



# CITYLÄKARNNA

en del av **kry**

# Integrerad beteendehälsa

## IBH-projektet 2019-2023

**Josefin Nordlund**

Enhetschef Psykisk hälsa,

Leg. psykolog

Kvalitet- och utvecklingsansvarig

Cityläkarna i Kalmar/Oskarshamn och Kry Vårdcentral Nybro



# Agenda



## Vad är IBH?

Information om  
integrerad beteendehälsa



## Beteende- konsultation

Information om behandling



## Om projektet

Syfte och mål  
Tidslinje  
Resultat - statistik

# *Integrerad* beteendehälsa



# *Integrerad* beteendehälsa



- Levnadsvanor (kost, sömn, motion, substansbruk, medicinering)
- Sysselsättning
- Intressen, återhämtning
- Umgänge
- Hantera känslor, tankar, impulser

# Integrerad beteendehälsa

**I**

## **Integrerad**

= helt inordnad i

---

”En självklar del av  
primärvården”

**B**

## **Beteende-hälsa**

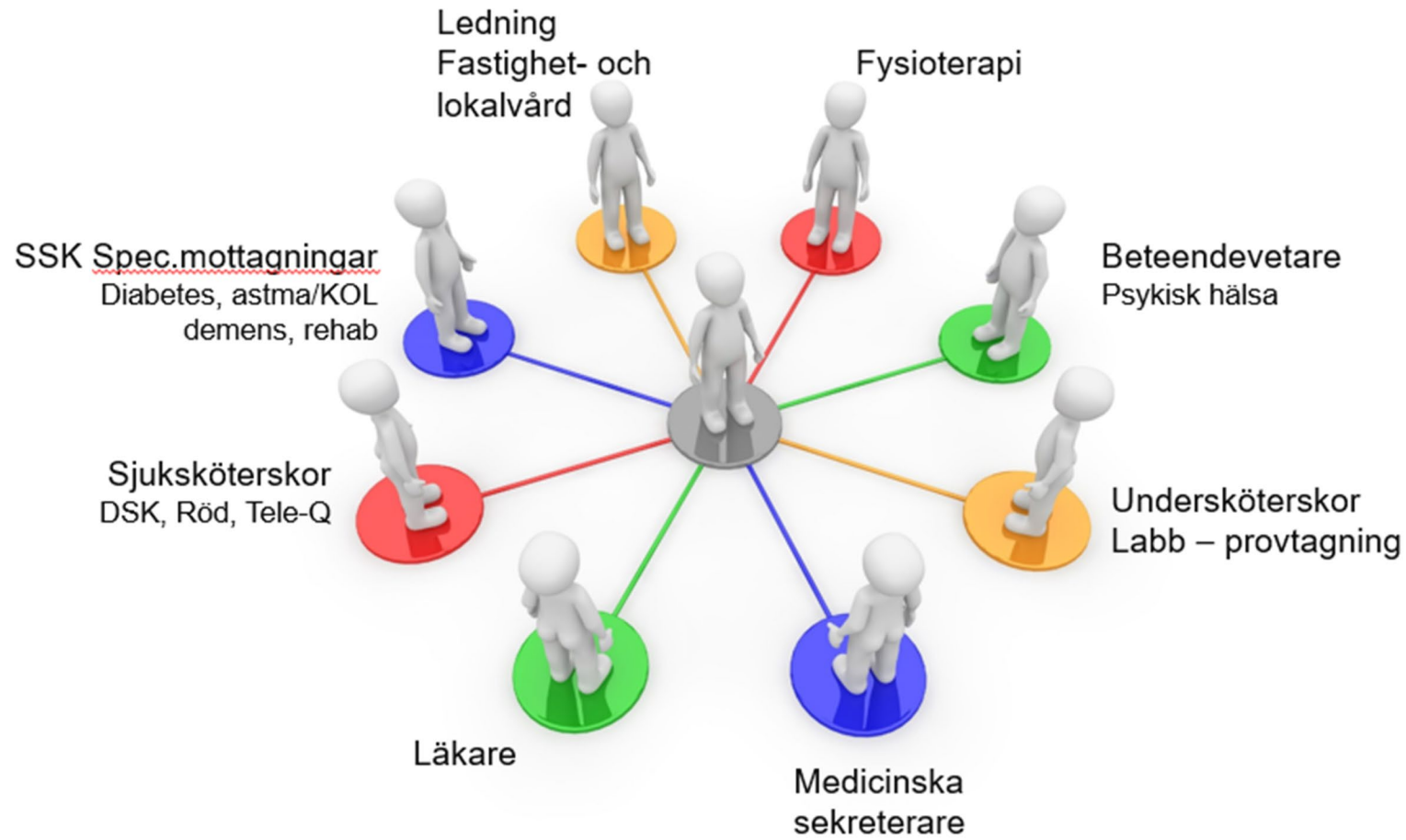
Våra beteenden påverkar vår hälsa

---

”Det jag gör påverkar hur jag mår”

**H**

# Integrerad beteendehälsa



”

Life does not get better by chance.  
It gets better by change.

- Jim Rohn





# Syfte och mål

**Att erbjuda bästa möjliga primärvård:  
en tillgänglig, personlig och kvalificerad  
vård i ständig utveckling**




- Vård när patienten behöver det
- Av rätt yrkesgrupp och på rätt vårdnivå (stegvis vård)
- Öka hälsofrämjande beteenden hos våra patienter – utifrån individens behov och önskemål

# Projektets tidslinje

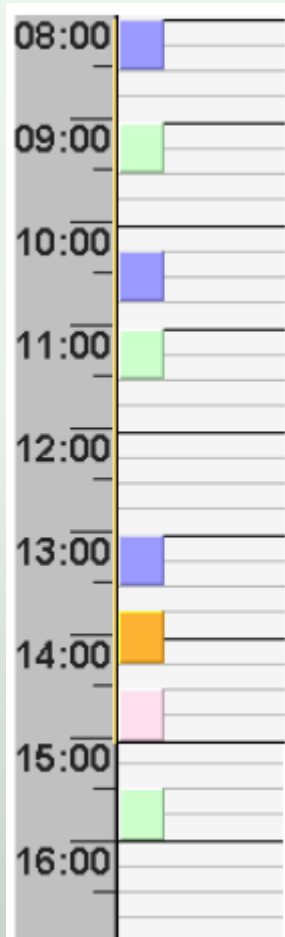


2  
0  
1  
9

## Implementering - Maj 2019

-  Genomgång av IBH för hela verksamheten
-  Tidböcker och triagemallar uppdateras
-  Arbetet inleds!

# Implementering av IBH



## Tidbok

- **Drop-in tider**  
*bokas tidigast dagen innan används till alla typer av besök*
- **Bokningsbara tider**  
*främst till för återbesök men även nybesök när patienten vill vänta, kan bokas när som helst*

(Orange = telefon)

(Rosa = video)

## Triagering IBH

Gäller alla patienter över 18 år.

### Boka patienten till beteendevetare i första hand vid:

- **Depression, nedstämdhet** (vid misstanke om svår depression eller vid **suicidrisk** ska läkarbedömning göras och/eller hänvisa direkt till akutupsykiatri!)
- **Ängest, oro**: panikångest, generaliserad ängest, social fobi, hälsoångest, tvångstankar/tvångshandlingar
- **Sömnpromblem**
- **Stress**: akut stressreaktion, anpassningsstörning, utmattningssyndrom
- **Posttraumatiskt stressyndrom (PTSD)** lindrig problematik
- **Neuropsykiatrisk bedömning** t.ex. ADHD inför remiss till psykiatri
- **Kris** t.ex. vid förluster eller yttre påfrestningar - OBS! bejaka **suicidrisk!** Rekommendera gärna patienten telefonstödlinjer och krishandboken.

### Kan också bokas till beteendevetare efter läkarbesök:

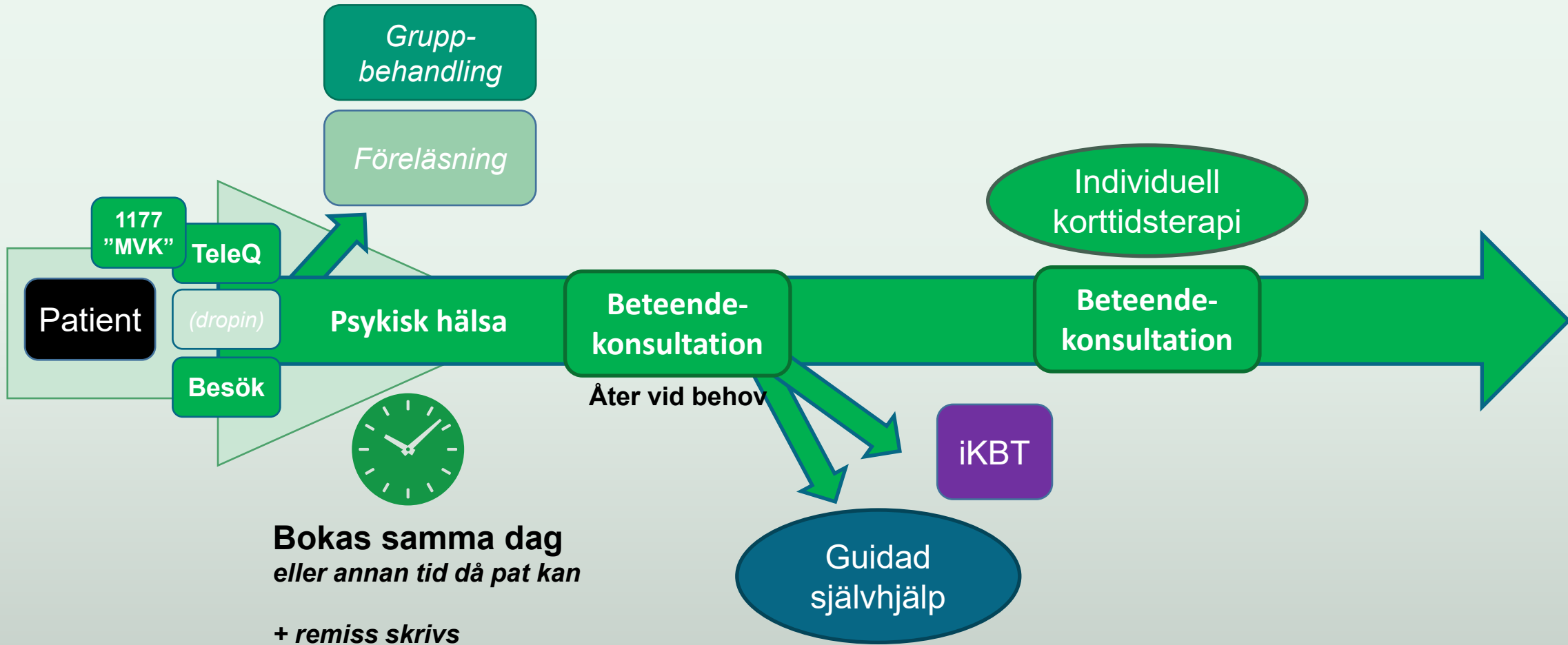
- **Smärtproblematik**, psykosomatiskt inkl. **somatoformt** smärtsyndrom. *Alternativt remiss till smärtenheten.*

### Hänvisning till annan vårdgivare:

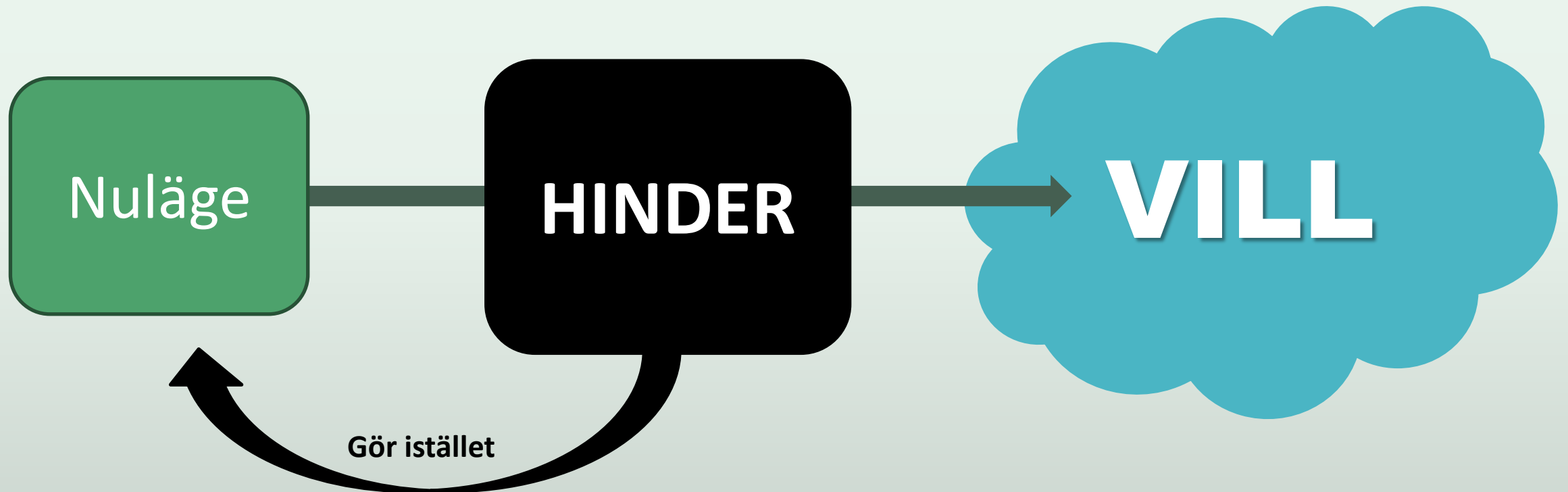
- Svår psykisk ohälsa, pågående eller återkommande **behandlingskontakt** inom psykiatri hänvisas till **psykiatri**.
- **Arbetsrelaterad problematik** hänvisas i första hand till **Företagshälsovården**.
- **Relationsproblem** hänvisas i första hand till **familjerådgivningen**.
- **Pågående missbruk eller beroende** hänvisas till **Alkohol- och drogmottagningen** i Kalmar Kommun. Läkemedelsbehandling administreras av läkare på Hälsocentralen.
- **Ekonomiska problem, bistånds- eller bostadsfrågor** hänvisas till **Socialförvaltningens försörjningsstöd**.
- Barn och ungdomar 6-17år hänvisas till **Barn och Ungdomshälsan** eller BUP.
- Vid önskemål om **stödsamtal/stödkontakt**, hänvisa till ex. telefonlinjer/stödgrupper

Är du osäker? Fråga någon av oss beteendevetare!

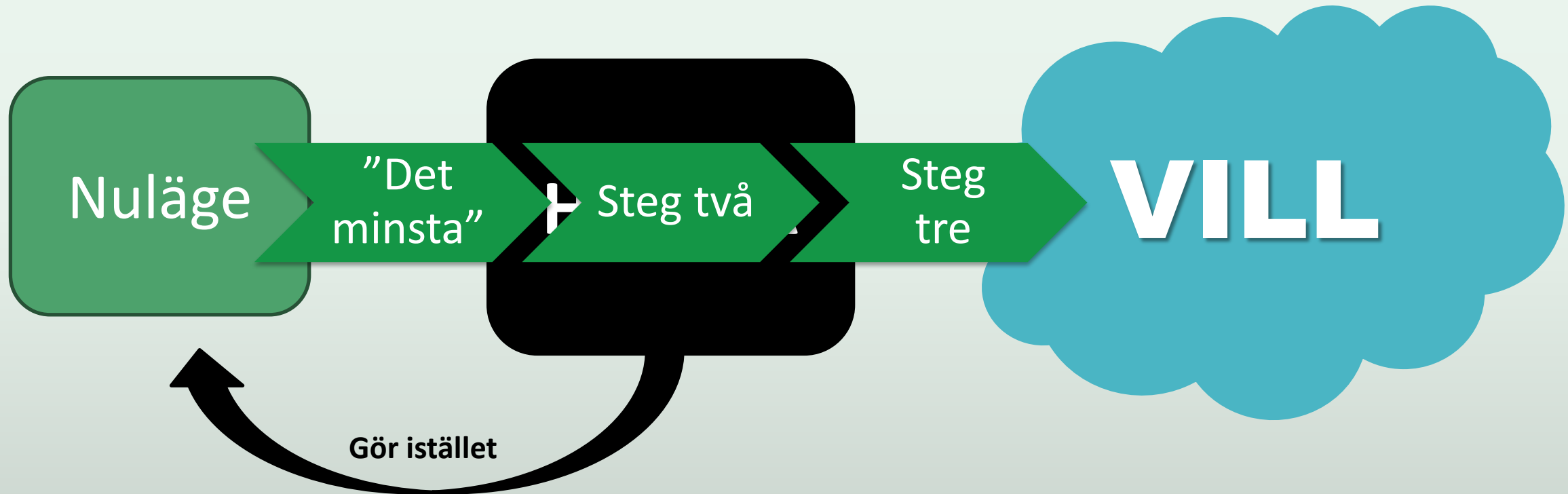
# Patientflöde - psykisk hälsa



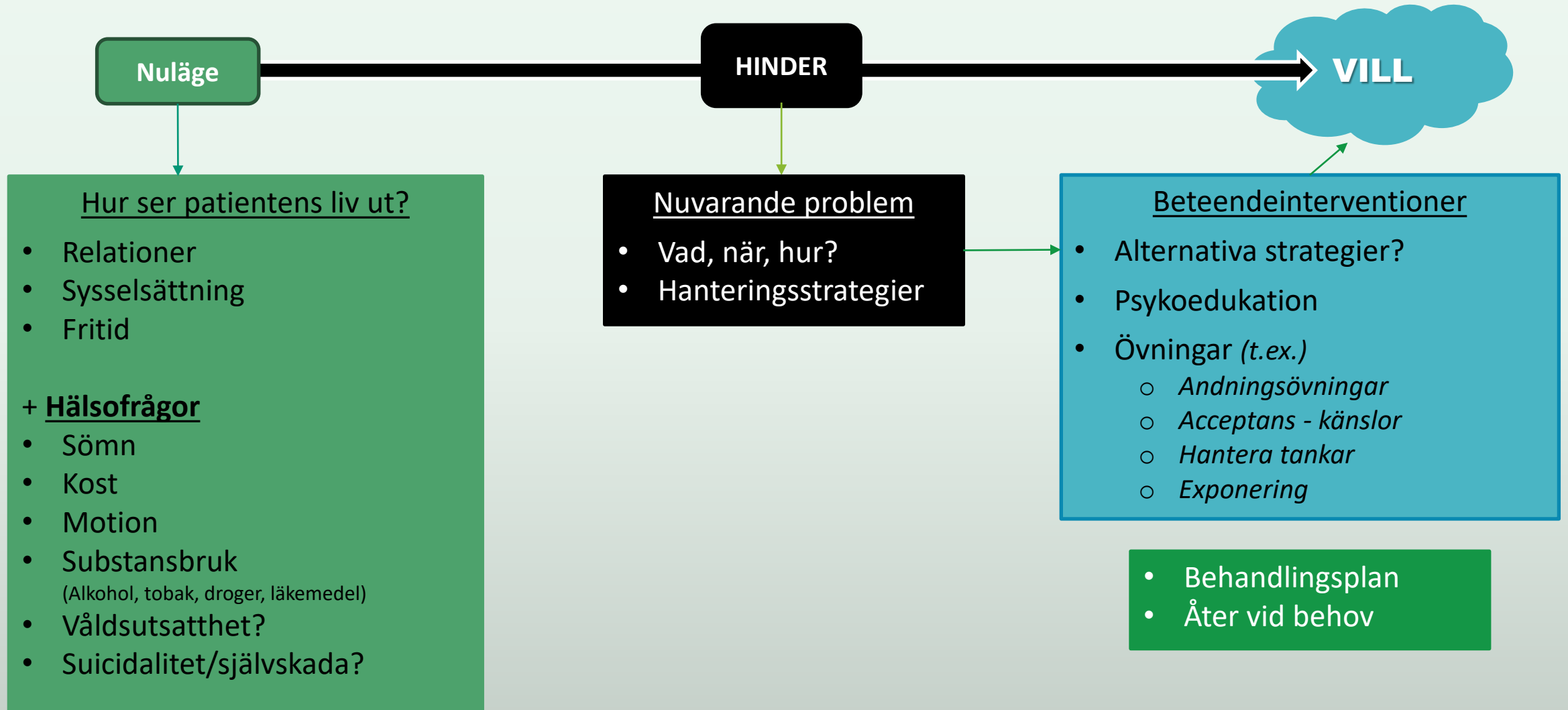
# Beteendekonsultation



# Beteendekonsultation



# Beteendekonsultation



# Resultat första året



## Projektrapport – Januari 2020

Statistik: jämförelse psykisk hälsa-patienter hösten 2018-2019

- Tillgänglighet, patientflöde
- Behandlingsmetoder

2  
0  
2  
0

82%  
>100  
antal patienter

Jämfört med hösten 2018





# Fortsatta IBH-projekt

## Patienternas upplevelser



### Patientenkät: Patienternas upplevelse av IBH

Svarsfrekvens 39% (Urval: 100 från hösten 2019)

Andel positiva svar: 4-5 på skala 1-5

2  
0  
2  
0

84%

Hög tillgänglighet

85%

Gott personligt bemötande

74%

Patientcentrerad  
vård

72%

Upplagd  
hjälpsamhet

2  
0  
2  
1

## Patientnöjdhet?



### Patientenkät

Urval: 100 patienter september 2021

Svarsfrekvens 33% (N:33)

Visar i stort sett samma resultat som året innan  
Pilottest av delskala "nöjdhet"

70%  
"Nöjdhet"



# Digifysisk vård

## Implementering av Videobesök



### Behandlares upplevelser av videobesök

Kvalitativ tematisk analys

- Påverkansfaktorer för val av besökstyp
- Fördelar
- Hinder



### Fördelning av besökstyper

Enhetsbaserat och regionen i stort  
Tillgänghetspåverkan?

2  
0  
2  
2



# Tillgänglig vård för psykisk hälsa



**Tillgänglighetskravet:** första tid inom 14 dagar!

**96%**

CL 2021

**68%**

Övriga enheter i regionen 2021

**2022**



**99%**

Cityläkarna i Kalmar

Väntetid i snitt: 3 dagar (median)



**64%**

Övriga enheter inom regionen

Väntetid i snitt: 14 dagar (median)