

# Behandlarmanual

**iKBT Bättre sömn vid psykos och bipolär sjukdom**

## Introduktion

I behandlarmanualen finns det mesta som du som behandlare behöver veta för att genomföra den internetbaserade KBT-behandlingen **Bättre sömn vid psykos och bipolär sjukdom**.

Bilagor och andra dokument som nämns i manualen finns länkade till men finns också på Behandlingens sida på vårdgivarwebben (INFOGA länk). Grunder och generella behandlingsprinciper för insomni och sömnbesvär behandlas **inte** i denna manual då ansvarig behandlare förväntas ha den kunskapen sedan innan.

Manualen är uppdelad i tre delar **FÖRE**, **UNDER** och **EFTER** baserat på var i behandlingsprocessen patienten befinner sig.

För att få en överblick över behandlingen bör du som behandlare dock läsa hela manualen minst en gång. När en patient är aktuell för behandlingen läser du avsnittet **FÖRE** grundligt för att få en förståelse och rätt förkunskaper. När en patient blir aktuell för bedömningsamtalet finns sedan hela vårdprocessen beskriven i kronologisk ordning under avsnittet **UNDER**. Efter att patienten avslutat eller avbrutit behandlingen följer en del uppgifter som finns beskrivna i avsnittet **EFTER**.

## Ändringslogg

från och med november 2024

Ändring	Datum
Tydliggjort stegen efter avslutad behandling utifrån rutin inom forskningsstudie.	2024-11-15
Uppdaterat manualen baserat på flytt av stödsida till vårdgivarwebben	2025-04-16
Uppdaterat länkar till dokumenten som nu är placerade som allmän handling i sharepoint-ytan: <a href="#">Utveckling internetlevererad kognitiv beteendeterapi - Bättre Sömn för dig med Psykossjukdom / Bipolär sjukdom</a>	2025-04-17

## Innehållsförteckning

### **FÖRE**

Behandlingens fokus och upplägg

Bedömning och exkludering

Bättre Sömn vid komorbida tillstånd (utöver psykos och bipolär sjukdom)

Sömnmediciner och hjälpmedel

Skattningsskalor

Tempo, motivationsarbete och uteblivande

Vid avhopp/avbrott

Praktisk information

### **UNDER (GENOMFÖRANDE)**

#### **EFTER AVSLUTAD BEHANDLING**

3-månadersuppföljning

Forskningsprojekt: Meddela avslutad behandling inkl. genomförd 3-

månadesuppföljning

Svara på feedbackformulär

Avsluta och gallra patienten