

Kontaktperson*	Lina Ciardella
Kontaktuppgift (e-post) *	lina.ciardella@regionuppsala.se
Kontaktuppgift (telefon)	0730-67 28 84
Förvaltare/Utgivare*	Region Uppsala, Nära vård digitalt, KBT via nätet
Informationsdatum* (ÅÅÅÅ-MM-DD)	231012
<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

Tvångssyndrombehandling, Region Uppsala, Nära vård digitalt

KOD: OCDUPS

Aktuellt versionsnummer för Behandlingsprogrammet:

2.0

(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:

2010	(ÅÅÅÅ)
Modulinnehållet är skapat av psykolog Erik Andersson i en forskningsplattform. Materialet har därefter ändrats/uppdaterats av KBT via nätet på Region Uppsala under 2023, och har överförts, bildsatts och publicerats på den nationella plattformen SoB.	Personer, beskrivning

Datum när den aktuella versionen av behandlingsprogrammet skapades:

2023-09

(ÅÅÅÅ-MM)

Förvaltare/utgivare:

Region Uppsala

Ev kommentarer:

1.2 MÅLGRUPP

Indikation (diagnos, problem):

Specificera:	Tvångssyndrom
--------------	---------------

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 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:	
--	--

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:

Leg psykolog, PTP-psykolog eller psykologstudent/psykologassistent med KBT-inriktning under handledning.

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

Bedömningsamtal, lämplighet IKBT, upprepade mätningar och behandlarstöd

Teknisk plattform under utvecklingen av senaste version:

Stöd och behandling (SoB)

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:**

Internetpsykiatri/OCD-programmet Psykiatri Sydväst, Stockholm har egen version av programmet i SOB sedan 2021, som dock ej är samma version som i Region Uppsala.

1.4 INNEHÅLL

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

Beskriv i fri text med maximalt 20 ord

Kognitiv beteendeterapi med fokus på exponering med responsprevention

Finns det en publicerad förlaga i bok eller manual? Nej Ja, specificera:

Manual från psykolog Erik Andersson.

Är programmet anpassat efter ett normkritiskt perspektiv – är text, bilder, språk eller annat utformat med hänsyn till variationer inom avsedd målgrupp? Nej Ja, specificera:

Varierande kön, ålder och etnicitet i bildmaterial.

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

Nej Ja, specificera (med eventuell referens, ange om copyright):

OCI-R i varje modul:

Foa, E. B., Huppert, J. D., Leiber, S., Langner, R., Kichic, R., Hajcak, G., & Salkovskis, P. M. (2002). The Obsessive-Compulsive Inventory: development and validation of a short version. *Psychological assessment*, 14(4), 485.

MADRS-S varje modul, WHODAS och BBQ vid för- och eftermätning

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

Ett eget konstruerat frågebatteri för utvärdering av behandlingen som aktiveras behandlingsvecka 6 (mittutvärdering) och i den sista modulen.

Totalt antal ord i fast text till patienten:

Antal ord i behandlingen inkl valbara patientexempel i pdf: 44 274.

(heltal)

Antal ord i fast text till patienten: 30 894

Totalt antal minuter video till patienten:

0

(heltal)

Förväntad behandlingstid i veckor:

12

(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*

0

(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	(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 till behandlingsprogrammet
Innehåll	Information om behandlingsupplägg, målsättning med behandlingen, information om KBT, psykoedukation om tvångssyndrom med tillhörande patientexempel.
Arbetsblad/övningar	Tvångsdagboken, Frågor modul 1
Hemuppgifter	Fylla i tvångsdagboken dagligen, skicka in svar på frågor om modulinnehållet

Modul 2 Förbestämd Valbar

Syfte	Förstå KBT-modellen för tvångssyndrom
Innehåll	Information om uppkomst och vidmakthållande av tvång, genomgång av tvångscirkeln
Arbetsblad/övningar	Tvångsdagboken, Min tvångscirkel, Frågor modul 2
Hemuppgifter	Fylla i tvångsdagboken dagligen, skicka in svar på frågor om modulinnehållet, fylla i "Min tvångscirkel"

Modul 3 Förbestämd Valbar

Syfte	Att förstå betydelsen av tolkningar
Innehåll	Information om tankar, tolkningar och tolkningsfällor
Arbetsblad/övningar	Tvångsdagboken, Registrera dina tvångstankar, Frågor modul 3
Hemuppgifter	Fylla i tvångsdagboken, registrera tvångstankar och identifiera tolkningsfällor, skicka in svar på frågor om modulinnehållet

Modul 4 Förbestämd Valbar

Syfte	Introduktion till och förberedelse för exponering med responsprevention (ERP)
Innehåll	Information om ERP, skapa personlig behandlingsplan (formulera behandlingsmål och upprätta exponeringshierarki)
Arbetsblad/övningar	Behandlingsmål, Min exponeringshierarki, Frågor modul 4
Hemuppgifter	Fyll i arbetsblad om mål för behandlingen, konstruera egen exponeringshierarki, svara på frågor om modulinnehållet

Modul 5 Förbestämd Valbar

Syfte	Fördjupad information om ERP
Innehåll	Genomgång av principer för lyckad ERP
Arbetsblad/övningar	Mitt övningsschema, Frågor modul 5
Hemuppgifter	Konstruera övningsschema för veckan utifrån exponeringshierarkin, genomföra ERP dagligen och registrera hur det har gått i övningsschemat, svara på frågor om modulinnehållet

Modul 6 Förbestämd Valbar

Syfte	Information om tankeexponering/imaginär exponering
Innehåll	Instruktioner för hur imaginär exponering genomförs
Arbetsblad/övningar	Mitt övningsschema, Exponering för tankar, Frågor modul 6
Hemuppgifter	Fylla i arbetsbladet mitt övningsschema och utföra ERP, välj ut en katastroftanke och genomför imaginär exponering, svara på frågor om modulinnehållet

Modul 7 Förbestämd Valbar

Syfte	Presentera återexponering som ytterligare en ERP-strategi
Innehåll	Information om strategin med "smutstrasan och hur den kan anpassas utifrån olika typer av tvång.
Arbetsblad/övningar	Mitt övningsschema, Frågor modul 7
Hemuppgifter	Fylla i arbetsbladet "mitt övningsschema" för veckan, genomföra ERP och registrera hur det har gått, svara på frågor om modulinnehållet

Modul 8 Förbestämd Valbar

Syfte	Adressera vanliga svårigheter och problem som kan uppkomma vid ERP.
Innehåll	Problemlösning kring motivationsfällor, tips och problemlösning kring vanliga svårigheter som kan uppstå under arbetet med ERP

Arbetsblad/interaktiva övningar	Mitt övningsschema, Frågor modul 8
Hemuppgifter	Fylla i arbetsbladet "mitt övningsschema" för veckan, genomföra ERP och registrera hur det har gått, svara på frågor om modulinnehållet

Modul 9 Förbestämd Valbar

Syfte	Att definiera sin värderade riktning
Innehåll	Introduktion till värderad riktning, att definiera sin värderade riktning, att omsätta sin värderade riktning till mål i vardagen.
Arbetsblad/interaktiva övningar	Mitt övningsschema, Begravningsövning, Värderad riktning, Frågor modul 9
Hemuppgifter	Fylla i arbetsbladet "mitt övningsschema" för veckan, genomföra ERP och registrera hur det har gått, göra begravningsövningen i syfte att identifiera vad som är viktigt i livet, fyll i formuläret "värderad riktning" där värderad riktning ska beskrivas, omsättas till mål och planera en sak att göra varje dag som är förenligt med ens värderade riktning, svara på frågor om modulinnehållet.

Modul 10 Förbestämd Valbar

Syfte	Förbereda behandlingsavslut och upprätta vidmakthållandeplan
Innehåll	Information om bakslag och återfall,
Arbetsblad/interaktiva övningar	Mitt övningsschema, Vidmakthållandeplan, Avslutning
Hemuppgifter	Fylla i arbetsbladet "mitt övningsschema" för veckan, genomföra ERP och registrera hur det har gått, upprätta en egen vidmakthållandeplan, sammanfatta hur det har gått att genomföra ERP.

Osv. om fler än 10 moduler

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):

Vi rekommenderar att patienten kontaktas proaktivt av behandlaren varannan eller var tredje dag, men det är inget krav

Rekommenderad frekvens av återkoppling:

Inom 24 timmar på arbetsdagar

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 Kommentar: Programmet i föreliggande version och layout och i den aktuella kontexten (Region Uppsala, primärvård, KBT via nätet, SoB) har ej utvärderats vetenskapligt, men det finns flera studier på det ursprungliga behandlingsmaterialet, vilka hänvisas till nedan.

Om ja, typ av studie/er	Referenser
RCT	Andersson, Erik, Enander, J., André, P., Hedman, E., Ljótsson, B., Hursti, T., Bergström, J., Kaldo, V., Lindefors, N., Andersson, G., & Rück, C. (2012). Internet-based cognitive behaviour therapy for obsessive-compulsive disorder: A randomized controlled trial. <i>Psychological Medicine</i> , 42(10), 2193–2203. https://doi.org/10.1017/S0033291712000244

	<p>Andersson, Erik, Hedman, E., Enander, J., Radu Djurfeldt, D., Ljótsson, B., Cervenka, S., Isung, J., Svanborg, C., Mataix-Cols, D., Kaldo, V., Andersson, G., Lindefors, N., & Rück, C. (2015). D-Cycloserine vs Placebo as Adjunct to Cognitive Behavioral Therapy for ObsessiveCompulsive Disorder and Interaction With Antidepressants: A Randomized Clinical Trial. <i>JAMA Psychiatry</i>, 72(7), 659. https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2015.0546</p> <p>Lundström, L., Flygare, O., Andersson, E., Enander, J., Bottai, M., Ivanov, V. Z., ... & Rück, C. (2022). Effect of internet-based vs face-to-face cognitive behavioral therapy for adults with obsessive-compulsive disorder: a randomized clinical trial. <i>JAMA Network Open</i>, 5(3), e221967-e221967.</p>
Långtidsuppföljning	<p>Andersson, E., Steneby, S., Karlsson, K., Ljótsson, B., Hedman, E., Enander, J., Kaldo, V., Andersson, G., Lindefors, N., & Rück, C. (2014). Long-term efficacy of Internet-based cognitive behavior therapy for obsessive–compulsive disorder with or without booster: A randomized controlled trial. <i>Psychological Medicine</i>, 44(13), 2877–2887. https://doi.org/10.1017/S0033291714000543</p>
Observationsstudie	
Annan typ av kvantitativ studie	<p>Andersson, Erik, Ljótsson, B., Hedman, E., Enander, J., Kaldo, V., Andersson, G., Lindefors, N., & Rück, C. (2015). Predictors and moderators of Internet-based cognitive behavior therapy for obsessive–compulsive disorder: Results from a randomized trial. <i>Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders</i>, 4, 1–7. https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2014.10.003</p> <p>Andersson, Erik, Ljótsson, B., Hedman, E., Kaldo, V., Paxling, B., Andersson, G., Lindefors, N., & Rück, C. (2011). Internet-based cognitive behavior therapy for obsessive compulsive disorder: A pilot study. <i>BMC Psychiatry</i>, 11(1). https://doi.org/10.1186/1471-244X-11-125</p> <p>Hamdeh, A. A., Bjureberg, J., Lenhard, F., Hedman-Lagerlöf, E., Flygare, O., Lundström, L., Ljótsson, B., Mataix-Cols, D., Rück, C., & Andersson, E. (2019). Sudden gains in internet-based cognitive behavior therapy for obsessive-compulsive disorder. <i>Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders</i>, 21, 75–81. https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2018.12.005</p>
Kvalitativ studie patientupplevelser	
Kvalitativ studie behandlarupplevelser	
Hälsoekonomisk studie	<p>Andersson, Erik, Ljótsson, B., Hedman, E., Mattson, S., Enander, J., Andersson, G., Kaldo, V., Lindefors, N., & Rück, C. (2015). Costeffectiveness of an internet-based booster program for patients</p>

	with obsessive–compulsive disorder: Results from a randomized controlled trial. <i>J. Obsessive Compuls. Relat. Disord.</i> , 4, 14–19. https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2014.10.002
Rapporter	
Studentuppsatser	
Annan dokumentation med möjlig relevans	
Studier med närliggande program	<p>Engelsk översättning: Patel, S. R., Wheaton, M. G., Andersson, E., Rück, C., Schmidt, A. B., La Lima, C., Galfavy, H., Pascucci, O., Myers, R. W., Dixon, L. B., & Simpson, H. B. (2017). Acceptability, Feasibility and Effectiveness of Internet Based Cognitive Behavioral Therapy for Obsessive Compulsive Disorder in New York. <i>Behav. Ther.</i>, 1–33. https://doi.org/10.1016/j.beth.2017.09.003</p> <p>Wheaton, M. G., Patel, S. R., Andersson, E., Rück, C., & Simpson, H. B. (2020). Predicting treatment outcomes from internet-based cognitive behavior therapy for obsessive–compulsive disorder. <i>Behavior Therapy</i>. https://doi.org/10.1016/j.beth.2020.02.003.</p>