

---

## Stöd och behandling (iKBT) - Riktlinje

### SYFTE

---

Tjänsten Stöd och behandling är en av 1177 Vårdguidens e-tjänster som möjliggör för landsting, regioner, kommuner och privata vårdgivare med vårdavtal att erbjuda invånare stöd- och behandlingsprogram via nätet. Några olika tillstånd som det finns program för är exempelvis ångest, depression och sömn.

Stöd och behandling är en av e-tjänsterna som erbjuds av vårdgivare via 1177 Vårdguiden. Inloggning för invånaren sker via 1177.se.

Den enskilda invånaren kan använda Stöd- och behandlingsplattformen efter att ha blivit erbjuden ett stöd- eller behandlingsprogram med en utsedd behandlare. Internetbehandlingen är tänkt som stöd för invånarens vård och omsorg. Exempel är stöd- och behandlingsprogram mot ångest, depression, smärta, tinnitus och screening för att identifiera alkohol- och drogmisbruk.

### EFFEKTHEMTAGNING

---

En komplett iKBT (internetbaserad KBT-behandling) i Stöd och behandling tar ca 2–3 timmar i direkt patientarbete jämfört med 8–9 timmar för motsvarande öga mot öga-behandling med samma innehåll. Detta motsvarar en tidsbesparing på 60–75 %.

En behandlare som styr om ca 20 % av besöken till iKBT beräknas kunna behandla 40–60 % fler patienter per år. Dock kommer det inte att finnas renodlade iKBT-mottagningar då behandlingsformen inte passar alla patienter.

Målet är att erbjuda iKBT via Stöd och behandling som en alternativ - dock fullvärdig - behandling som till och med kan vara bättre än den klassiska behandlingen (givet att man matchar rätt patient). Det är inte en form av andrahandsval som erbjuds för att det saknas tid eller möjlighet att erbjuda traditionell behandling. Det är KBT som förmedlas på annat sätt och enligt forskningen fungerar lika bra.

Genom att via iKBT öka tillgång till adekvat hjälp i tid förhindras att problematiken förvärras och därmed tar mycket större resurser i anspråk längre fram.

Kontinuerlig uppföljning kommer göras av systemförvaltningsorganisationen och berörda verksamheter för att säkerställa att målet uppfylls.

### OBLIGATORISKA KRAV FÖR ATT STARTA

---

- Att behandlare och behörighetsadmin (specifik behörighet i plattformen) deltar på utbildning i Stöd och behandling iKBT.
- Att behandlarna genomgår utbildning med aktuell leverantör (Livanda för iKBT)

## Stöd och behandling (iKBT) - Riktlinje

### Specifikt för primärvården

- Att vårdcentralen betalar aktuell licensavgift per startat moment. Kan variera mellan de olika programmen. Fakturering sker månadsvis.

### FÖRUTSÄTTNINGAR

- Att verksamhetschef, enhetschef, behandlare och behörighetsadmin deltar på samtliga möten
- Att mottagningen avsätter tid för att bekanta sig med tjänsten
- Behandlare får tid avsatt för att arbeta med detta
- Genomföra en riskanalys för införandet och tjänsten ([Instruktion](#) i ledningssystemet)

### PATIENTAVGIFTER

Patienten betalar ordinarie besöksavgift i samband med fysiska besök. Ingen avgift för den digitala behandlingen.

### UPPSKATTAD TIDSÅTGÅNG AV NYTT INFÖRANDE I VERKSAMHET

Aktivitet	Tidsåtgång	Resurs
<b>Inför möte 1</b> "Intresseanmälan" via Helpdesk, maila deltagarlista, planera in Möte 1.	0,5 h	Verksamhetschef
<b>Möte 1</b>	2 h	Verksamhetschef, enhetschef, utsedda behandlare (ev. alla)
<b>Efter Möte 1</b> Beslut, återkoppla beslut.	0,5 h	Verksamhetschef
<b>Inför Möte 2</b> Titta på filmer, boka in nästa möte.	1,5 h	Verksamhetschef, enhetschef, utsedda behandlare (ev. alla), HSA-redaktör (behörighetsadmin)
<b>Möte 2</b>	2 h	Verksamhetschef, enhetschef, utsedda behandlare (ev. alla), HSA-redaktör (behörighetsadmin)
<b>Efter Möte 2</b> Ev. hemläxa utbildning, riskanalys.	3,0 h	Verksamhetschef, enhetschef, utsedda behandlare (ev. alla), HSA-redaktör (behörighetsadmin)
<b>Inför Möte 3</b> Tilldela behörigheter.	1 h	HSA-redaktör (behörighetsadmin)
<b>Möte 3</b>	6 h + ev. restid	Utsedda behandlare (ev. alla)
<b>Efter Möte 3</b> Starta. Aktivera patient, påbörja behandling.	1,5 h + tiden ni lägger på själva behandlingen (se separat förslag)	Utsedda behandlare (ev. alla)
<b>Uppföljningsmöte</b>	0,5 h	Verksamhetschef, enhetschef, utsedda behandlare (ev. alla), HSA-redaktör (behörighetsadmin)

---

## Stöd och behandling (iKBT) - Riktlinje

Behörighetsadmin = Person utsedd av verksamhetschef, behöver ej vara en HSA-redaktör.

### FÖRESLAGEN UPPTÄRT FÖR BEHANDLARE

---

3 timmar egen inläring av behandlingsprogram samt konsultationer med förvaltningen.

- Vecka ett: 2 nybesök á 45 min
- Vecka två: 2 nybesök á 45 min samt 2 digitala uppföljningar á 45 min
- Vecka tre: 2 nybesök á 45 min samt 4 digitala uppföljningar á 45 min
- Vecka fyra: 2 nybesök á 45 min samt 6 uppföljningar á 30 min
- Vecka fem: 8 digitala uppföljningar á 30 min
- Vecka sex: 8 digitala uppföljningar á 30 min
- Vecka sju: 8 digitala uppföljningar a 15 min
- Vecka åtta: 8 digitala uppföljningar a 15 min

Behandlaren jobbar sedan vidare med de befintliga 8 patienterna tills de är avslutade, alternativt känner att det flyter på innan behandlaren tar nya. Planera hur stor andel av nybesök som ska vara iKBT för att det ska fungera.

Efter att behandlaren arbetat in en bra rutin med internet KBT är det optimalt med ett fysiskt besök (bedömningssamtal á 45 min) och ca 8 digitala uppföljningar á 15 min per patient under en period av 8-12 veckor som behandlingen pågår.

Vid behov kan man boka fysiska uppföljningssamtal med internet KBT patienterna.

Journaldokumentationen ingår i den föreslagna tidsåtgången.

### SPECIFIKA RIKTLINJER FÖR DE OLIKA PROGRAMMEN

---

#### Obligatoriska krav för iKBT

- Att det på mottagningen/vårdcentralen finns en behandlare med minst motsvarande steg 1 i KBT

### REFERENSER

---

[Bruksanvisning Stöd och behandling](#)  
[Manualer](#)