

Kontaktperson*	Njördur Viborg
Kontaktuppgift (e-post) *	njordur.viborg@skane.se
Kontaktuppgift (telefon)	
Förvaltare/Utgivare*	Region Skåne (Produktionskontoret) samt Förvaltning psykiatri, habilitering och hjälpmedel
Informationsdatum* (ÅÅÅÅ-MM-DD)	2022-10-28
<i>Informationsdatum är det datum då formuläret fylldes i</i>	

* = Obligatorisk fråga

För att skapa transparens kring programmen som används i SibeR så beskriver utgivaren sina behandlingsprogram enligt denna checklista som har harmoniserats med värderingsmall för internetbaserade behandlingsprogram utformat av Nationell kompetensgrupp för Internetbaserade program/Nationell Samverkan för Kunskapsstyrning (NSK) vid SKL hösten 2016. Programbeskrivningarna kommer läggas upp på <https://siber.registercentrum.se> i pdf-format under rubrik Behandlingsprogram.

Vid frågor, kontakta koordinatör för SibeR, se siber.registercentrum.se

Instruktion: För att markera en kryssruta i word-dokument-version, ställ markören före rutan och slå mellanslag. För övrigt besvaras check-listan med fritext i avsedda tabellområden.

1.1 ALLMÄNT

Behandlingsprogrammets namn:

Med behandlingsprogram avses en beskrivning av målgrupp för och ursprung till programmet, dess format och innehåll. Lämplig akronym för koden erhålls av central koordinatör för SibeR.

Ett exempel: Depressionsbehandling Region Uppsala, KOD: DEPUPS

Ta dig ur depression	KOD: DEPSKA
----------------------	-------------

Aktuellt versionsnummer för Behandlingsprogrammet:

1.2	(1.0-10.0)
-----	------------

Versionsnummer för behandlingsprogram ändras med nytt versionsnummer vid mer genomgripande förändring av behandlingsprogram. Inför en större ändring kontaktas koordinatör i SibeR.

Källa, datum när behandlingsprogrammet skapades och av vem:

Programmet skapades år 2017	
Programmet är framtaget av psykologstudenter vid Lunds universitet under ledning av bl.a. Catharina Strid (psykolog/forskare) och Mattias Einarsson (psykolog). Dessa personer har idag inget uppdrag att förvalta programmet.	Personer, beskrivning

Datum när den aktuella versionen av behandlingsprogrammet skapades:

Programmet uppdaterades vad gäller formulär MADRS-S	2021-10-01
---	------------

Förvaltare/utgivare:

Region Skåne, Förvaltningsledningen för Psykiatri, habilitering och hjälpmedel tillsammans med Produktionskontoret i Region Skåne.	Ev kommentarer:
--	-----------------

1.2 MÅLGRUPP

Indikation (diagnos, problem):

Specificera:	Patienter med egentlig depression och nedstämdhet.
--------------	--

Syfte (en eller flerval):

- Behandling
- Återfallsprevention
- Prevention
- Utbildning

<input checked="" type="checkbox"/> Annat, specificera	Programmet kan potentiellt användas för att förebygga återfall i depression.
--	--

Ålder (en eller flerval):

- Mer än eller lika med 18 år

<input type="checkbox"/> Annan åldersgrupp, ange:	
---	--

Språk (enval):

- Svenska

<input type="checkbox"/> Annat språk än svenska, ange:	
--	--

Anpassning för funktionshinder (flerval):

- Synskadade
- Hörselskadade

<input type="checkbox"/> Annat, specificera:	Programmet är tillgänglighetsanpassat i enlighet med gängse regler.
--	---

Vilken hårdvara är behandlingsprogrammet i aktuell plattform optimerat för? (en eller flerval):

- Dator med internet
- Mobil
- Läsplatta

<input type="checkbox"/> Hög internetkapacitet, mer än:	Kommentar: Programmet fungerar bäst på vanlig dator.
---	--

1.3 KONTEXT

Vilken population är programmet ursprungligen utvecklat för (en eller flerval):

- Primärvård
- Psykiatri

<input checked="" type="checkbox"/> Somatisk vård	Ange område: Region Skånes smärtrehabilitering (patienter med långvarig smärta och samtidig depression) samt Region Skånes cancerrehabilitering (patienter med nuvarande eller tidigare cancerdiagnos och samtidig depression, reaktiv depression).
---	---

- Allmän befolkning

Annat

Specificera:

Krav på behandlarkompetens: Nej Ja, specificera:

Grundläggande psykioterapiutbildning i KBT samt legitimation inom hälso- och sjukvård.

Finns det rekommendationer om specifik vårdprocess (bedömningsrutin, behandlingskontext, uppföljningsrutiner) för att programmet ska fungera: Nej Ja, specificera:

Region Skånes alla verksamheter har särskilda interna rutiner för bedömning inför IKBT.

Teknisk plattform under utvecklingen av senaste version:

Stöd och behandling.

Tekniska plattformar som använts i drift för programmet:

Stöd och behandling.

Användningsområden hittills (flerval): Forskning Hälso- och sjukvård Annat, specificera:**Om programmet använts i vården, ange inom vilka verksamheter/enheter samt ungefärligt antal patienter och från när:**

Programmet har använts inom vuxenpsykiatri och primärvården i Region Skåne sedan november 2017. Totalt 670 behandlingar har startats med programmet per 28/10 2022.

1.4 INNEHÅLL

Sammanfattande beskrivning av teoretisk modell (förändringsfokus, verkamma komponenter):

Beskriv i fri text med maximalt 20 ord

Programmet baseras på traditionell KBT, d.v.s. beckiansk teori och inlärningsteori. Det finns tydliga inslag av beteendeaktivering samt inslag av både acceptans- och mindfulnessbaserade interventioner.

Finns det en publicerad förlaga i bok eller manual? Nej Ja, specificera:**Är programmet anpassat efter ett normkritiskt perspektiv – är text, bilder, språk eller annat utformat med hänsyn till variationer inom avsedd målgrupp?** Nej Ja, specificera:

Det som uttrycks i bild och text bedöms vara relativt neutralt vad gäller kön, etnicitet, mångfald och funktionsvariation.

Är självrapporterade standardiserade frågeformulär/skattningsskalor för att följa patientens behandlingsprocess inlagda i programmet? Nej Ja, specificera (med eventuell referens, ange om copyright):

MADRS-S, AUDIT, GAD-7, PHQ-9, WHODAS 2.0 (12 frågor) samt en utvärdering programmet.

Är andra formulär/uppföljningsmått inlagda i programmet? Nej Ja, specificera:

7 frågor, bl.a. om man som patient anser sig ha blivit hjälpt av programmet.

Totalt antal ord i fast text till patienten:

26 281

(heltal)

Totalt antal minuter video till patienten:

37 min

(heltal)

Förväntad behandlingstid i veckor:

(8-) 12 veckor

(0-20, heltal)

Totalt antal behandlingsavsnitt/moduler som en patient förväntas genomgå:*Avses antalet moduler som patienten ska göra under behandlingen för att ha fullföljt hela programmet*

10

(0-30, heltal)

Antal obligatoriska behandlingsavsnitt:*Med obligatoriska behandlingsavsnitt avses förbestämda moduler som patienten förväntas genomgå oavsett problembild.*

10

(0-30, heltal)

Antal valbara behandlingsavsnitt:*Med valbara behandlingsavsnitt avses moduler som man kan välja från för att anpassa behandlingen till patientens specifika problembild*

Alla avsnitt går att aktivera eller inaktivera

(0-30, heltal)

Ingår moduler som riktar sig till närstående/föräldrar: Ja, obligatoriskt Ja, valfritt Nej**Antal obligatoriska behandlingsavsnitt för närstående:***Med obligatoriska behandlingsavsnitt avses förbestämda moduler som närstående/förälder förväntas genomgå oavsett problembild.*

(0-30, heltal)

Kan ordningsföljden av modulerna anpassas efter patientens behov (enval): Ja, till stor del Ja, till viss del Nej, i liten utsträckning

Om ja, ange metod för anpassning:

- Patienten väljer
 Behandlaren väljer
 Fri ordning
 Algoritmstyrd

Beskriv kort innehållet i varje behandlingsavsnitt/modul (syfte, innehåll, övningar/arbetsblad, hemuppgifter) samt markera om modulen är förbestämd eller valbar:

Om programmet också innefattar ett parallellt program för föräldrar/närstående så beskriv dessa moduler efter modulerna som riktar sig till patienten

Modul 1 (exempeltext) Förbestämd Valbar

<i>Syfte</i>	Introduktion och översikt till hela behandlingsprogrammet
<i>Innehåll</i>	Introduktion till KBT och information om paniksyndrom. Vad är rädsla, ångest och panikattacker? Vad händer i kroppen? Vilka tankar och tolkningar har betydelse? Vilka beteenden?
<i>Övningar/Arbetsblad</i>	Rädslans fysiologi, Hyperventilationstest
<i>Hemuppgifter</i>	Läsa modulens alla avsnitt. Läsa bladet "Rädslans fysiologi". Genomföra övningen "Hyperventilationstest". Skicka in svaren på frågorna i slutet av modulen

Modul 1 Förbestämd Valbar

<i>Syfte</i>	Samma som nedan.
<i>Innehåll</i>	Generell info om hur arbetet går till i Stöd och behandling, vad depression är och om vad KBT är.
<i>Arbetsblad/övningar</i>	Samma som nedan.
<i>Hemuppgifter</i>	Quiz, frågor för att repetera innehåller i modulen. Orsakssamband/situationsanalys.

Modul 2 Förbestämd Valbar

<i>Syfte</i>	Samma som nedan.
<i>Innehåll</i>	Om hur man generellt kan arbeta med att bryta depressivitet genom att kartlägga beteenden och dess funktion, arbeta med värden, aktivitetsregistrering.
<i>Arbetsblad/övningar</i>	
<i>Hemuppgifter</i>	Quiz, funktionell analys, registrera och planera aktiviteter

Modul 3 Förbestämd Valbar

<i>Syfte</i>	Samma som nedan.
<i>Innehåll</i>	Mål och aktivitetsplanering.
<i>Arbetsblad/övningar</i>	Samma som nedan.
<i>Hemuppgifter</i>	Quiz, se över din aktivitetsregistrering, hitta undvikandebeteenden, behandlingsmål, delmål och nästa steg framåt, registrera och planera aktiviteter.

Modul 4 Förbestämd Valbar

<i>Syfte</i>	Samma som nedan.
<i>Innehåll</i>	Aktivitet och motion.

Arbetsblad/övningar	Samma som nedan.
Hemuppgifter	Quiz, registrera och planera aktiviteter, delmål och nästa steg framåt, behandlingsmål

Modul 5 Förbestämd Valbar

Syfte	Samma som nedan.
Innehåll	Om tankar, och om kognitiva interventioner.
Arbetsblad/övningar	Samma som nedan.
Hemuppgifter	Quiz, tankeregistrering, registrera och planera aktiviteter, delmål och nästa steg framåt, behandlingsmål

Modul 6 Förbestämd Valbar

Syfte	Samma som nedan.
Innehåll	Att tänka om tankar
Arbetsblad/övningar	Samma som nedan.
Hemuppgifter	Quiz, tankeregistrering, registrera och planera aktiviteter, delmål och nästa steg framåt, behandlingsmål.

Modul 7 Förbestämd Valbar

Syfte	Samma som nedan.
Innehåll	Beteendexperiment.
Arbetsblad/övningar	Samma som nedan.
Hemuppgifter	Quiz, att omformulera ofärdiga tankar, bevis för och emot, beteendexperiment, registrera och planera aktiviteter, delmål och nästa mål framåt, behandlingsmål.

Modul 8 Förbestämd Valbar

Syfte	Samma som nedan.
Innehåll	Problemlösning.
Arbetsblad/interaktiva övningar	Samma som nedan.
Hemuppgifter	Quiz, problemlösning, registrera och planera aktiviteter, delmål och nästa steg framåt, behandlingsmål.

Modul 9 Förbestämd Valbar

Syfte	Samma som nedan.
Innehåll	Om att hantera grubbel och oro.
Arbetsblad/interaktiva övningar	Samma som nedan.
Hemuppgifter	Quiz, hitta alternativ till grubbel, registrera och planera aktiviteter, delmål och nästa steg framåt, behandlingsmål.

Modul 10 Förbestämd Valbar

Syfte	Samma som nedan.
Innehåll	Vidmakthållande.
Arbetsblad/interaktiva övningar	Samma som nedan.
Hemuppgifter	Quiz, plan för vidmakthållande, registrera och planera aktiviteter, delmål och nästa steg framåt, behandlingsmål.

Modul 11 Förbestämd Valbar

Syfte	Extramodul
Innehåll	Denna extramodul innehåller info för behandlaren om skattningsskalor och är inte tänkt att aktiveras för patienten.
Arbetsblad/interaktiva övningar	
Hemuppgifter	

1.5 KOMMUNIKATIONSFORMER

Krav på teknisk plattform – via vilka typer av kommunikationssätt presenteras innehållet? (flerval)

- Text
- Animeringar
- Interaktiv grafik (t ex enklare spel)
- Bilder/figurer
- Ljud
- Video
- 3-D virtual reality
- Formulärhantering

Krav på obligatoriska moment för att patienten ska kunna fullfölja behandlingen? (flerval)

- Inga
- Arbetsblad
- Påminnelser

Annat, specificera:

Återkoppling/ stöd för att programmet ska fungera som avsett (enval):

- Utan återkoppling
- Standardiserad återkoppling (samma oavsett vad patienten svarar)
- Personligt anpassad återkoppling baserad på patientens svar (automatiserad)
- Individualiserat behandlarstöd

Vilka möjligheter till kommunikation med patienten finns för att programmet ska fungera optimalt? (enval eller flerval)

- Saknas
- Asynkron (epost, SMS, etc)
- Synkron (video, chatt, telefon)
- Kombinerad asynkron och synkron

Beskriv i fritext grundkrav på tvåvägskommunikation (frivilligt):

Rekommenderad frekvens av återkoppling:

Minst en gång per vecka.

Behandlare kan följa vad patienten gör och kommentera detta (individuellt gränssnitt)

- Ja
 Nej

2. UTVÄRDERING

Har det internetbaserade behandlingsprogrammet utvärderats vetenskapligt?

- Ja
 Utvärdering pågår, ännu inte publicerad
 Nej

<i>Om ja, typ av studie/er</i>	<i>Referenser</i>
RCT	
Långtidsuppföljning	
Observationsstudie	
Annan typ av kvantitativ studie	
Kvalitativ studie av patientupplevelser	
Kvalitativ studie behandlarupplevelser	
Hälsoekonomisk studie	
Rapporter	
Studentuppsatser	
Annan dokumentation med möjlig relevans	
Studier med närliggande program	