

Kontaktperson*	Jeremy Wihdén
Kontaktuppgift (e-post) *	Jeremy.Wihden@regiondalarna.se
Kontaktuppgift (telefon)	0790 625 918
Förvaltare/Utgivare*	Region Dalarna
Informationsdatum* (ÅÅÅÅ-MM-DD)	2024-09-27
<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

KBT-program vid PTSD	KOD: PTSMIV
----------------------	-------------

Aktuellt versionsnummer för Behandlingsprogrammet:

1.0	(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:

2024	(ÅÅÅÅ)
Leg. psykologer Sabrina Engström, Martin Lidell, Elina Törnhage, Miriam Lindståhl och Jeremy Wihdén, inom ramen för anställning i Region Dalarna.	Personer, beskrivning

Datum när den aktuella versionen av behandlingsprogrammet skapades:

2024-09	(ÅÅÅÅ-MM)
---------	-----------

Förvaltare/utgivare:

Min Vård, Region Dalarna	Ev kommentarer:
--------------------------	-----------------

1.2 MÅLGRUPP

Indikation (diagnos, problem):

Specificera:	Patienter diagnostiserade med PTSD. Diagnoskod: F43.1 Posttraumatiskt stressyndrom (PTSD)
--------------	--

Syfte (en eller flerval):

Behandling

Återfallsprevention

Prevention

Utbildning

Annat, specificera

Ålder (en eller flerval):

Mer än eller lika med 18 år

Annan åldersgrupp, ange:

Språk (enval):

Svenska

Annat språk än svenska, ange:

Anpassning för funktionshinder (flerval):

Synskadade

Hörselskadade

Annat, specificera:

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

Dator med internet

Mobil

Läsplatta

Hög internetkapacitet, mer än:

Kommentar:

1.3 KONTEXT

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

Primärvård

Psykiatri

Somatisk vård

Ange område:

Allmän befolkning

Annat

Specificera:

Krav på behandlarkompetens: Nej Ja, specificera:

Minimum grundutbildning i psykoterapi med inriktning KBT.

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

Ja, rutindokument finns både för bedömning, behandling och uppföljning.

Teknisk plattform under utvecklingen av senaste version:

Behandlingsprogrammen skickas som PDF- eller DOCX-fil. De har tagits fram genom Google Docs och sen konverterats till dessa till format.

Tekniska plattformar som använts i drift för programmet:

Behandlingsprogrammen skickas via den vårdapp där Min Vårds videobehandling bedrivs. 1177 direkt är den plattform som Min Vård använder sig av.

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:**

1.4 INNEHÅLL

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

Beskriv i fri text med maximalt 20 ord

Traumafokuserad KBT-behandling. Verksamma komponenter är bland annat psykoedukation, exponering in vivo och imaginativ exponering för traumaminnat.

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

Inspiration från "Prolonged Exposure" av Foa med flera.

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

Vi har ett genusperspektiv och utgår inte från heteronormativa föreställningar i våra fall exempel. Språket är anpassat så att så många som möjligt ska kunna tillgodogöra sig programmet.

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

Nej

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

PCL-5 vid behandlingsstart, i mitten av behandlingen och behandlingsavslut.

Är andra formulär/uppföljningsmått inlagda i programmet?

Nej

Ja, specificera:

Totalt antal ord i fast text till patienten:

18517

(heltal)

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

8

(0-30, heltal)

Antal obligatoriska behandlingsavsnitt:

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

8

(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

<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>	Psykoedukation
<i>Innehåll</i>	Psykoedukation om PTSD: om traumatiska händelser och reaktioner. Beskrivning av vanlig samsjuklighet.
<i>Arbetsblad/övningar</i>	Känner du igen dig?
<i>Hemuppgifter</i>	Läsa hela modulen. Arbeta med övningen och besvara frågor i slutet av modulen.

Modul 2 Förbestämd Valbar

<i>Syfte</i>	Introduktion till behandlingen
<i>Innehåll</i>	Behandlingsrational inklusive beskrivning av exponering.
<i>Arbetsblad/övningar</i>	Dina mål
<i>Hemuppgifter</i>	Läsa hela modulen. Arbeta med övningar och besvara frågor i slutet av modulen.

Modul 3 Förbestämd Valbar

<i>Syfte</i>	Grounding och exponering in vivo
<i>Innehåll</i>	Introduktion till grounding och grounding-övningar. Kartläggning av undvikande och skapa en exponeringshierarki. Börja arbeta med exponering in vivo.
<i>Arbetsblad/övningar</i>	Grunda sig Din exponeringshierarki Planera exponering
<i>Hemuppgifter</i>	Läsa hela modulen. Genomföra övningar och arbeta med hemuppgifter: andningsövning, grounding och exponeringshierarki. Besvara frågor i slutet av modulen.

Modul 4 Förbestämd Valbar

<i>Syfte</i>	Imaginativ exponering
--------------	-----------------------

Innehåll	Fördjupad rational för imaginativ exponering. Skapa hierarki över traumatiska minnen. Övning i imaginativ exponering.
Arbetsblad/interaktiva övningar	Imaginativ exponering ett varmt minne
Hemuppgifter	Läsa hela modulen. Genomföra övning. Arbeta med hemuppgifter: hierarki över traumatiska minnen, exponering in vivo och imaginativ exponering utanför session.

Modul 5 Förbestämd Valbar

Syfte	Exponering för brännpunkter
Innehåll	Introduktion till brännpunkter i traumaminnen, rational för arbete med brännpunkter.
Arbetsblad/övningar	
Hemuppgifter	Läsa hela modulen. Arbeta med hemuppgifter: fortsatt exponering in vivo samt imaginativ exponering. Besvara frågor i slutet av modulen.

Modul 6 Förbestämd Valbar

Syfte	Optimera exponering
Innehåll	Beskrivning av vanliga hinder och svårigheter vid exponering såsom undvikande, under- och överengagemang. Förslag på lösningar/underlättande faktorer.
Arbetsblad/övningar	
Hemuppgifter	Läsa hela modulen. Arbeta med hemuppgifterna: fortsatt exponering in vivo samt imaginativ exponering. Besvara frågor i slutet av modulen.

Modul 7 Förbestämd Valbar

Syfte	Kognitiva processer vid PTSD
Innehåll	Psykoedukation om vanliga ohjälpsamma tankeprocesser vid PTSD såsom oro, ältande, hotmonitorering. Rational för hanteringsstrategier såsom orostund.
Arbetsblad/övningar	Hur våra erfarenheter påverkar vår uppmärksamhet
Hemuppgifter	Läsa hela modulen. Genomföra övningar, bland annat testa strategier för hantering av ohjälpsamma tankeprocesser. Arbeta med hemuppgifter: exponering in vivo samt imaginativ exponering.

Modul 8 Förbestämd Valbar

Syfte	Upprätta en vidmakthållandeplan
Innehåll	Summera och utvärdera behandlingen samt göra vidmakthållandeplan.
Arbetsblad/övningar	Då –och-nu-analys Upprätta en vidmakthållandeplan Avslutande reflektion
Hemuppgifter	Läsa hela modulen. Genomföra övningar såsom utvärdera utifrån mål samt fylla i vidmakthållandeplan.

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, **(kommunikation mellan patient och behandlare sker via videosamtal, behandlingsprogrammet innehåller inte videoillustrationer)**
- 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) - **Meddelandefunktion används bland annat för ombokningar.**
- Synkron (video, chatt, telefon) - **Videosamtal är huvudsakliga kommunikationen.**
- Kombinerad asynkron och synkron

Beskriv i fritext grundkrav på tvåvägskommunikation (frivilligt):

Rekommenderad frekvens av återkoppling:

1-2 gånger/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 patientupplevelser	
Kvalitativ studie behandlarupplevelser	
Hälsoekonomisk studie	
Rapporter	
Studentuppsatser	
Annan dokumentation med möjlig relevans	
Studier med närliggande program	