



Internettassistert behandling ved Lovisenberg DPS



Kaja Asbjørnsen Betin
Psykolog
Leder for Lovisenberg e-helseteam



Hva er internettassistert behandling (IAB)?

- Pasienten får tilgang til et strukturert KAT- basert behandlingsprogram
- Behandlingsprogrammene og –plattformen leveres av Braive (nett/app)
- Pasienten gjennomgår programmet etter avtalt progresjon (1 modul per uke)
- Pasienten får oppfølging av behandler ved sykehuset, som kan se hva pasienten gjør i programmet. Oppfølging med jevne mellomrom, enten via video, telefon, oppmøte eller sikker tekstkommunikasjon.
- Gjelder alle pasienter med typiske angst- og/eller depresjonslidelser (unipolar depresjon, sosial fobi, panikklidelse, generalisert angstlidelse, og blandingstilstander av disse)





Informasjonsvideo (3 min)



<http://www.ids.no/iab>



Kunnskapsgrunnlaget

- **Effektforskning: Likestilt med samtaleterapi** (se for eksempel Carlbring et.al. 2018: Internet-based vs face-to-face cognitive behavior therapy for psychiatric and somatic disorders: an updated systematic review and meta-analysis)
- **Forskningsrådet/SINTEFs kunnskapsnotat «Digitaliseringens konsekvenser for samhandlingen og kvaliteten på helse-, velferds- og omsorgstjenestene» fra 2019**
- **Beslutningsforum 2019: grønt lys til å tilby veiledet internettbehandling for angst og depresjon i spesialisthelsetjenesten**
- **Emestring i drift siden 2013**





Fordeler for pasienten



- **Fleksibelt: behandlingen foregår når selv pasienten ønsker det**
- **Gir mulighet for økt intensitet**
- **Gir mulighet for repetisjon av psykoedukasjon og intervensjoner**
- **Får beholde programmet i fem år etter oppstart**



Eksklusjonskriterier

- Psykosetilstander
- **Aktuell** forhøyet selvmordsrisiko
- Alvorlig selvskadingsatferd
- Svært sammensatt problematikk, vanskelig å avgrense
- Kjent spiseforstyrrelse
- Manglende nødvendige rammebetingelser (for eksempel tilgang til PC, mulighet for å jobbe uforstyrret hjemme, positiv holdning til teknologi)
- Vesentlig ustabilitet
- Vesentlig svekket kognitiv fungering
- Lavt funksjonsnivå **mht selvorganisering**



Henvisnings- og vurderingsprosedyrer

- **Henvises til ordinært DPS- inntak**
- **Angi i henvisningen at det er ønskelig med vurdering av IAB (dette bør være avklart med pasienten på henvisningstidspunktet)**
- **Sentralt inntak ved LDPS fordeler henvisningen til e-helseteamet, som avgjør om inklusjonskriterier er innfridd**
- **Pasienten gjennomgår vanlig utredning**
- **Pasienten får tilbud om IAB, eventuelt annet tiltak dersom IAB likevel ikke anses aktuelt**

