

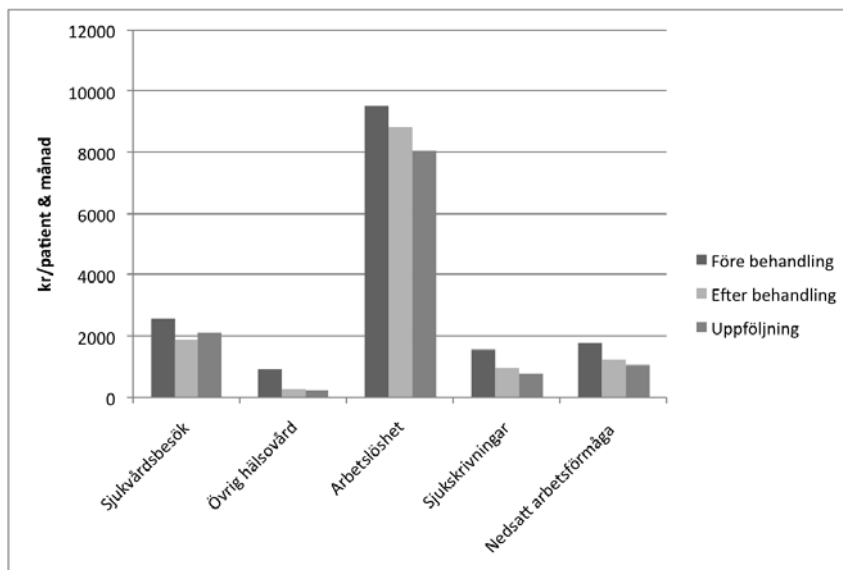
Internetpsykiatri.se – framtiden på plats

Internetpsykiatrienheten vid Psykiatri Sydväst förmedlar kognitiv beteendeterapi (KBT) via internet till patienter med psykisk ohälsa. Internetbehandling innebär att man som patient varje vecka läser en del ur ett självhjälpprogram och gör en del praktiska övningar samtidigt som man har kontakt med en behandlare via e-post för stöd och hjälp. Sedan över 10 år finns det forskning som visar att KBT förmedlad via internet fungerar bra, jämförbart med individuell- eller gruppbehandling.

Internetbehandling är ett effektivt sätt att öka tillgängligheten av psykologisk behandling som idag är svårtillgänglig, då utbildade KBT-behandlare är en bristvara. Tillgängligheten ökar framförallt genom att varje behandlare hinner hjälpa 4-5 gånger fler patienter än i traditionell behandling men också genom att patienten kan tillgodogöra sig behandlingen på valfri plats och tidpunkt. Internetpsykiatrienheten har växt från 6 till 20 anställda sedan starten 2007 och idag (slutet av 2009) går normalt cirka 175 patienter samtidigt i behandling för antingen depression, paniksyndrom eller social fobi. Antalet förväntas öka signifikant under 2010.

Internetpsykiatrienheten arbetar systematiskt med ständigt kvalitetsarbete och utveckling. Det handlar såväl om att korta väntetider, förbättra logistiken som att öka behandlingseffekterna. Men det handlar också om att vetenskapligt utpröva alltfler behandlingar och göra hälsoekonomiska studier. För närvarande pågår forskning i hypokondri, irritable bowel syndrom (ibs), sömnproblem och tvångssyndrom.

Den hälsoekonomiska forskningen av internetbehandling visar på stora vinster för både patienten och för samhället. Patienter som har genomgått internetbehandling av depression är till exempel signifikant mindre sjukskrivna, går mindre till doktorn, köper mindre hälsovård och känner sig mer arbetsföra. Den kostnadsmissiga besparingen för samhället ligger på cirka 3-4000 kronor per månad och patient. Utslaget på ett år ger det en genomsnittlig kostnadsbesparing på 36-48 000 kronor för en depressionspatient.



Figuren visar förändring av kostnader över tid för patienter som fått Internetbehandling 2008-2009