

Version:	Datum:
1.0	2016-10-04

## Värderingsmall för internetbaserade behandlingsprogram

Värderingsmallen har tagits fram av SKL:s nationella kompetensgrupp för internetbaserat stöd och behandling. Värderingsmallen bygger på tre delar:

1. Ett frågeunderlag med beskrivning av programmet som besvaras av leverantören/utgivare.
2. En vetenskaplig granskning av artiklar som utvärderat valda program. Litteratursökning genomförs oberoende av leverantör med komplettering av förfrågan till leverantör om dokumenterade utvärderingar.
3. En granskning av en demo-version av programmet.

Efter att ifylld mall lämnats in utvärderas den av minst två personer. Svaret sammanfattas i ett utlåtande som beskriver övergripande bedömning av evidensgrad och rekommendation avseende områden och förutsättningar för tillämpning. Informationen kommer att vara tillgänglig på SKL's hemsida, nationella kompetensgruppen för internetbaserat stöd och behandling.

För eventuella frågor om mallen och hur den ska besvaras kan ni kontakta: Processledare Mats Bäckarslöf, tfn: 070-207 66 60, epost: mats.backarslof@dll.se.

### 1. Beskrivning av programmet

#### 1.1. Allmänt

Programmets namn:	Internetbehandling för depression
Aktuellt versionsnummer:	3.0
Datum när programmet skapades:	Hösten 2016
Datum när den aktuella versionen skapades:	2016-01-31
Utgivare:	Region Örebro län
Kontaktperson – namn och mailadress:	Fredrik Holländare fredrik.hollandare@regionorebrolan.se
Informationsdatum, när mallen är ifylld:	2017-05-03/12-10

#### 1.2. Målgrupp

Indikation (problem, diagnos):	
Syfte (flerval):	<input checked="" type="checkbox"/> Behandling <input type="checkbox"/> Återfallsprevention <input type="checkbox"/> Prevention <input type="checkbox"/> Utbildning <input type="checkbox"/> Annat, specificera: .....

Åldersgrupp:	<input checked="" type="checkbox"/> Från 18 år <input type="checkbox"/> Annan åldersgrupp.....
Språk:	<input checked="" type="checkbox"/> Svenska <input type="checkbox"/> Annat språk än svenska.....
Anpassning för funktionshinder (flerval):	<input type="checkbox"/> Synskadade <input type="checkbox"/> Hörselskadade <input type="checkbox"/> Annat, specificera: .....
Vilken hårdvara är behandlingsprogrammet optimerat för (kan/bör patient/klient använda)? (flerval):	<input checked="" type="checkbox"/> Dator med internet <input type="checkbox"/> Mobil <input type="checkbox"/> Läsplatta <input type="checkbox"/> Hög internetkapacitet, mer än:.....  Kommentar:...Platta/telefon/dator fungerar

### 1.3. Kontext

Vilken population är programmet ursprungligen utvecklat för (flerval):	<input checked="" type="checkbox"/> Primärvård <input checked="" type="checkbox"/> Psykiatri <input type="checkbox"/> Somatisk vård (område)..... <input type="checkbox"/> Allmän befolkning <input type="checkbox"/> Annat, specificera:.....
Krav på behandlarkompetens:	<input type="checkbox"/> Nej <input checked="" type="checkbox"/> Ja, specificera: Grundläggande psykoterapiutbildning i KBT..
Finns det rekommendationer om specifik vårdprocess (bedömningsrutin, behandlingskontext, uppföljningsrutiner) för att programmet ska fungera?	<input type="checkbox"/> Nej <input checked="" type="checkbox"/> Ja, specificera:...Diagnostisk intervju före med MINI för att fastställa mild till måttlig depression, och terapeutkontakt under behandlingstid.....
Teknisk plattform under utvecklingen av senaste version:	Plattform 2
Tekniska plattformar som använts i drift för programmet:	SOB
Användningsområden hittills (flerval):	<input checked="" type="checkbox"/> Forskning <input checked="" type="checkbox"/> Hälso- och sjukvård <input type="checkbox"/> Annat, specificera:.....
Har programmet använts i vården?	<input type="checkbox"/> Nej <input checked="" type="checkbox"/> Ja Specificera verksamhet/enhet...Psykiatri & primärvård..... Antal (cirka) patienter som använt

	programmet 140 i klinik nov 2017 Ca 135 patienter i forskning med annan plattform än SoB, se ovan Datum för uppstart av verksamheten...170131.....
--	--

#### 1.4. Innehåll

Sammanfattande beskrivning av teoretisk modell (förändringsfokus, verkamma komponenter):	KBT, psykoedukation om depression, kognitiv bearbetning, beteendeaktivering, oro och ångest, sömnbesvär			
Finns det en publicerad förlaga i bok eller manual?	<input checked="" type="checkbox"/> Nej <input type="checkbox"/> Ja, specificera .....			
Är programmet anpassat efter ett normkritiskt perspektiv – är text, bilder, språk, eller annat utformat med hänsyn till variationer inom avsedd målgrupp?	<input type="checkbox"/> Nej <input checked="" type="checkbox"/> Ja, specificera:..... Varierade exempel .....			
Är självrapporterade standardiserade frågeformulär/skattningsskalor för att följa patientens behandlingsprocess inlagda i programmet?	<input type="checkbox"/> Nej:..... <input checked="" type="checkbox"/> Ja, specificera (med eventuell referens, ange om copyright):... MADRS-S EQ5D .....			
Är andra formulär/uppföljningsmätt inlagda i programmet?	<input type="checkbox"/> Nej <input checked="" type="checkbox"/> Ja, specificera:..... AUDIT-C DUDIT .....			
Ange antal ord i fast text:	30000			
Totalt antal minuter video:	0			
Förväntad behandlingstid i veckor:	12			
Totalt antal behandlingsavsnitt i programmet:	10			
Antal obligatoriska behandlingsavsnitt:	10			
Antal valbara behandlingsavsnitt:	0			
Kan ordningsföljd av avsnitt eller annat anpassas efter patientens behov?	<input type="checkbox"/> Ja, till stor del <input type="checkbox"/> Ja, till viss del <input checked="" type="checkbox"/> Nej, i liten utsträckning			
Beskriv kort innehållet i varje behandlingsavsnitt/modul; syfte, arbetsblad, hemuppgifter:				
Modulnamn/ nummer	Syfte	F/V (Förbestäm d=F, Valbar=V)	Övningar/ arbetsblad	Hemuppgifter
1	Introduktion och översikt till hela behandlings	F	Om depression och KBT. Temat för modul 1 vad depression egentligen är, och hur man kan bli fri från en sådan. Modulen en	Läsa modulens alla avsnitt. Skicka in svaren på frågorna i slutet av modulen

	programmet .		kunskapsgrund för arbetet med resten av behandlingen.	
2	Beteendeaktivering. Syftar till att man ska försöka planera in fler "förstärkan de" aktiviteter i sin vardag, på ett särskilt sätt, men även hur man planerar sin vardag mer allmänt.	F	Aktivitetsplan och Belöningsmeny	Läsa modulens alla avsnitt. Arbeta med arbetsblad Aktivitetsplan och Plusaktiviteter.
3	Gå vidare med beteendeaktivering, och skiftar då fokus från att öka plusaktiviteter till istället huvudsakligen hur man kan hantera minusaktiviteter	F	Aktivitetsplan och Belöningsmeny	Läsa modulens alla avsnitt. Arbeta med arbetsbladen Aktivitetsplan och Belöningsmeny.
4	Arbeta med tankarna som ett sätt att påverka våra känslor och få ökad självkännet om.	F	Tre kolumner	Läsa modulens alla avsnitt. Fortsätta arbeta med arbetsbladet Aktivitetsplan på det sätt som gicks igenom i modul 2 och 3. Att arbeta med arbetsbladet Tre kolumner.
5	Börja arbeta med tankarna mer aktivt, genom att försöka ifrågasätta dem, och se om man kan hitta alternativa, mer balanserade	F	Fem kolumner	Läsa modulens alla avsnitt. Fortsätta arbeta med arbetsbladet Aktivitetsplan på det sätt som gicks igenom i modul 2 och 3. Arbeta med arbetsbladet Fem kolumner.

	tankar.			
6	Från att ha fokuserat och arbetat direkt med just nedstämdhet och depression fokuserar denna modul på oro och ångest, då detta ofta kommer tillsammans med nedstämdhet.	F	Fem kolumner	Läsa modulens alla avsnitt. Fortsätta arbeta med beteendeaktivering genom arbetsbladet Aktivitetsplan på det sätt som gicks igenom i modul 2 och 3. Fortsätta arbeta med kognitiv bearbetning, framför allt genom arbetsbladet Fem kolumner från modul 5.
7	Hantera sömnsvärigheter.	F	Sömnfaktorer, Förändra sömnfaktorer, Välj sömnstrategier samt Sömndagbok	Läsa modulens alla avsnitt. Fortsätta arbeta med beteendeaktivering genom arbetsbladet Aktivitetsplan på det sätt som gicks igenom i modul 2 och 3. Fortsätta arbeta med kognitiv bearbetning, framför allt genom arbetsbladet Fem kolumner från modul 5. Om patienten har sömnbesvär: Arbeta med arbetsbladen Sömnfaktorer, Förändra sömnfaktorer, Välj sömnstrategier samt Sömndagbok.
8	Fortsätta med övningar	F	Fem kolumner, Aktivitetsplan, Sömnfaktorer, Förändra sömnfaktorer, Välj sömnstrategier samt Sömndagbok	Läsa modulens alla avsnitt. Fortsätta arbeta med Beteendeaktivering genom arbetsbladet Aktivitetsplan. Fortsätta arbeta med Kognitiv bearbetning, framför allt genom arbetsbladet Fem kolumner, även i kombination med din Aktivitetsplan. Om patienten har sömnbesvär: Fortsätta att arbeta med arbetsbladen Sömnfaktorer, Förändra sömnfaktorer, Välj sömnstrategier samt Sömndagbok.
9	Sammanfattning	F	Övning i medveten närvaro.	Läsa modulens alla avsnitt. Fortsätta arbeta med Beteendeaktivering genom

				<p>arbetsbladet Aktivitetsplan. Fortsätta arbeta med kognitiv bearbetning, framför allt genom arbetsbladet Fem kolumner, även i kombination med din Aktivitetsplan. Om patienten har sömnbesvär: fortsätta arbeta med arbetsbladen Sömnfaktorer, Förändra sömnfaktorer, Välj sömnstrategier samt Sömndagbok. Arbeta med övningen Sammanfattning av strategier. Arbeta med övningen Medveten närvaro.</p>
10	Strategier som handlar om att planera för framtiden och att på olika sätt minska risken för återfall.	F	Mina mål	<p>Läsa modulens alla avsnitt. Fortsätta arbeta med Beteendeaktivering genom arbetsbladet Aktivitetsplan. Fortsätta arbeta med Kognitiv bearbetning, framför allt genom arbetsbladet Fem kolumner, även i kombination med din Aktivitetsplan. Om du har sömnbesvär: fortsätta arbeta med arbetsbladen Sömnfaktorer, Förändra sömnfaktorer, Välj sömnstrategier samt Sömndagbok. Arbeta med arbetsbladet Mina mål.</p>

### 1.5. Kommunikationsformer

<p>Krav på teknisk plattform - via vilka typer av kommunikationssätt presenteras innehållet? (flerval)</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> Text  <input type="checkbox"/> Animeringar  <input type="checkbox"/> Interaktiv grafik  <input type="checkbox"/> Bilder/figurer  <input type="checkbox"/> Ljud  <input type="checkbox"/> Video  <input type="checkbox"/> 3-D- virtual reality  <input checked="" type="checkbox"/> Formulärhantering</p>
<p>Krav på obligatoriska moment för att patienten ska kunna fullfölja behandlingen (flerval):</p>	<p><input type="checkbox"/> Arbetsblad  <input type="checkbox"/> Påminnelser  <input checked="" type="checkbox"/> Annat, specificera:..... Redovisa sina hemuppgifter i slutet på varje modul för att få gå vidare till nästa.....</p>

Återkoppling/stöd för att programmet ska fungera som avsett (enval):	<input type="checkbox"/> Utan återkoppling <input type="checkbox"/> Standardiserad återkoppling (samma oavsett vad patienten svarar) <input type="checkbox"/> Personligt anpassad återkoppling baserad på patientens svar (automatiserad) <input checked="" type="checkbox"/> Individualiserat behandlarstöd
Vilka möjligheter till kommunikation med patienten finns för att programmet ska fungera optimalt? (enval eller flerval):	<input type="checkbox"/> Saknas <input type="checkbox"/> Asynkron (epost, SMS, etc) <input type="checkbox"/> Synkron (video, chatt, telefon) <input checked="" type="checkbox"/> Kombinerad asynkron och synkron
Beskriv i fritext grundkrav på tvåvägskommunikation (frivilligt):	I slutet av varje modul behöver patienten höra av sig och redovisa hemuppgifter för att få gå vidare till nästa modul
Rekommenderad frekvens av återkoppling:	En gång per vecka
Behandlare kan följa vad patienten gör och kommentera detta (individuellt gränssnitt):	<input checked="" type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nej

### 2.1. Sammanfattning av underlag för vetenskapligt stöd

Leverantören kan bidra med att lista kända studier och rapporter om programmet. Granskningsgruppen kommer även att ta del av studier där sökning är gjord av oberoende part med angivet datum för sökning. Studierna kommer att granskas med mallar anpassade för att värdera specifika program, se bilaga 1 och 2.

Typ av studie	Antal studier	Referenser
RCT med aktiv kontrollgrupp		En sådan studie är genomförd och ettårsuppföljning pågår. Inget från studien är publicerat ännu.
RCT med uppmärksamhetskontroll		
RCT med väntelistkontroll		Andersson, G., Bergström, J., Holländare, F., Carlbring, P., Kaldö, V., & Ekselius, L. (2005). Internet-based self-help for depression: a randomised controlled trial. <i>British Journal of Psychiatry</i> , 187, 456-461.
Långtidsuppföljning		
Observationsstudie		
Annan typ av kvantitativ studie		Andersson, G., Bergström, J., Holländare, F., Ekselius, L., & Carlbring, P. (2004). Delivering CBT for depression via the Internet. Predicting outcome at 6-months follow-up.

		<i>Verhaltenstherapie</i> , 14, 185-189.
Kvalitativ studie av patientupplevelse		
Kvalitativ studie av behandlarupplevelser		
Hälsoekonomisk studie		
Studie av etiska aspekter		
<b>Övrig dokumentation:</b>		
Rapporter		
Studentuppsatser		
Annan dokumentation/ annan litteratur med möjlig relevans		
Studier med närliggande program		<p>Hedman, E., Ljótsson, B., Kaldø, V., Hesser, H., El Alaoui, S., Kraepelin, M., Andersson, E., Rück, C., Svanborg, C., Andersson, G., &amp; Lindefors, N. (2014). Effectiveness of Internet-based cognitive behaviour therapy for depression in routine psychiatric care. <i>Journal of Affective Disorders</i>, 155, 49-58</p> <p>Vernmark, K., Lenndin, J., Bjärehed, J., Carlsson, M., Karlsson, J., Öberg, J., Carlbring, P., Eriksson, T., &amp; Andersson, G. (2010). Internet administered guided self-help versus individualized e-mail therapy: a randomized trial of two versions of CBT for major depression. <i>Behaviour Research and Therapy</i>, 48, 368-376.</p>

### 3.1. Demoversion

Finns det möjlighet att demonstrera programmet i nationell plattform (Stöd och behandling)?	<input checked="" type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nej
Finns det möjlighet att demonstrera programmet i annan plattform?	<input type="checkbox"/> Ja <input checked="" type="checkbox"/> Nej
Finns det demoversion att tillgå?	<input type="checkbox"/> Ja <input checked="" type="checkbox"/> Nej