

# Analysespecifikation vedrørende anvendelse af guidet internetbaseret terapi

Analysespecifikationen har til hensigt at afgrænse analysen vedrørende anvendelse af guidet internetbaseret terapi. Fagudvalget præsenterer konteksten for analysen og specifikationerne for analysen nedenfor, hvor der opstilles et analysespørgsmål med tilhørende PICOS, som er et redskab til at konkretisere, hvilken patientpopulation, intervention, komparator, effektmål og setting, der er genstand for analysen. Til sidst er relevant evidens vedrørende genstandsfeltet angivet. Analysespecifikationen bliver anvendt som afsæt for det videre arbejde med analysedesignet, hvor fagudvalget opstiller konkrete undersøgelsesspørgsmål indenfor hvert perspektiv.

## 1 Kontekst for analysen

I 2022 indstillede Region Syddanmark på vegne af alle fem regioner et analysetema omhandlende internetbaseret terapi til voksne med let til moderat depression. Temaet blev udvalgt af Danske Regioners bestyrelse og indgår dermed i Behandlingsrådets opgaveportefølje for 2023.

Internetbaseret terapi er en behandlingsform, der anvendes i flere lande, herunder Danmark. Det er online-programmer eller apps, der baseres på viden og øvelser fra den kognitive adfærdsterapi. Modsat den konventionelle samtalerterapi leveres terapien primært via videoer, tekst og illustrationer i et online set-up på modtagerens egen pc, tablet eller telefon i eget hjem. Guidet, internetbaseret terapi understøttes af en behandler, der vejleder og støtter modtageren igennem programmet. Den internationale forskning finder, at guidet, internetbaseret kognitiv adfærdsterapi viser gode resultater i form af forbedring af depressionssymptomer sammenholdt med ikke-guidet terapi, standardbehandling og venteliste. [1][2]

På nuværende tidspunkt har fagudvalget kendskab til ét regionalt onlineprogram til målgruppen. *Internetpsykiatrien.dk* tilbyder internetbaseret kognitiv adfærdsterapi til voksne med let til moderat depression. *Internetpsykiatrien.dk* blev i 2013 etableret som demonstrationsprojekt i Region Syddanmark på vegne af alle regionerne i regi af National Handlingsplan for Udbredelse af Telemedicin (2012-2015) og sat i drift i 2015. *Internetpsykiatrien.dk* har siden 2018 været et fast tilbud for borgere over 18 år i hele landet. *Internetpsykiatrien.dk* bemannes af psykologer og drives af Psykiatrien i Region Syddanmark som en del af Telepsykiatrisk Center. Siden 2018 har et stigende antal borgere anvendt tilbuddet, og i 2022 ramte tilbuddet deres loft på 2000 borgere årligt. I 2020 har DEFACTUM udarbejdet en evaluering med data fra et pilotprojekt omhandlende *Internetpsykiatrien.dk*, der viser at 50% gennemfører tilbuddet. Deltagerne, der gennemfører, er i overvejende grad unge under 30 år, ressourcestærke personer, dvs. personer med længere uddannelse, som var tilknyttet arbejdsmarkedet, var samboende, uden alkohol- eller stofmisbrug og personer med symptomer svarende til en moderat til svær depression. Behandlingen viste god effekt på depressionssymptomer, men det er ikke muligt at konkludere, at disse ændringer kan tilskrives behandlingstilbuddet, da der ikke har været en kontrolgruppe at sammenligne resultaterne med samt evalueringen baseres på få deltagere.[3]

## 2 Specifikationer

**Analysespørgsmål: Bør guidet internetbaseret terapi anvendes som behandling af voksne med let til moderat depression?**

PICOS	Uddybning
<b>Population</b>	Voksne (≥ 18 år) med symptomer på let til moderat depression.  Eksklusionskriterier: OCD, PTSD, psykoselidelser, somatoforme lidelser, autismespektrum lidelser, demens, alvorlige fysiske lidelser, IQ <70, personlighedsforstyrrelser, akut øget selvmordsrisiko, misbrug, spiseforstyrrelser.

<b>Intervention</b>	Internetbaseret behandlingsprogram bestående af terapeutassisteret kognitiv adfærdsterapi, hvor programmet understøttes af terapeut via telefon, video, sms-beskeder eller e-mails. Internetbaseret behandling skal stå som den eneste terapeutiske behandling.
<b>Komparator</b>	Treatment as usual. Eksempelvis: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kognitiv adfærdsterapi ved praktiserende psykolog</li> <li>• Kliniske samtaler med egen læge</li> <li>• Venteliste</li> <li>• Medicin</li> <li>• Placebo</li> </ul>
<b>Kliniske effektmål</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Remissionsrate (Klinisk bedømt eller scoringsbedømt) (Kritisk)</li> <li>• Behandlingseffekt målt ved depressionsskala (Kritisk)</li> <li>• Helbredsrelateret livskvalitet (Kritisk)</li> <li>• Funktionsniveau (Scoringsbedømt) (Kritisk)</li> <li>• Selvmordsadfærd (Kritisk)</li> <li>• Forværring (bivirkning ved behandling) (Kritisk)</li> <li>• Frafald (Vigtigt)</li> <li>• Sygefravær (Vigtig)</li> </ul>
<b>Setting</b>	Onlineforløb via computer, tablet eller smartphone. (understøttet af terapeut)

**Tablet 1.** Analysespørgsmål 1 med tilhørende PICOS-sammensætning

### 3 Relevant evidens

1. Internet-delivered cognitive behavioural therapy for major depression and anxiety disorders: A health technology assessment, Ont. Health Technol. Assess. Ser. 19 (2019) 1–199.  
<http://www.hqontario.ca/evidence-to-improve-care/journal-ontario-health-technology-assessment-series%0AOntario.x%2F>
2. E. Karyotaki, O. Efthimiou, C. Miguel, F.M.G. Bermpohl, T.A. Furukawa, P. Cuijpers, H. Riper, V. Patel, ... Y. Forsell, Internet-Based Cognitive Behavioral Therapy for Depression: A Systematic Review and Individual Patient Data Network Meta-analysis, JAMA Psychiatry. 78 (2021) 361–371.  
<https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2020.4364>.
3. Defactum, Evaluering af internetbehandling til patienter med depression, (2020).  
<https://www.defactum.dk/publikationer/showPublication?publicationId=854&pageId=309986>.