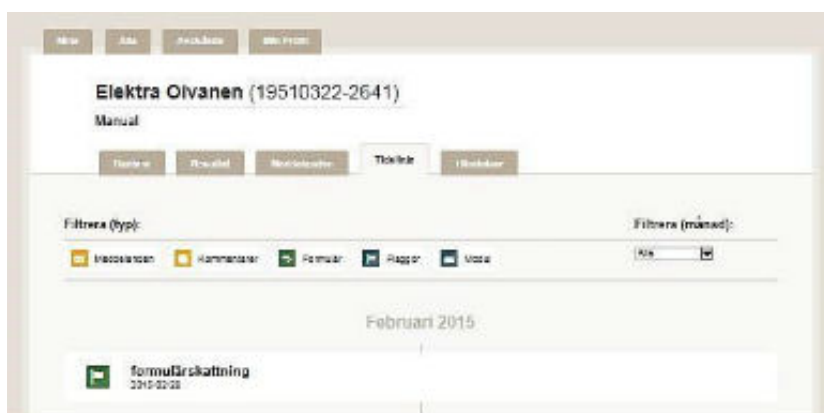




Internetbaserat stöd och behandling

Nummer 1 | Maj 2015

[› Tipsa en kollega](#) | [› Avsluta prenumeration](#) | [› Starta prenumeration](#)



Nu startar breddinförande av internetbehandling

Efter att flera landsting testat den nya behandlingsplattformen i ett antal piloter kan anslutningen till tjänsten nu gå igång.

I slutet av maj hålls de första två workshoparna för att påbörja införandet i landstingen. Införandestödet och utbildningen ges av 1177 Vårdguiden som förvaltar tjänsten. Anette Thalén är utvecklingschef för 1177 invånartjänster och ansvarar för anslutningen.

- Landstingen kan välja att gå ett kortare införandeprogram på fem-sex månader eller ett längre på åtta-nio månader. Vad de väljer beror på hur snabbt landstinget vill komma framåt. Sedan tar det lite ytterligare tid att få igång behandlingar eller utveckla egna stödprogram eller utbildningar.

Både stöd och hemarbete

Under införandeprogrammet får varje landsting stöd i att ta fram en införandeplan och sätta upp en förvaltningsorganisation.

- Deltagarna kommer att få olika moment att jobba med hemma, till exempel att utse personal och roller i sin organisation. Dessutom ska de lägga in det behandlingsprogram landstinget tänkt att använda, säger Anette Thalén.

Kravet för att kunna ansluta en mottagning till plattformen för stöd och behandling är att den är ansluten till HSA och använder SITHS-inloggning. Mottagningen ska även vara ansluten till Mina Vårdkontakter för en säker inloggning.

[› Mer om införande och anslutning hos Inera](#)

Anslutna landsting

Under året planerar tolv landsting och regioner att påbörja anslutningen till den nya behandlingsplattformen på internet. Under 2016 påbörjar ytterligare sex sitt arbete med att erbjuda sina invånare stöd och behandling via nätet.

Ansluter under 2015

- Jönköping
- Kalmar
- Skåne
- Stockholm
- Sörmland
- Uppsala
- Värmland
- Västerbotten
- Västernorrland
- Västra Götaland
- Örebro
- Östergötland

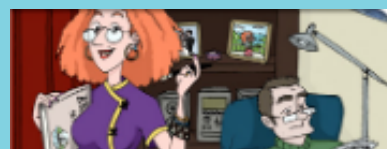
Ansluter under 2016

- Blekinge
- Dalarna
- Gotland
- Gävleborg
- Kronoberg
- Västmanland

Inte klart än

- Halland
- Norrbotten
- Jämtland Härjedalen

[› Kontaktpersoner i landstingen/regionerna](#)



Bra för att nå nya patienter

Koll på Asperger är ett av de



Programmen ska klara vårdens krav

Idag finns ett 30-tal behandlingsprogram på svenska som används i reguljär verksamhet. Och det finns både erfarenhet och forskning bakom programmen.

När landstingen nu börjar ansluta sig till plattformen öppnas möjligheterna till att kunna erbjuda invånarna fler behandlingsalternativ och stöd.

- Att få stöd och behandling via internet är något som ligger i tiden då allt mer sker via nätet, säger Anna Östbom vid Sveriges kommuner och landsting, som initierat och drivit på arbetet.

Konferens om behandlingsprogram

Nyligen samlades över 100 landstingsrepresentanter i Stockholm för att få ta del av några av de program som används idag. De flesta av dessa utgår från metoder som KBT eller mindfulness och används för att behandla patienter med depressioner, sömnsvårigheter eller ångest. Men också stress, smärta och tinnitus går bra att behandla över internet.

- Konferensen gav en möjlighet att visa på att det finns många program redan idag och de som har programmen kunde berätta om dessa och visa hur de fungerar för både behandlaren och patienten, säger Anna Östbom.

Kompetensgrupp granskar programmen

För att säkerställa att behandlingsprogrammen är evidensbaserade har en kompetensgrupp tillsatts med representanter från landstingen, NSK region (Nationell samordning för kunskap med representanter från alla sjukvårdsregioner). Kompetensgruppen ska bland annat granska att de program som används idag och de nya program som tas fram motsvarar hälso- och sjukvårdens krav.

> [Ladda ner beskrivning av behandlingsprogram \(pdf\)](#)



Plattform för nya behandlingsformer

behandlingsprogram som testats i pilotdrift och med riktiga patienter.

Kursen *Koll på Asperger* riktar sig till unga mellan 16-25 år med diagnosen Aspergers syndrom och har tagits fram av medarbetare vid Aspergercenter i Stockholms läns landsting. Enligt Gunilla Keith Bodros, enhetschef för Aspergercenter och enheten för internethabilitering, har piloterna gått bra.

- Patienterna är nöjda och har fått ökad kunskap. Vi tycker att det här är ett bra sätt att nå personer vi kanske inte annars når, som de med social fobi eller högfungerande personer som inte vill träffa andra med diagnosen.
- Och den nya plattformen är mer användarvänlig än den gamla vi hade. Den är lätt att använda och lägga in material.

För att förhindra svårigheter att logga in via Mina vårdkontakter la man till en förträff innan kursen där bland annat inloggningen gicks igenom. Andra saker de upptäckt behöver följas upp mer noggrant, menar Gunilla Keith Bodros.

- Vi har sett att det är sårbart. En del sitter ensamma hemma vid datorn och mejlar kanske när ingen finns på plats och kan svara. Och några kan må sämre av att få insikt om sin diagnos. Därför kommer vi att göra en uppföljning med en forskargrupp för att se hur patienterna påverkas på längre sikt.

Forskningsstudien görs av Karolinska Institutet och SLSO:s FOU-enhet och kommer att vara klar 2017. Samtidigt fortsätter Aspergercenter att ta fram stöd och behandlingar inom fler områden:

- Vi har massor med idéer. Vi vill ta fram flera kurser, till exempel en för föräldrar till barn med Asperger och en för föräldrar med egen diagnos.

Lena Lundgren, hälso- och sjukvårdsdirektör i Region Östergötland och varm förespråkare för nya behandlingsformer, har varit med och stött utvecklingen av den nya plattformen för stöd och behandling.

- Vi är bara i början av området. Jag ser en god användbarhet av internetbehandling i framtiden och den kommer att utvecklas inom fler vårdområden.

Idag finns KBT-behandlingar inom stress och ångest, och det finns fler områden inom KBT som passar utmärkt för internetbehandling säger Lena Lundgren, men hon ser också nya områden, som inte är KBT, som lämpar sig bra för internetbehandling.

- Den här formen av kontakt via internet passar exempelvis vid rehab och träning, råd, arbetsterapi och uppföljning inom flera områden. Även för sjukdomsförebyggande insatser inom olika levnadsvanor som rökning är plattformen bra för att ge stöd.

Ökad delaktighet

Enligt Lena Lundgren efterfrågar patienterna internetbehandling och ser nyttan med att få behandling på tider som passar dem själva.

- När vi följer upp vården idag så känner sig inte patienterna så delaktiga, det gäller även anhöriga. Det här är en bra form för att vara mer delaktig, till exempel i sin vårdplan.

Lena Lundgren ser två stora utvecklingsområden i hälso- och sjukvården framöver, ena internetbehandlingar och videomöten.

- Dessa två kommer att lösa mer än vad vi lyckats med tidigare, då det krävdes besök för allting. Kommunikationen med behandlarna kommer se olika ut framöver, det mesta kommer inte att ske via telefon eller fysiska besök längre, utan vi kommer att se mer moderna bild- och direktlösningar.

Krav och kvalitet viktigt

Ser du några risker med internetbehandling?

- Nej. Men det är viktigt med kraven. Forskning och utformning är viktig så att både vi och patienterna kan känna oss trygga med behandlingsmetoderna.

- Patienterna brukar vilja ha nya lösningar snabbare än vad vi kan ge, men personalen måste få utbildning så att de känner sig trygga. Vi ska vara kvalitetsgarant, därför är det viktigt med kvalitetssystem för hur vi inför nya metoder.

> [Se filmen om internetbaserat stöd och behandling](#)

Vi vill också ta fram stöd som kan användas i behandlingar, som egenvård och hemuppgifter på nätet, säger Gunilla Keith Bodros.

> [Mer om internetbaserat stöd och behandling hos SKL](#)

Sveriges Kommuner och Landsting

118 82 Stockholm

Besöksadress: Hornsgatan 20

Ansvarig utgivare: [Anna Östbom](#)

> [Besök SKL.se](#)

> [Prenumerera på fler nyhetsbrev från SKL](#)