

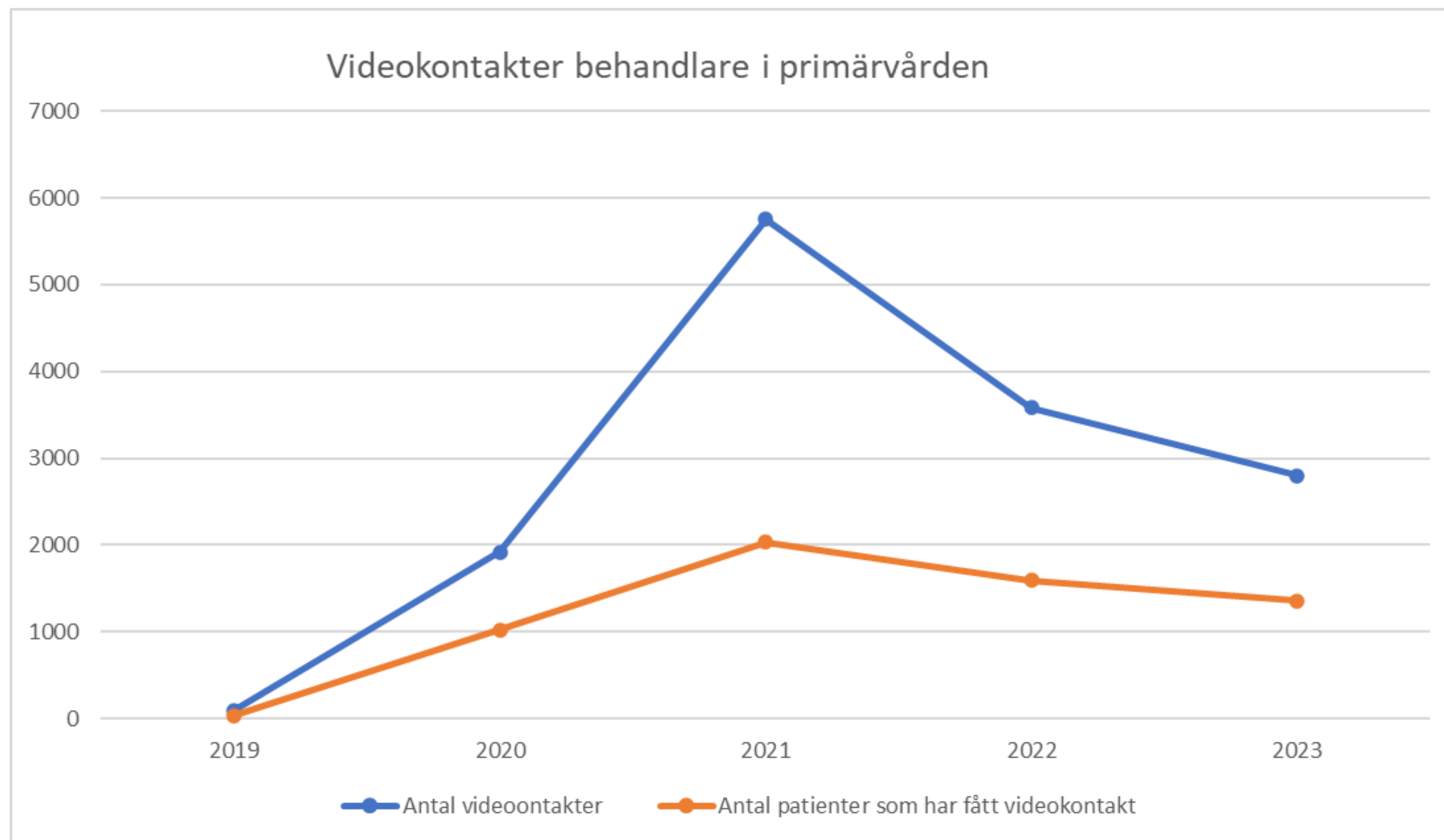
# Digitala psykologiska behandlingar i primärvården



# Olika typer av digitala behandlingar

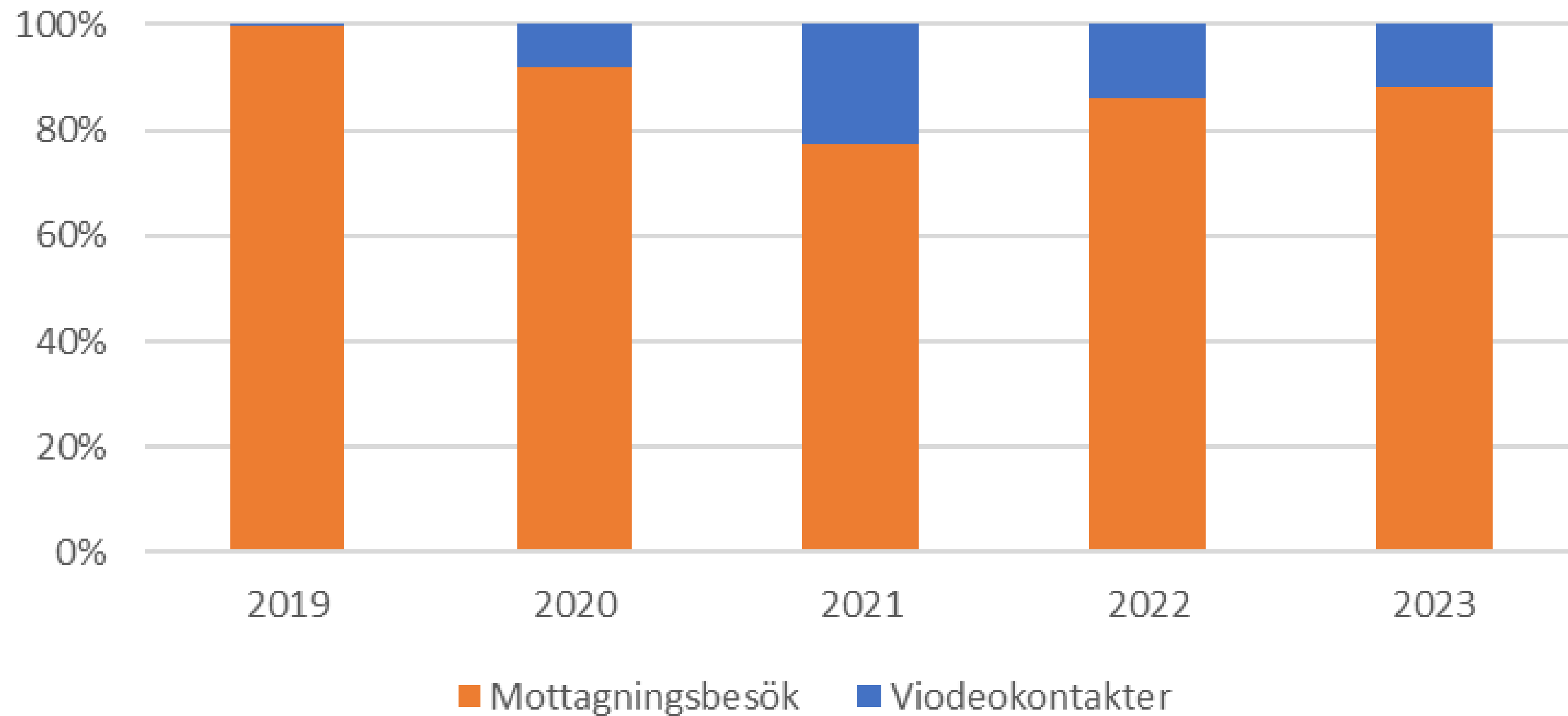
- Psykologisk behandling via video
- Internetbaserad KBT (iKBT)
- Psykologisk behandling via enbart chatt
- Övriga digitala lösningar – komplement till behandling, t ex appar för registrering av resultat eller uppgifter, digitala formulär, AI, AR, chatt

# Videobesök som en indikator på digitala behandlingar



Behandlare: kuratorer, psykologer och psykoterapeuter

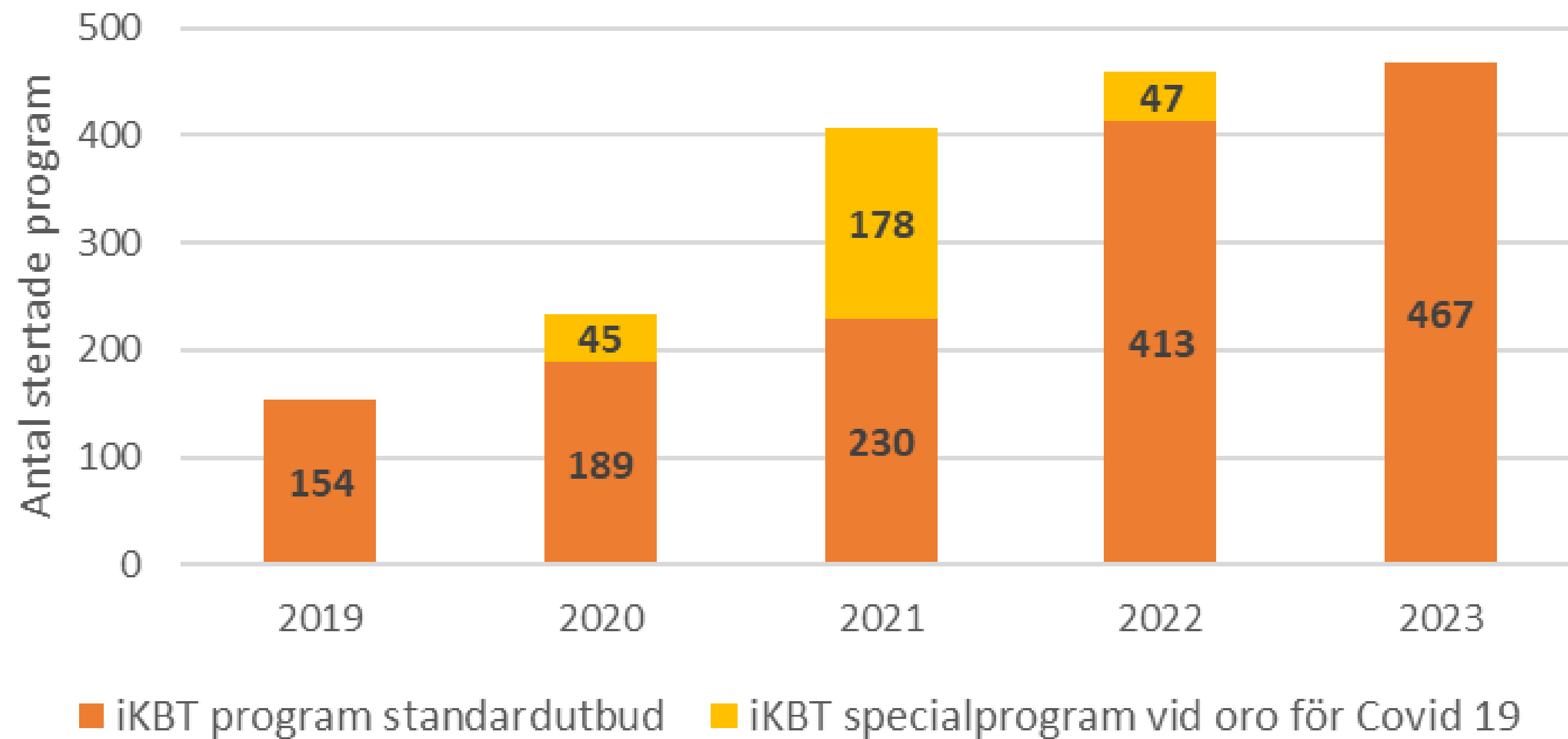
## Andel videokontakter jämfört med mottagningsbesök



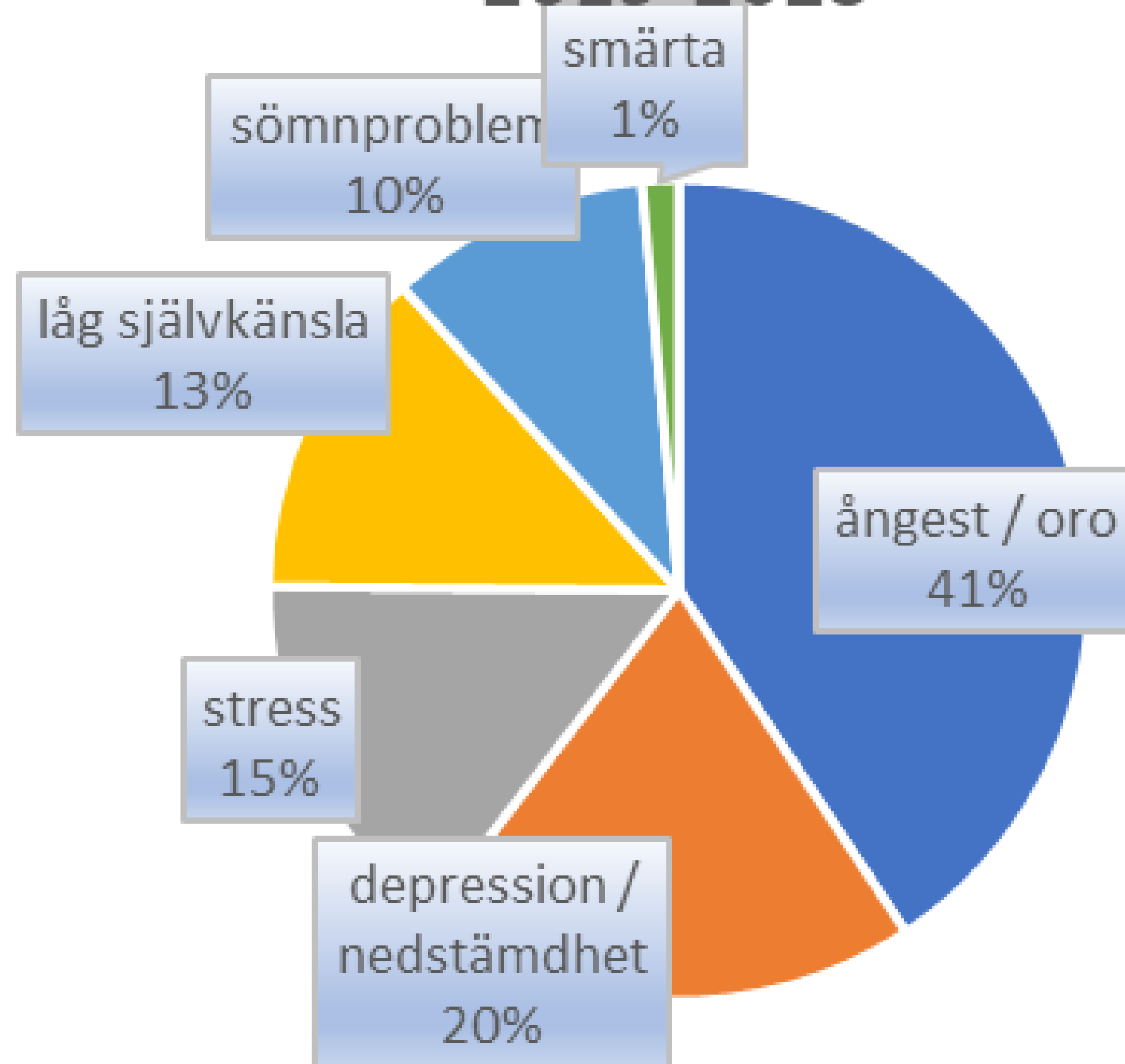
# iKBT i primärvården - bakgrund

- Internetbaserad KBT ger lika bra resultat som sedvanlig KBT behandling
- Behandlingsformen passar för primärvårdsnivå
- iKBT tar 3-4 ggr mindre behandlartid jämfört med vanlig samtalsbehandling
- **Breddinförande i primärvården 2019-2020:** alla Vc anslutna, ca 75 behandlare har fått utbildning i iKBT hittills
- 10 st tillgängliga iKBT behandlingsprogram: ångest (4 varianter), depression (2 varianter), stress, sömnproblem, smärta, låg självkänsla
- Specialanpassat program för oro för Covid 19 fanns under pandemin
- 2022 startade utvecklingsarbete med extra satsning på iKBT
- Introduktion och utbildningar för personal anordnas löpande

## Startade iKBT program i primärvården Region Västmanland



# Startade iKBT program per kategori 2019-2023



# Sammanfattning av läget

- Bara en liten del av patienten får videosamtal
- Antal patienter som har fått iKBT behandling har ökat men behovet bedöms mycket större
- Mycket stor variation i tillgången till videosamtal och iKBT mellan VC och även på en och samma VC under tiden – svårt att upprätthålla jämn kvalitet och jämlik tillgång till behandling
- Särskilt sårbart på mindre VC med ensambehandlare
- Ofta saknas organisatoriska förutsättningar (ensambehandlare, otydlig styrning, avsaknad av fungerande rutiner och modeller för hantering av psykisk ohälsa på VC )
- Ett tiotal VC bedöms fungera när det gäller digitala behandlingar men även där varierar tillgången över tid



# Uppskattat behov och möjligheter med befintliga resurser

- Uppskattat behov: ca 30-50 iKBT behandlingar per år på en genomsnittlig VC med 10 000 listade
- Med ca 2-3 tim behandlartid /vecka kan man att uppnå detta
- Skulle ge uppskattningsvis 1200-1500 iKBT /år för hela primärvården
- Behov av mycket större tillgång till videosamtal
- Digitala lösningar bidrar till effektivare och mera anpassade behandlingar