



**Karolinska
Institutet**

Internetbased CBT for panic disorder and depression

Effectiveness and implementation in regular care

Jan Bergström

ISR II, 11-12 october 2007

Contributors

- Jan Bergström
- Brjánn Ljótsson
- Gerhard Andersson
- Christian Rück
- Sergej Andréewitch
- Per Carlbring
- Nils Lindefors

Overview

- Efficacy of Internet-based CBT for PD and depression
- Effectiveness trials
 - Panic disorder
 - Depression
- Implementation of Internet-based treatments in regular care

Efficacy studies

- Several studies showing the efficacy of Internet-based CBT for PD and depression

Our model

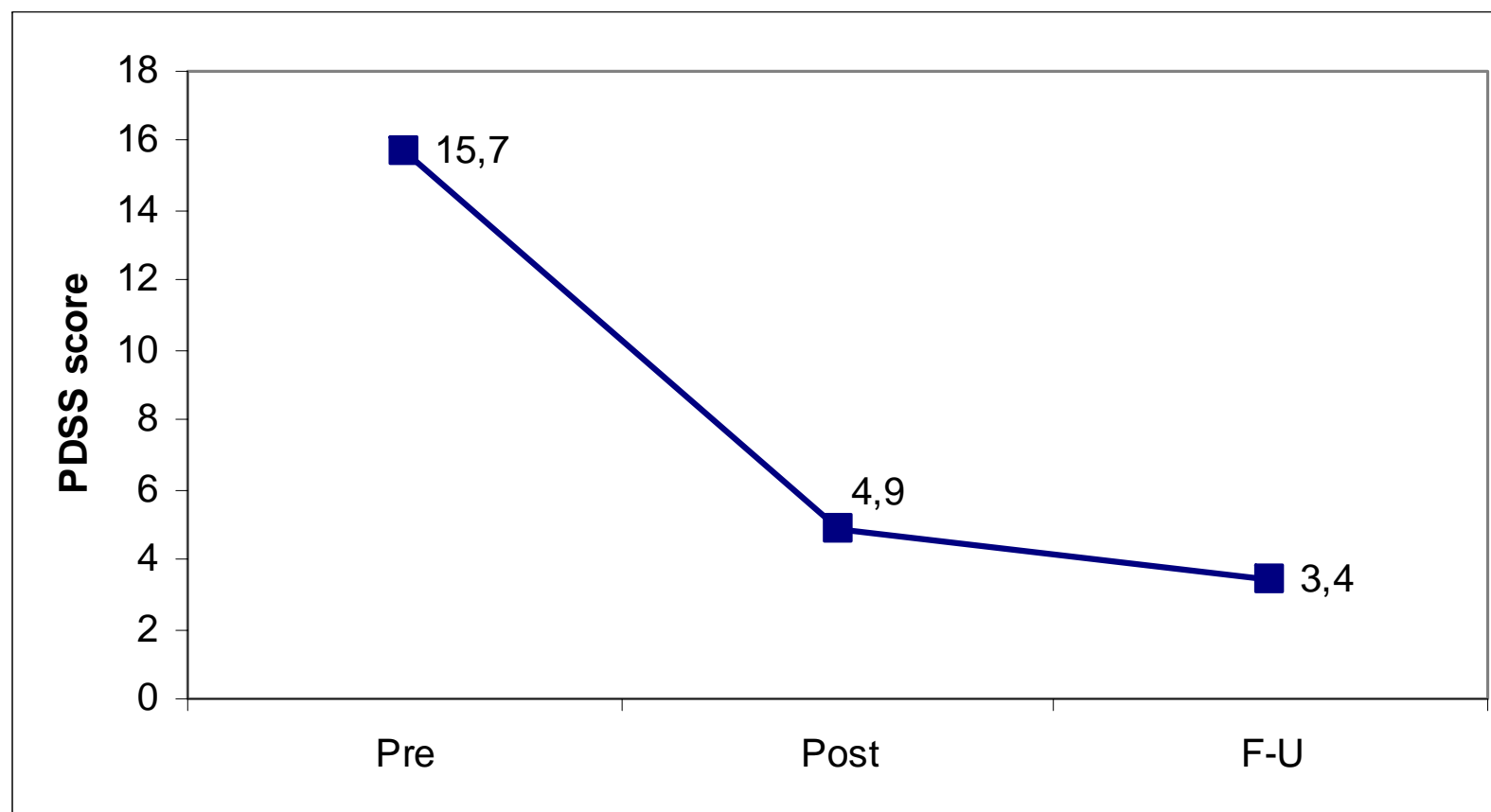
- Guided self-help (minimal therapist contact via e-mail)
- Time-limited and diagnose-specific text-based (bibliotherapy) self-help program within closed website
- Access only after structured clinical diagnostic interview
- Access to consecutive self help modules given by therapist

- At the Karolinska
 - Patients referred for treatment (mostly primary care)
 - Clinical interview by psychiatrist

Open effectiveness study on PD

- 20 referred patients
- 10 modules during 10 weeks
 - Psychoeducation
 - Interoceptive exposure
 - Exposure in-vivo
 - Cognitive restructuring
 - Relapse prevention
- Structured psychiatric clinical interview at pre, post and 6-month follow-up
- Primary PD

Open effectiveness study on PD

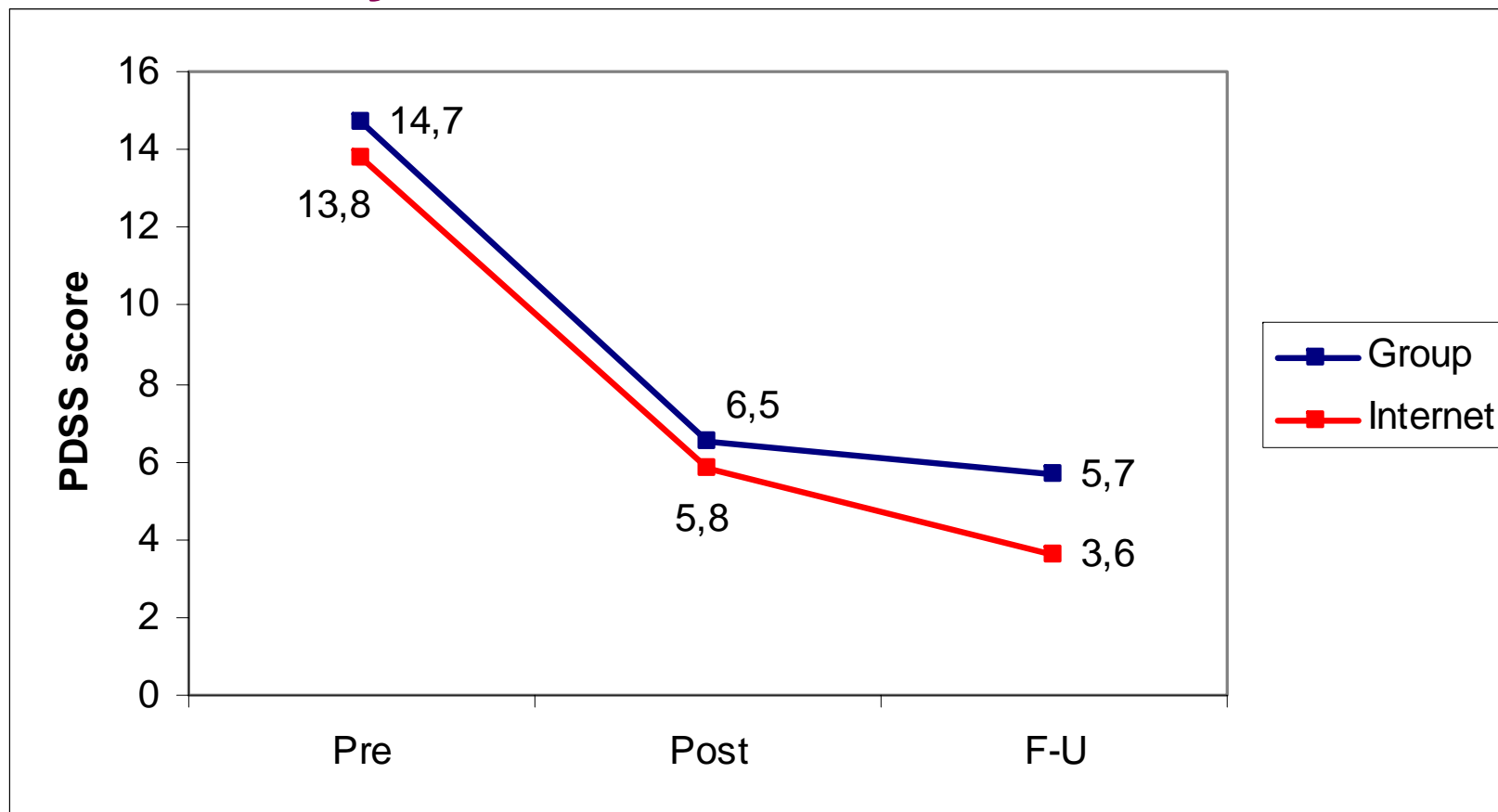


(Bergström et al, submitted)

Randomised trial on PD

- 113 referred patients randomised
 - 60 group CBT
 - 53 Internetbased CBT
- Structured psychiatric clinical interview at pre, post and 6-month follow-up
- Same modules in Internet- and group CBT
- Group CBT
 - 10 weeks
 - 5-8 patients per group and 1-2 therapists

Preliminary observed results



(Bergström et al, in prep)

Open effectiveness study on depression

- Will commence october/november 2007

Implementation within regular care

- "Core facility" within public health system ("Internetpsychiatry")
- "Infrastructure" for Internetbased treatment
- Technology
- Funding

Internetpsykiatri - Behandling med kognitiv beteendeterapi - Windows Internet Explorer

http://www.internetpsykiatri.se/

Internetpsykiatri.se
Behandling med kognitiv beteendeterapi

Psykiatri Sydväst
STOCKHOLMS LÄNS LANDSTING

Hem | Diagnoser | KBT-behandling | Forskning | Om Internetpsykiatri.se | In English »

Internetpsykiatri.se är först i världen med att erbjuda Internetförmedlad psykologisk behandling inom psykiatrisk sjukvård.

Internetbehandling innebär att få tillgång till välfungerande behandling av psykisk ohälsa via Internet. Behandlingen består av textmaterial och övningar att göra på egen hand hemma. Ungefär en gång i veckan har man uppföljande kontakt med en av våra behandlare.

Är du intresserad av behandling behöver du:

- En remiss från din vårdcentral
- Träffa vår psykiater för bedömning

När du påbörjar behandlingen behöver du engagera dig under 10-12 veckor och vara beredd på att läsa omfattande textmaterial samt arbeta med uppgifter ett antal timmar i veckan. [Läs mer under Behandling »](#)

Internetpsykiatri.se finns på Huddinge sjukhus och drivs av Psykiatri Sydväst inom Stockholms läns landsting samt Karolinska Institutet. [Läs mer Om Internetpsykiatri.se »](#)

Aktuellt forskningsprojekt

Forskning om social fobi
Hösten 2007 startar vi ett nytt forskningsprojekt som kommer att jämföra effekten av Internetbehandling och gruppbehandling vid social fobi.

Rekrytering av patienter till denna studie pågår.
Projektledare är psykolog Erik Hedman, på bilden.


[Läs mer om projektet »](#)

Vi behandlar

- Depression
- Paniksyndrom
- Social fobi
- Hälsoångest (hypokondri)
- Irritable Bowel Syndrome (IBS)

Hur vet man vad man lider av?
[Läs mer under Diagnoser »](#)

För vårdpersonal

 Vi tar kontinuerligt emot remisser till behandling av depression och paniksyndrom. Till övriga behandlingar finns vissa restriktioner

[Läs mer om våra behandlingar och hur man remitterar »](#)

Så söker du hjälp!

1. Kontakta din husläkare eller vårdcentral inom Stockholms läns landsting för en bedömning.
2. Din läkare sänder en remiss till oss.
3. Registrera dig hos [Mina Vårdkontakter](#) på [Vårdguiden](#). Mina Vårdkontakter möjliggör en personlig och säker kommunikation mellan patient och vårdgivare via Internet.
4. När vi har mottagit din remiss gör vi en egen utredning för att se om du kan ha nytta av vår Internetbehandling för depression eller paniksyndrom. Handlar det om behandling i något av våra forskningsprojekt kan det hända att du istället får gruppbehandling.

Internet 100 %

- www.internetpsykiatri.se

Getting treatment

1. Referral from GP
 2. Traditional "in-house" clinical interview
 3. Treatment
 - Assessment of treatment progress and outcome
 - Monitoring (for example of suicidal ideation)
-
- Patient logs in through Stockholm County Councils web-portal

SÖK

Patient

LOGGA IN

Startsida

Sök vård

Sjukdomar och hälsoråd

Så fungerar vården

Fråga om beroende

Här kan du anonymt ställa frågor som rör beroende eller problem med alkohol, narkotika, tobak, läkemedel eller spel.



Sök vårdmottagning

Vårdtyp

Vårdcentral/Husläkarmottagning

Kommun/stadsdel

Alla

Sök på fler sätt

SÖK

Aktuellt

Årets vaccinationskampanj har startat

[08 okt]

Föreläsning om ögonproblem hos barn

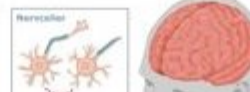
[02 okt]

Depression

Den som är deprimerad känner sig ofta nedstämd utan någon påtaglig orsak.

Epilepsi - film

Epileptiskt anfall är en tillfällig störning i hjärnans nervimpulsaktivitet.



Välj Tema

VISA

Alkohol

Barn & föräldrar

- Face validity
- Security - login by social security number

jan.bergstrom@karolinska.se