

Kontaktperson*	Sarah Vigerland
Kontaktuppgift (e-post)*	sarah.vigerland@sll.se
Kontaktuppgift (telefon)	08 514 522 10
Förvaltare/Utgivare*	Region Stockholm
Informationsdatum* (ÅÅÅÅ-MM-DD)	2021-06-22
<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 koordinator 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 koordinator för SibeR.

Ett exempel: Depressionsbehandling Region Uppsala, KOD: DEPUPS

BIP:s IBS-behandling för ungdomar	KOD: IBSBIP
-----------------------------------	-------------

Aktuellt versionsnummer för Behandlingsprogrammet:

3.0	(1.0-10.0)
-----	------------

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

Källa, datum när behandlingsprogrammet skapades och av vem:

2013	(ÅÅÅÅ)
Marianne Bonnert, anställd BUP, Region Stockholm; doktorand Karolinska Institutet	Personer, beskrivning

Datum när den aktuella versionen av behandlingsprogrammet skapades:

2015 för forskning, överförd till SOB 2021	(ÅÅÅÅ-MM)
--	-----------

Förvaltare/utgivare:

Region Stockholm	Ev kommentarer:
------------------	-----------------

1.2 MÅLGRUPP

Indikation (diagnos, problem):

Specificera:	Irritable bowel syndrome (IBS)
--------------	--------------------------------

Syfte (en eller flerval):

Behandling

Återfallsprevention

Prevention

Utbildning

<input type="checkbox"/> Annat, specificera	
---	--

Ålder (en eller flerval):

Mer än eller lika med 18 år

<input checked="" type="checkbox"/> Annan åldersgrupp, ange:	13-17 år
--	----------

Språk (enval):

Svenska

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

Anpassning för funktionshinder (flerval):

Synskadade

Hörselskadade

<input type="checkbox"/> Annat, specificera:	Innehållet i alla ljudfiler och filmer finns även att läsa.
--	---

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:
---	------------

1.3 KONTEXT

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

Primärvård

Psykiatri

<input type="checkbox"/> Somatisk vård	Ange område:
--	--------------

Allmän befolkning

<input type="checkbox"/> Annat	Specificera:
--------------------------------	--------------

Krav på behandlarkompetens:

Nej

Ja, specificera:

Grundläggande KBT-utbildning

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

Grundläggande barnpsykiatrisk bedömning innan behandling för att bedöma insatsens lämplighet samt uppföljningar direkt efter och tre månader efter avslutad behandling.

Teknisk plattform under utvecklingen av senaste version:

Stöd och behandling

Tekniska plattformar som använts i drift för programmet:

Forskningsplattformen BIP

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:**

Inom ramen för forskning:

BUP Klinisk forskningsenhet, Region Stockholm; Beteendemedicinsk smärtbehandling vid Enheten för Medicinsk Psykologi, Karolinska sjukhuset, Region Stockholm; Länsverksamhet geriatrik, neurologi och rehabilitering, Specialistvården Sundsvalls sjukhus, Region Västernorrland; Barn- och Ungdomscentrum vid Norrlands Universitetssjukhus, Umeå, Region Västerbotten. Antal patienter: ca 120.

1.4 INNEHÅLL

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

Beskriv i fri text med maximalt 20 ord

Programmet bygger på exponering för magsymtom och svåra situationer samt minskande av kontroll- och säkerhetsbeteenden.

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:

Texten är anpassat på så sätt att "hen" används istället för könsspecifika pronomen, texten utgår inte heller från att barnet har en mamma och en pappa.

Är självrapporterade standardiserade frågeformulär/skattningsskalor för att följa patientens behandlingsprocess inlagda i programmet?

 Nej

<input checked="" type="checkbox"/> Ja, specificera (med eventuell referens, ange om copyright):	<p>Magsymtom: PedsQL Gastro (Varni JW, Seid M, Kurtin PS. Health-Related Quality of Life in Pediatric Patients with Irritable Bowel Syndrome: A Comparative Analysis. J Dev Behav Pediatr. 2006;27(6):451-8.)</p> <p>Livskvalitet: KIDSCREEN-10 (Ravens-Sieberger U Gosch A, Rajmil L, Erhart M, Bruil J, Duer W et al. KIDSCREEN-52 quality-of-life measure for children and adolescents. Expert Rev Pharmacoecon Outcomes Res 2005;5:353-64.)</p> <p>Symtomspecifikt undvikandebeteende & symtomspecifik ångest: BRQ-C och VSI-C (Development and Validation of Child-adapted Versions of the Irritable Bowel Syndrome-Behavioral Responses Questionnaire and the Visceral Sensitivity Index, in manuscript)</p> <p>Föräldrabetende: Noel M, Palermo TM, Essner B, Zhou C, Levy RL, Langer SL, et al. A developmental analysis of the factorial validity of the parent-report version of the Adult Responses to Children's Symptoms in children versus adolescents with chronic pain or pain-related chronic illness. J Pain. 2015 Jan;16(1):31-41.</p>
--	---

Är andra formulär/uppföljningsmått inlagda i programmet?

 Nej

<input checked="" type="checkbox"/> Ja, specificera:	<p>Negativa effekter (NEQ) (enbart för föräldrar)</p> <p>Egen utvärdering av behandlingen (tex patientnöjdhet)</p>
--	--

Totalt antal ord i fast text till patienten:

Ungdomar/föräldrar ca 30 000/23 500	(heltal)
-------------------------------------	----------

Totalt antal minuter video till patienten:

9	(heltal)
---	----------

Förväntad behandlingstid i veckor:

10	(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

3 Bonusmoduler	(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/föräldrar förväntas genomgå oavsett problembild.

5	(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

Syfte	Introduktion och översikt till hela behandlingsprogrammet
Innehåll	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?
Övningar/Arbetsblad	Rädslans fysiologi, Hyperventilationstest
Hemuppgifter	Läsa modulens alla avsnitt. Läsa bladet "Rädslans fysiologi". Genomföra övningen "Hyperventilationstest". Skicka in svaren på frågorna i slutet av modulen

Modul 1 Förbestämd Valbar

Syfte	Introduktion och översikt till behandlingen
Innehåll	Psykoedukation kring IBS och KBT, film om behandlingsmodellen, målformulering
Arbetsblad/övningar	"Spana på dig själv"
Hemuppgifter	Spana på dig själv, hitta undvikanden/kontrollbeteenden i vardagen

Modul 2 Förbestämd Valbar

Syfte	Beteendens roll vid IBS
Innehåll	Kartläggning av undvikande och kontrollbeteenden (IBS-beteenden), funktionell analys, beteendexperiment
Arbetsblad/övningar	"Beteendexperiment"

Hemuppgifter	Beteendeeperiment
---------------------	-------------------

Modul 3 Förbestämd Valbar

Syfte	Introducera hjälpsamma toavanor
Innehåll	Toavanor vid IBS i syfte att minska tid och uppmärksamhet på toaletten.
Arbetsblad/övningar	"Skjut upp toabesök", "Gå på toa på bestämda tider"
Hemuppgifter	Nya toavanor

Modul 4 Förbestämd Valbar

Syfte	Planera för exponeringsstart nästa modul
Innehåll	Bygga steg (hierarki) koppla funktionella analyser till övningar på stegen
Arbetsblad/övningar	"Steg för exponering", "ABC-analys"
Hemuppgifter	Toavanor, göra klart exponeringssteg

Modul 5 Förbestämd Valbar

Syfte	Planera in exponeringsövningar
Innehåll	Exempel på exponeringsövningar, planering av vilka övningar som ska genomföras under den kommande veckan
Arbetsblad/övningar	"Exponeringsstegen", "Min exponering", "Mina beteendemål"
Hemuppgifter	Exponeringsövningar och toavanor

Modul 6 Förbestämd Valbar

Syfte	Fortsätta med exponeringar
Innehåll	Fortsätta med exponeringar och belöna sig själv, hitta rätt svårighetsgrad på exponeringarna
Arbetsblad/övningar	"Exponeringsstegen", "Min exponering", "Mina beteendemål"
Hemuppgifter	Exponeringsövningar och toavanor

Modul 7 Förbestämd Valbar

Syfte	Öka exponeringarnas svårighetsgrad
Innehåll	Utmana sig själv och planera för svårare exponeringsövningar.
Arbetsblad/övningar	"Exponeringsstegen", "Min exponering", "Mina beteendemål"
Hemuppgifter	Exponeringsövningar och toavanor

Modul 8 Förbestämd Valbar

Syfte	Fortsätta att öka svårighetsgraden på exponeringsövningarna
Innehåll	Planera in en dag med mycket symtom,
Arbetsblad/interaktiva övningar	"Planera hur du kan öka symtom", "Min exponering", "Mina beteendemål"
Hemuppgifter	Planera hur du kan öka symtom, exponeringsövningar

Modul 9 Förbestämd Valbar

Syfte	Planering av de sista exponeringsövningarna
--------------	---

Innehåll	Passa på att överdriva exponeringarna
Arbetsblad/interaktiva övningar	"Min exponering", "Mina beteendemål"
Hemuppgifter	Exponeringsövningar

Modul 10 Förbestämd Valbar

Syfte	Repetition, vidmakthållande, planera framåt
Innehåll	Stämma av IBS-beteenden, avstämning av vad ungdom lärt sig, plan för bakslag och vidmakthållande.
Arbetsblad/interaktiva övningar	"Detta har jag lärt mig", "Min plan"
Hemuppgifter	-

Bonusmodul 1 Förbestämd Valbar

Syfte	Öva labeling
Innehåll	Sätt ord på hur magen känns
Arbetsblad/interaktiva övningar	"Beskriv känslan"
Hemuppgifter	-

Bonusmodul 2 Förbestämd Valbar

Syfte	Fler exempel på exponeringar
Innehåll	Hjälp exempelungdomar att träna
Arbetsblad/interaktiva övningar	"Hjälp Felix att träna", "Vad ska Cyrus träna på?"
Hemuppgifter	-

Bonusmodul 3 Förbestämd Valbar

Syfte	Fler exempel på exponeringar
Innehåll	Exempel på exponeringsövningar
Arbetsblad/interaktiva övningar	"Har du fler tips?", "Vad behöver Cyrus tänka på?"
Hemuppgifter	-

Föräldrars moduler

Modul 1 Förbestämd Valbar

Syfte	Intro till behandlingen samt till föräldrarnas roll i behandlingen
Innehåll	Uppmärksamhetens roll, positiv tid tillsammans utan fokus på magen - Guldstunder
Arbetsblad/övningar	"Vanliga föräldrabeteenden", "Dina övningar"
Hemuppgifter	Planera in guldstunder

Modul 2 Förbestämd Valbar

Syfte	Hålla styrfart i behandlingen, informera om ungdomens del
Innehåll	Kort repetition av föregående del, sammanfattning av ungdomens del 2
Arbetsblad/interaktiva övningar	-
Hemuppgifter	Påminnelse om de som planerats föregående modul

Modul 3 Förbestämd Valbar

Syfte	Hur föräldern kan stötta sin ungdom
Innehåll	Bekräfta känslan, oro för symtom, fokus på "friskbeteenden",

Arbetsblad/interaktiva övningar	"Din tonårings beteenden för att kontrollera magen", "Vad gör du när ditt barn har symtom", "Dina övningar"
Hemuppgifter	Guldstunder, byta fokus för uppmärksamheten

Modul 4 Förbestämd Valbar

Syfte	Hålla styrfart i behandlingen, informera om ungdomens del
Innehåll	Kort repetition av föregående del, sammanfattning av ungdomens del 4
Arbetsblad/interaktiva övningar	-
Hemuppgifter	Påminnelse om de som planerats föregående modul

Modul 5 Förbestämd Valbar

Syfte	Hur kan föräldrar stötta och underlätta ungdomens exponeringar?
Innehåll	Uppmuntran vid exponering, prata om exponering, stöd för exponeringarna
Arbetsblad/interaktiva övningar	"Vad gjorde Carina för fel?", "Checklista för peppning", "Dina övningar"
Hemuppgifter	Guldstunder, hur kan du uppmuntra och stötta? Ev planera in belöning

Modul 6 Förbestämd Valbar

Syfte	Hålla styrfart i behandlingen, informera om ungdomens del
Innehåll	Kort repetition av föregående del, sammanfattning av ungdomens del 6
Arbetsblad/interaktiva övningar	-
Hemuppgifter	Påminnelse om de som planerats föregående modul

Modul 7 Förbestämd Valbar

Syfte	Introducera att ta hand om sig själv och om att lyssna på sitt barn
Innehåll	Lite om konsten att lyssna, ta hand om din egen frustration, ta hand om dig själv
Arbetsblad/interaktiva övningar	"Tips för att hantera egen frustration", Ta hand om dig själv", "Dina övningar"
Hemuppgifter	Guldstunder, Må-bra aktivitet, Lyssna på tonåring, Minska frustration

Modul 8 Förbestämd Valbar

Syfte	Hålla styrfart i behandlingen, informera om ungdomens del
Innehåll	Kort repetition av föregående del, sammanfattning av ungdomens del 8
Arbetsblad/interaktiva övningar	-
Hemuppgifter	Påminnelse om de som planerats föregående modul

Modul 9 Förbestämd Valbar

Syfte	Summering. Vidmakthållande och plan framåt
Innehåll	Vanliga föräldrabetenden igen, plan för bakslag
Arbetsblad/interaktiva övningar	"Har något förändrats?", "Min plan", "Berätta vad du tycker"
Hemuppgifter	-

Modul 10 Förbestämd Valbar

Syfte	Hålla styrfart i behandlingen, informera om ungdomens del
Innehåll	Kort repetition av föregående del, sammanfattning av ungdomens del 10
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

<input checked="" type="checkbox"/> Annat, specificera:	Föräldramedverkan i form av inkluderat föräldraprogram (separat moment)
---	---

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):

Asynkron kontakt via behandlingsplattform är grundkrav. Telefon-/videokontakt vid behov.

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

Om ja, typ av studie/er	Referenser
RCT	Bonnert M, Olén O, Lalouni M, Benninga MA, Bottai M, Engelbrektsson J, et al. Internet-Delivered Cognitive Behavior Therapy for Adolescents With Irritable Bowel Syndrome: A Randomized Controlled Trial. <i>Am J Gastroenterol</i> 2017;112:152–62.
Långtidsuppföljning	Artikeln ovan innehåller en 6-månaders uppföljning
Observationsstudie	
Annan typ av kvantitativ studie	Bonnert M, Ljótsson B, Hedman E, Andersson J, Arnell H, Benninga M A, et al. Internet-delivered cognitive behavior therapy for adolescents with functional gastrointestinal disorders — An open trial. <i>Internet Interventions</i> , 2014;1:141-48. Bonnert M, Olén O, Bjureberg J, Lalouni M, Hedman-Lagerlöf E, Serlachius E, et al. The role of avoidance behavior in the treatment of adolescents with irritable bowel syndrome: A mediation analysis. <i>Behav Res Ther</i> 2018;105:27–35.
Kvalitativ studie patientupplevelser	
Kvalitativ studie behandlarupplevelser	
Hälsoekonomisk studie	Sampaio F, Bonnert M, Olén O, Hedman E, Lalouni M, Lenhard F, et al. Cost-effectiveness of internet-delivered cognitive-behavioural therapy for adolescents with irritable bowel syndrome <i>BMJ Open</i> 2019;9:e023881. doi: 10.1136/bmjopen-2018-023881
Rapporter	
Studentuppsatser	
Annan dokumentation med möjlig relevans	
Studier med närliggande program	Bonnert M, Olén O, Lalouni M, Hedman-Lagerlöf E, Särholm J, Serlachius E, et al. Internet-delivered Exposure-based Cognitive Behavior Therapy for Adolescents with Functional Abdominal Pain or Functional Dyspepsia: A Feasibility Study. <i>Behav Ther</i> 2019;50:177-188. Lalouni M, Ljótsson B, Bonnert M, Sregonja R, Benninga M, Bjureberg J, et al. Clinical and Cost Effectiveness of Online Cognitive Behavioral Therapy in Children with Functional Abdominal Pain Disorders. <i>Clin Gastroenterol Hepatol</i>

2019;17:2236-2244.e11

Lalouni M, Hesser H, Bonnert M, Hedman-Lagerlöf E, Serlachius E & Ljótsson B. Breaking the Vicious Circle of Fear and Avoidance in Children with Abdominal Pain: A Mediation Analysis. *J Psychosom Res.* In Press, online 4 November 2020.

Lalouni M, Ljótsson B, Bonnert M, Hedman-Lagerlof E, Högström J, Serlachius E, et al. Internet-Delivered Cognitive Behavioral Therapy for Children With Pain-Related Functional Gastrointestinal Disorders: Feasibility Study. *JMIR Ment Health* 2017;4:e32.

Lalouni M, Olén O, Bonnert M, Hedman E, Serlachius E, Ljótsson B. Exposure-Based Cognitive Behavior Therapy for Children with Abdominal Pain: A Pilot Trial. *PLoS ONE* 2016;11:e0164647.