

Regional riktlinje

Internetförmedlad psykoterapeutisk behandling

Huvudbudskap

Internetförmedlad psykoterapeutisk behandling är ett erbjudande som ska ges till alla patienter med förutsättningar för behandlingssättet och som ett led utifrån begreppet stegvis vård. Stöd och behandling på nätet är en av regionstyrelsen i VGR prioriterad e-tjänst som utgör en del av omställningen till den nära vården.

Syfte

Riktlinjen anger för alla åldersgrupper hur internetförmedlad psykoterapeutisk behandling ska organiseras och genomföras i regionen för ett patientsäkert användande. Riktlinjen avser enbart internetbaserade psykoterapeutiska behandlingsprogram, riktlinjen avser inte stödprogram för exempelvis psykoedukation.

Bakgrund

Internetförmedlad psykoterapeutisk behandling ökar tillgängligheten till snabb och effektiv psykoterapeutisk behandling och utgör ett komplement och alternativ till, men ersätter inte, traditionell psykoterapeutisk behandling. Internetförmedlad psykoterapeutisk behandling passar många men inte alla patienter. Erbjudandet ska ges till alla patienter med förutsättningar för behandlingssättet och som ett led utifrån begreppet stegvis vård. Av patientsäkerhetsskäl bör särskild vikt läggas vid bedömning, kontinuitet i behandlingsförloppet, skattning av suicidrisk med varningssystem i programmet samt utvärdering av behandlingen. För att

behandlingsformen ska bli ett effektivt vårderbjudande behöver den organisatoriska strukturen anpassas och all personal på enheter som erbjuder behandlingsmetoden har tillräcklig kunskap om den.

Förutsättningar för behandling

- Internetförmedlad psykoterapeutisk behandling ska erbjudas med interaktivt behandlarstöd.
- Vårdgivare som erbjuder internetförmedlad psykoterapeutisk behandling ska använda program som ger indikation för suicidrisk hos patienten. Vårdgivaren ska också ha utarbetad rutin för att omhänderta suicidrisk eller kraftig försämring hos patienter som erhåller internetförmedlad psykologisk behandling.
- Vid behandling av barn och ungdomar betonas vikten av ett arbetssätt som inkluderar föräldrar eller andra viktiga vuxna.
- Vårdgivare som erbjuder internetförmedlad psykoterapeutisk behandling ska ha en utarbetad struktur och rutin som garanterar patientsäkerheten vid frånvaro hos internetbehandlaren. Detta innefattar garanterad kontinuitet på behandlarsidan så att patienter som utvecklar suicidrisk eller patienter som avbryter behandlingen uppmärksammas utan dröjsmål.

Bedömning

- Inför en eventuell internetförmedlad psykoterapeutisk behandling görs en klinisk diagnostisk bedömning av läkare, legitimerad psykolog, PTP-psykolog eller legitimerad psykoterapeut. För de som har grundläggande psykoterapiutbildning ska vårdgivaren ha ett utarbetat vårdflöde där dennes bedömning stäms av med leg. läkare, leg. psykolog, eller leg. psykoterapeut inför ev behandlingsstart.

Strukturerad intervju med MINI och MINI Kid som del i den kliniska bedömningen ökar den diagnostiska träffsäkerheten och identifierar eventuell samsjuklighet.

En inledande, noggrann bedömning och fortsatt uppföljning är viktig då vi ännu inte vet om internetmediet ger samma förutsättningar att upptäcka förändrade förutsättningar som en traditionell kontakt.

Kompetenskrav

- Legitimerad psykolog, PTP-psykolog, leg. psykoterapeut och socionom/annan legitimerad profession med grundläggande psykoterapiutbildning i den aktuella terapi-inriktningen är behöriga att utföra internetförmedlad psykoterapeutisk behandling. En rekommendation är att internetbehandling inte bedrivs mer än halvtid av tjänst¹.
- Hos vårdgivare där internetbehandling bedrivs bör all personal ha en viss kunskap om internetbehandling och dess effekt för att kunna rekommendera patienter denna typ av behandling.

Uppföljning

- Uppföljning och kvalitetssäkring av internetförmedlad behandling görs via anslutning till och registrering i kvalitetsregistret SibeR²
- Behandlingseffekten utvärderas kontinuerligt och vid avslut (ingår i SibeR).

Uppföljning av riktlinjen

- Andel patienter som behandlas med internetbaserad psykoterapeutisk behandling,
 - KVÅ-kod för psykologisk behandlingsmetod i kombination med
 - Internetbehandling KVÅ ZV044
 - Telemedicin KVÅ ZV051
- Andel patienter som behandlas med internetbaserad behandling och som registreras i kvalitetsregistret SibeR.

Innehållsansvarig

Kunskapsstöd för psykisk hälsa kunskapsstod.psykiskhalsa@vgregion.se

¹ Rapport om psykologisk nätbehandling 2010 – med fokus på primärvården och Västra

Rubrik: Internetbaserad psykoterapi i Götalandsregionen, T. Gustafsson

² [Regional förteckning över kvalitetsregister](#)

Dokument-ID: SSN.11800-2140130717-428

Information om handlingen

Handlingstyp: Medicinsk och vårdadministrativ riktlinje

Gäller för: Västra Götalandsregionen

Innehållsansvar: Elisabet Gervind, (elige5), Regionutvecklare

Granskad av: Martin Rödholm, (marro29), Verksamhetschef

Godkänd av: Karin Looström Muth, (karlo2), Direktör

Dokument-ID: SSN11800-2140136717-428

Version: 4.0

Giltig från: 2026-05-04

Giltig till: 2028-05-04