på behandlingsmetoden <i>Enhanced Cognitive Therapy (CBT-E)</i> . Utvecklat av kliniker, forskare och patienter vid Stockholms centrum för ätstörningar Region Stockholm.
OCD-mottagningen Bedömning OCD-mottagningen Gruppbehandling OCD-mottagningen Individuell behandling	Bedömningsformulär inför nybesök riktade till patienter med tvångsproblematik. Stöd till patienter som får gruppbehandling vid OCD. Stöd till patienter som får individuell behandling vid OCD. Utvecklat av Västra Götalandsregionen.
Kostregistrering Dietist Bariatrisk Mottagning	Används av dietist på bariatrisk mottagning (överbiktshuset) för kostregistrering, levnadsvanor och avföringsmönster. Utvecklat av: okänt.
Kris- och traumamottagning – Kontinuerlig behandlingsuppföljning.	Kontinuerlig behandlingsuppföljning. Stödprogram för behandlingsuppföljning. Utvecklat av Västra Götalandsregionen.
Patient- och närståendebildning ADHD	Stödprogram för vuxna utvecklat av SLSO Psykiatri. Används på Neuropsykiatrisk mottagning Hagsätra. Syftet med utbildningen är att ge ny kunskap och visa på förklaringsmodeller om ADHD. Samt ge ökad förståelse och delaktighet i insatser som vården erbjuder. Den tar även upp olika möjliga strategier och förändringar i vardagen som kan bidra till att göra det lättare att hantera sin ADHD. Utvecklat av Psykiatri Region Stockholm.
Rehabilitering inför knäprotesoperation	Används av fysioterapeuter i specialistvård för att stödja patienten i rehabiliteringsprocessen inför och efter knäprotesoperation. Utvecklat av Region Dalarna.

Registrera allt mellan lust och ångest	Stöd för bedömning och behandlingsuppföljning för ungdomsmottagningar i Göteborg. Kärnan i programmet utgörs av formuläret BBQ som avser att mäta livskvalitet. Utvecklat av Västra Götalandsregionen.
Röstövningar	Stöd för personer med röstbesvär som går i behandling hos logoped. Utvecklat av Västra Götalandsregionen.
SCOPE	En webbkurs för unga som har en diagnos inom autismspektrumet och som vill få nya tankar och idéer om sig själv och sin omgivning. Utvecklat av habilitering & Hälsa Region Stockholm.
Sjukskrivningskollen	Ett stödprogram för sjukskrivna. Utvecklat av Region Kalmar.
Smärtrehabilitering	Målgrupp: Vuxna personer med långvarig (> 3mån) icke-malign smärta som utvecklat eller riskerar att utveckla ett tillstånd som innebär att smärtan till stor del styr personens livsföring. Som patient kan man ta del av filmer, bilder, texter, presentationsmaterial inför och under grupptillfällena för att öka delaktighet och trygghet. Utvecklat av Region Halland.
Social Fobi	Social fobi KBT-manual i bokform där avtal finns med regionen och bokförlag som har gjort det i digitalt format. Inlagt av Region Uppsala.
SOVA 6-12 år	Psykoedukativt sömnprogram vid problematisk sömn. Riktat sig till föräldrar. Utvecklat av Region Skåne.
Stressrehabilitering PBM Smärtrehabilitering PBM	Stödprogram som används parallellt med gruppträffar inom PBM:s enheter inom Utvecklat av Region Stockholm.
Stöd till viktnedgång	Stöd under utveckling med fokus på framförallt fysisk aktivitet och matvanor i syfte att uppnå viktnedgång vid övervikt/fetma. Tanken är att stödet ska komplettera övrig behandling. Utvecklat av Region Skåne.
Sömnstödet	Stödprogram vid sömnsvårigheter. Innehåller texter med fakta, information, och råd om sömn. Registrering av sömnvanor kan göras i en Sömn dagbok av kalenderformat. ISI (Insomnia Severity Index) för skattning av sömnsvårigheter finns i programmet.

	Sömnstödet lämpar sig i individuella vårdkontakter som stöd till egenvård, kartläggning inför annan behandling av sömn, och komplement till annan sömnbehandling. Utvecklat av: Region Norrbotten.
Sömnbehandlingen KBT	Sömnbehandlingen. KBT-sömnbehandling. Behandlingen är främst framtagen för psykiatri vid Sahlgrenska universitetssjukhuset. Utvecklat av Västra Götalandsregionen.
Sömn och depression egenanmälan	Egenanmälan Sömn och depression: Öppna moment med information och enkäter för att anmäla sig till regionens KBT-behandlingar i primärvården. Utvecklat av Region Uppsala.
Sömnskola	Psykoedukation kring sömn för personer med beroendeproblematik. Uppföljning över tid med skattning av ISI. Utvecklat av Västra Götalandsregionen.
Träningsdagbok	Träningsdagbok – Dagbok som fylls i av patienter under rehabilitering. Används av fysioterapeuter för att kunna planera patientens träning på bästa sätt. Utvecklat av Region Kalmar.
Uppföljning familjeband.	Uppföljning av ett 10-veckorsprogram riktat till närstående/anhöriga till patienter med personlighetsstörningsdiagnos. Utvecklat av Västra Götalandsregionen.

Källa: SKR.

Min vårdplan

Min vårdplan syftar till att skapa delaktighet och trygghet för patient med cancer och deras närstående. Den ska göra vårdförloppet sammanhållet, överblickbart, tydliggöra vem som gör vad och vad patienten kan göra själv. Den ska individanpassas och utgå från patientens behov, tydliggöra mål och alltid tas fram tillsammans med patienten. Min vårdplan ska innehålla:

- Kontaktuppgifter till läkare, kontaktsjuksköterska och kurator samt till andra viktiga personer
- Tider för undersökningar och behandlingar
- Stöd, råd och beskrivningar av åtgärder under utredning, behandling, rehabilitering, uppföljning och livet efter behandling
- Information om sjukdomen
- Formulär för bedömning av behov som underlag för en rehabiliteringsplan
- Sammanfattning av vården, som beskriver vad patienten har varit med om
- Information om praktiska frågor och patientens rättigheter
- Min

2020 pågår ett arbete där Regionala Cancercentrum i samverkan tar fram nationella versioner av Min vårdplan som ska kunna användas av och överlämnas mellan samtliga cancervårdande verksamheter i Sverige. Först ut med planerad lansering under 2020 är följande diagnoser:

- Tumörer i centrala nervsystemet
- Bröstcancer
- Prostatacancer
- Peniscancer
- Huvud- och halscancer
- Urinblåsecancer
- Tjock- och ändtarmscancer
- Gynekologisk cancer

Regionala och lokala versioner av Min vårdplan kommer att finnas kvar tills vidare.

Bilaga 1

Frågor kring SoB till regionala kontaktpersoner 2020

1. Vilka verksamheter i er region erbjuder Stöd och behandling?
2. Vilka behandlingsprogram erbjuds?
3. Kommer ni erbjuda ytterligare behandlingsprogram under 2020, och i så fall vilka?
4. Vilka Stödprogram erbjuds?
5. Kommer ni erbjuda ytterligare stödprogram under 2020, och i så fall vilka?
6. Använder ni Svenska internetbehandlingsregistret (SibeR)?
7. Hur drivs arbetet med SoB - förvaltning, projekt, blandform?

Användning av program i Stöd och behandling

Under januari och februari 2020 gjorde Sveriges Kommuner och Regioner (SKR) intervjuer med samtliga regioner kring användning av program i tjänsten Stöd och behandling (SoB). Uppgifterna inhämtades i huvudsak via telefonintervjuer med regionernas respektive kontaktperson för tjänsten SoB. Några regioners kontaktpersoner valde att i stället ge skriftliga svar.

Syftet med undersökningen var att kartlägga utvecklingen och omfattningen av arbetet med tjänsten SoB i de olika regionerna. Kartläggningen kan användas för att följa utvecklingen i regionerna över tid

Upplysningar om innehållet
Anna Östbom, anna.ostbom@skr.se

© Sveriges Kommuner och Regioner, 2020
ISBN/Beställningsnummer: 978-91-7585-823-4