

# Introduktion av iKBT

## Förbättringsarbete 2019

- Målet är att Region Jönköpings läns samtliga vårdcentraler skall erbjuda iKBT- behandling till sina patienter. I regionen startades satsningen 2016.
- Aneby vårdcentral fick del av utbildningen i iKBT under hösten 2017 och har sedan 2018 kunnat erbjuda iKBT, men i praktiken har vi haft igångsättningsvårigheter.

### Syfte

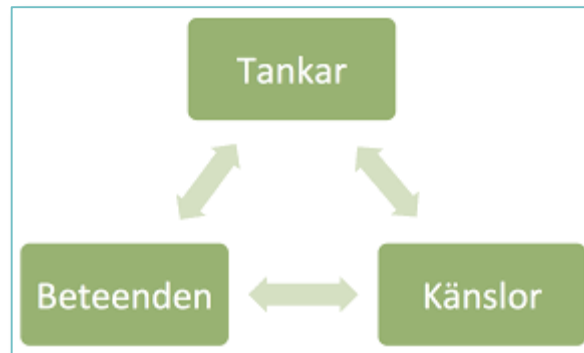
Igångsättande av iKBT-behandlingar vid Aneby Vårdcentral.

### Metod

Genomgång tillsammans med regionens systemförvaltare med uppdatering av det praktiska genomförandet av patientarbetet. Information till personalgruppen vid Aneby Vårdcentral på en arbetsplatsträff med information om metodiken/förbättringsarbetet.

### Bakgrund

iKBT (Internetstött Kognitiv BeteendeTerapi) är en manualbaserad terapiform där behandling sker på internet. Där får patienten jobba utifrån olika moduler i standardiserade program för bla ångest, oro, depression och stress.



Ansvarig: Teija Jyrinki Kärkkäinen, leg psykoterapeut

### Resultat

Efter genomgång och information till vårdcentralens personal kom genomflödet av potentiella patienter igång. Vi har uppnått vårt mål om minst fyra patienter i iKBT till 2019-12-01. Patienterna har arbetat i olika program mot oro, ångest och stress.

### Slutsats

- Metoden har visat sig vara ett värdefullt komplement till den traditionella behandlingen som vårdcentralen erbjuder.
- iKBT bidrar till mer jämlik och tillgänglig vård för våra patienter.
- Metodiken uppfattas göra det lättare att integrera ny information i patientens vardag.

### Sammanfattning

iKBT utgör ett mervärde för Aneby Vårdcentral i och med att den ger möjlighet att nå fler patienter mer fler alternativ. Metoden innebär en kvalitetssäkring på grund av att materialet ser lika ut för samtliga patienter – oavsett behandlare. Metoden bidrar till mer jämlik och tillgänglig vård. Vi uppfyllde våra mål.



[www.anebyvardcentral.se](http://www.anebyvardcentral.se)

