

Digital psykisk hälsa Kalmar län

Bakgrund

- Psykisk ohälsa hos unga vuxna ökar
- Sänka tröskeln, öka tillgängligheten
- Nå dem som inte söker
- Utvärdera digitala arbetssätt



Varje ung vuxen som mår dåligt ska känna att de bara är några klick ifrån att få hjälp med sin psykiska hälsa - Ingen ska behöva må dåligt i onödan!

Digital psykisk hälsa Kalmar län erbjuder

- Hög tillgänglighet
- Öppet vardagar 8-17.
- Psykologisk behandling vid *lindrig till måttlig* psykisk ohälsa och kurativa/stödjande insatser vid livsituationsproblem.
 - Nedstämdhet - Utsatthet
 - oro/ångest - Kris/sorg
 - stress
 - sömnbesvär
- Stöd i att hitta rätt inom vård, civilsamhälle och kommunala insatser.

Tidsbokning

- Patienten bokar själv tid via Digital psykisk hälsa Kalmar län kontaktkort 1177
- Patienten bokar själv återbesök samt ombokar och avbokar
- Ineras nya webbtidbok med triageringsfunktion
- Möjlighet att lägga in fler frågor men vi vill ha bokningsförfarandet enkelt och låg tröskel

Boka tid

Har du besökt oss tidigare? *(obligatorisk fråga)*

- Ja, för samma besvär som jag vill boka tid för nu
- Ja, men för ett annat besvär
- Nej

Vad söker du hjälp för? *(obligatorisk fråga)*

- Psykisk ohälsa (exempelvis nedstämdhet, oro, ångest, stress och sömn)
- Livssituationsproblem (exempelvis kris, sorg, ensamhet, utsatthet)

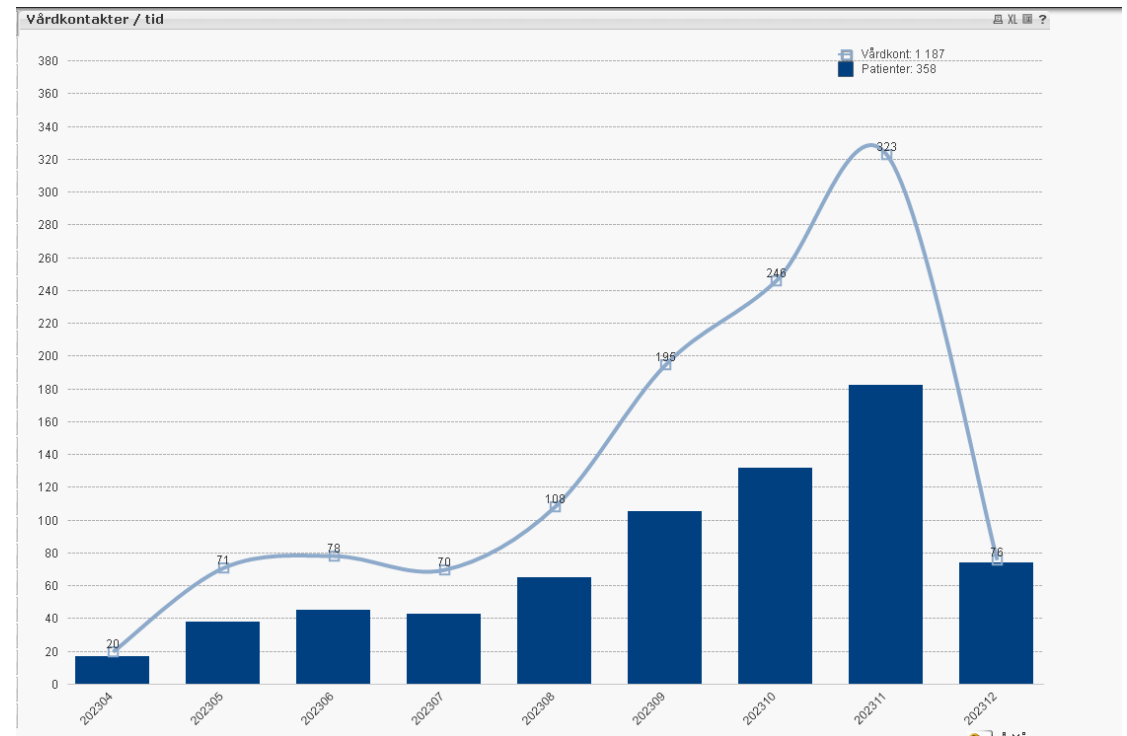
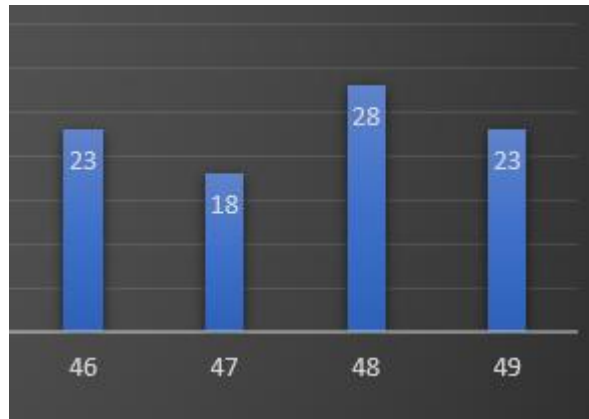
Arbetsätt

- 30 min videosamtal
- Nytt behandlingsprogram på Stöd och behandling "Hantera tankar, känslor och beteenden"
 - Utvecklades på efterfrågan av verksamheten
 - KBT-bank
 - Fristående interventioner som skraddarsys
 - Möjlighet att **individanpassa** även digital behandling

Vad vi ser hittills

Resultat hittills

- Stort intresse. 358 patienter och (snart) fler än 1200 besök
- Senaste fyra veckorna: 92 nybesök
- Medel väntetid från bokning av besök till besök: 2,6 dagar (inklusive helgdagar)
- 33% inom 24h



Digital utveckling för att hålla en god tillgänglighet

- Hög tillgänglighet är viktigt både för behandlingsutfall och terapeutisk relation
 - Patienter bokar, ombokar och avbokar sina egna tider via 1177
 - Kommunikation sker digitalt, ingen onödig tid att skriva ut och posta brev
 - Färdiga mallar istället för fritext i personalverktyget
 - Digitalt behandlingsstöd som patienten kan arbeta med mellan sessionerna
 - Frasminnen finns till alla avsnitt i behandlingsprogrammet
 - Ny journalmall med fokus på fasta val

Resultat hittills

- "Samma" diagnoser som ordinarie verksamhet
- Relevanta sökorsaker utifrån vårdnivå och primärvårdsuppdraget
- Attraktivt sätt att få vård för våra invånare
- Hög tillgänglighet lockar
- Har nått hela länet, men majoriteten från Kalmar
- Nöjda patienter: 3,5 av 4 (6 frågor 1-4 där 4 är max)

Diagnoser, topp 5

- **F40-F48 Neurotiska, stressrelaterade och somatoforma syndrom**

66% ordinarie 58% digital mottagning

- **Z70-Z76 Kontakter med hälso- och sjukvården i andra situationer**

24% ordinarie 19% digital mottagning

- **F30-F39 Förstämningssyndrom**

14% ordinarie 14% digital mottagning

- **Z55-Z65 Potentiella hälsorisker avseende socioekonomiska och psykosociala förhållanden**

6% ordinarie 6% digital mottagning

- **R40-R46 Symtom och sjukdomstecken avseende intellektuella funktioner, uppfattningsförmåga, känsloläge och beteende**

5% ordinarie 26% digital mottagning

Hänvisning från HC

- Uteslut suicidrisk och gör en bedömning kring vårdnivå
- Lämplighet för digital behandling
- Motivation till digital behandling

Digital psykisk hälsa genomför och arbetar inte med:

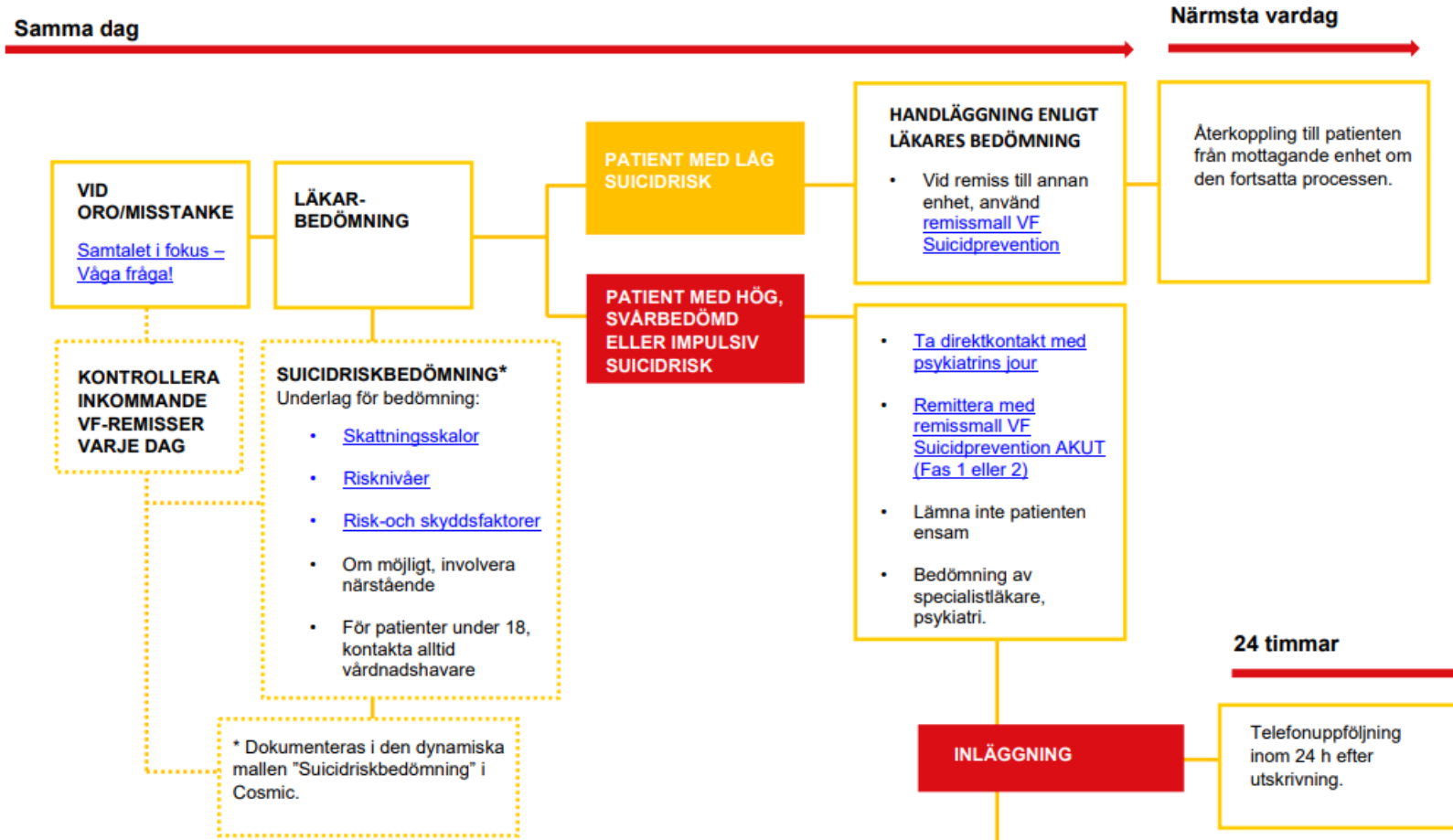
- Utredningar (exempelvis neuropsykiatri)
- Fördjupade bedömningar inför remiss till psykiatrin (exempelvis huruvida det föreligger en bipolaritet)

Digital psykisk hälsa är ett, men inte det enda alternativet att få hjälp.

Vårdförlopp suicidprevention

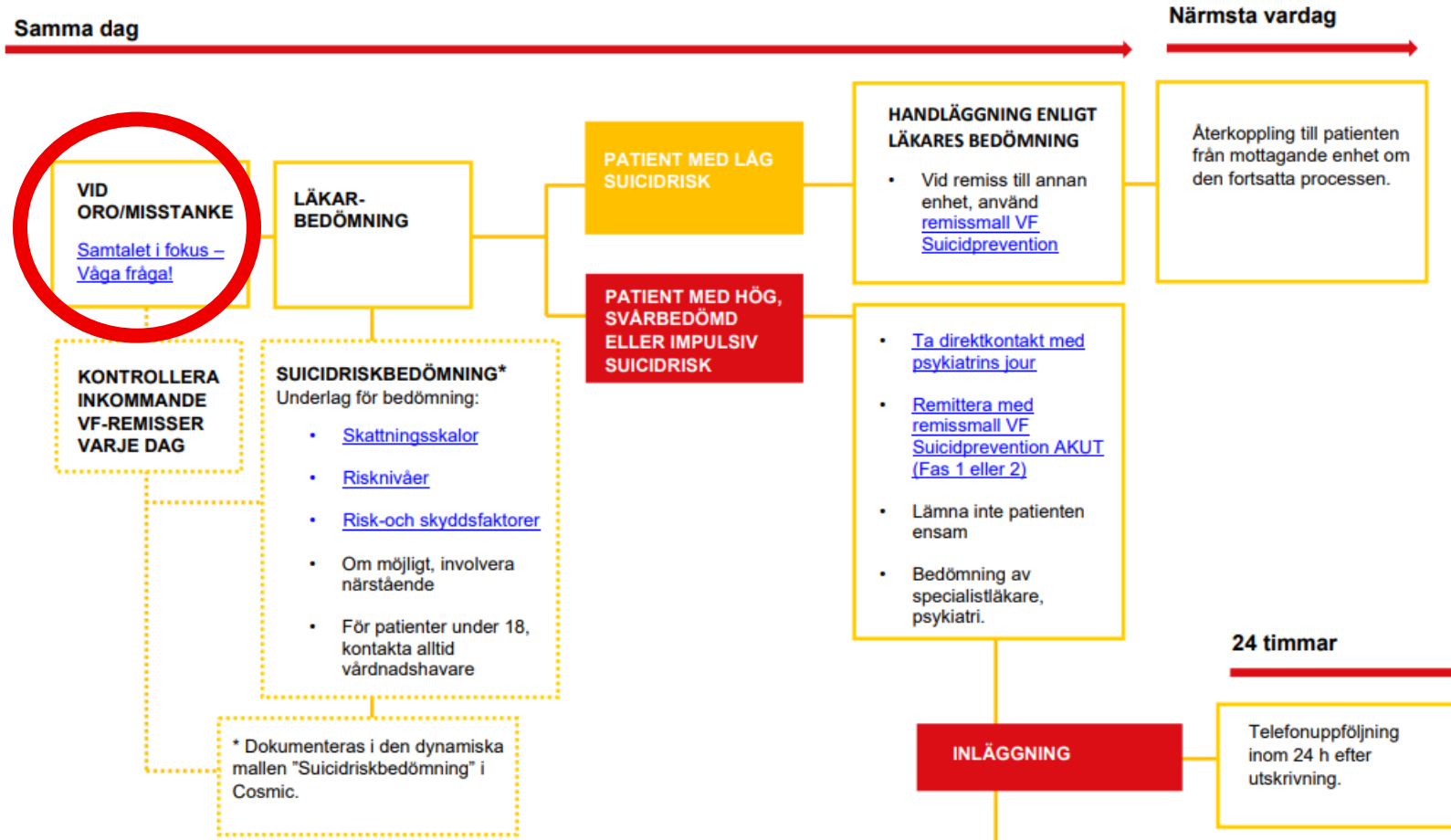
Vårdförlopp fas 1

Vårdförlopp suicid, fas 1, **primärvård**: Suicidnära patienter



Vårdförlopp fas 1

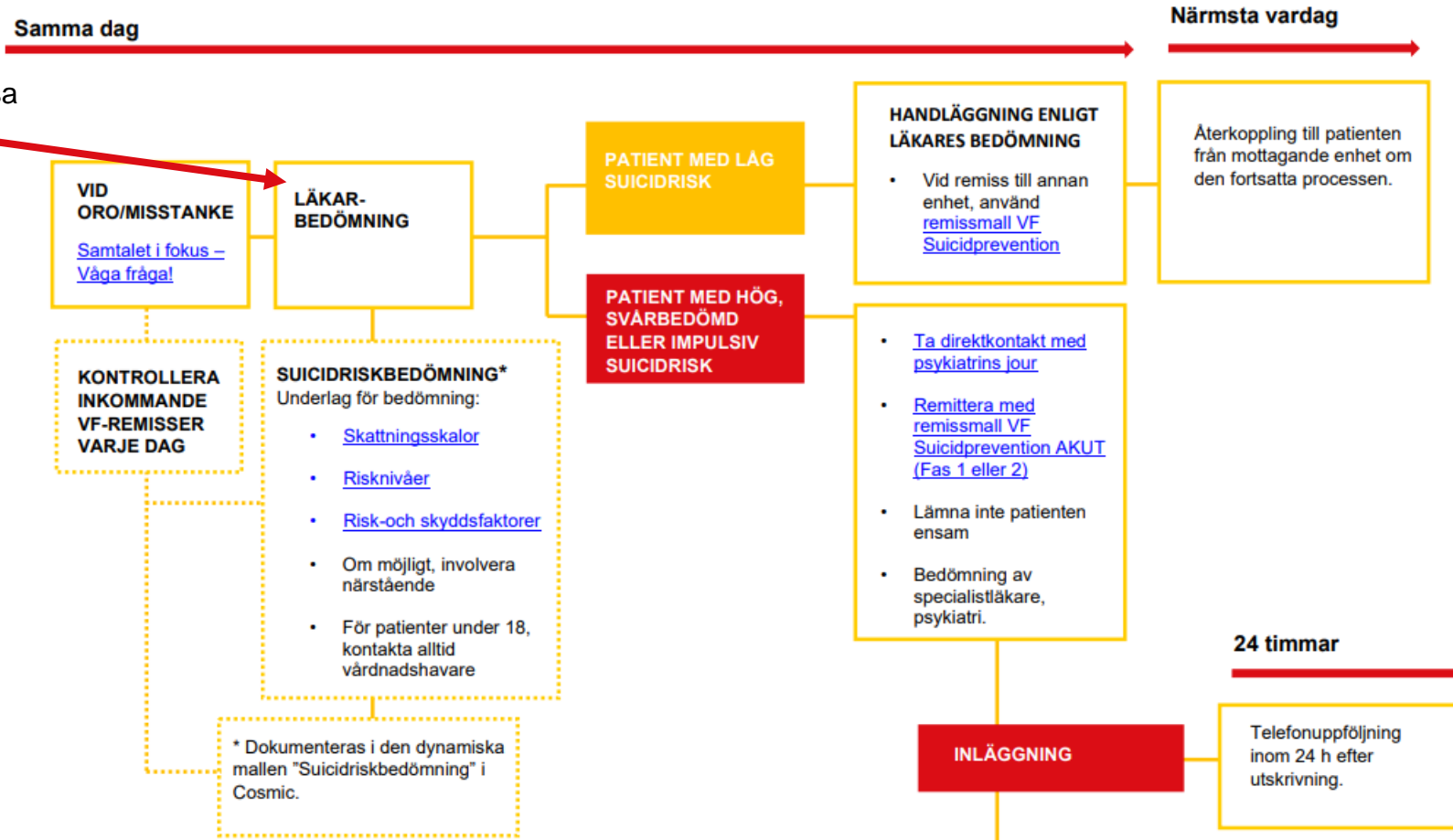
Vårdförlopp suicid, fas 1, **primärvård**: Suicidnära patienter



Vårdförlopp fas 1

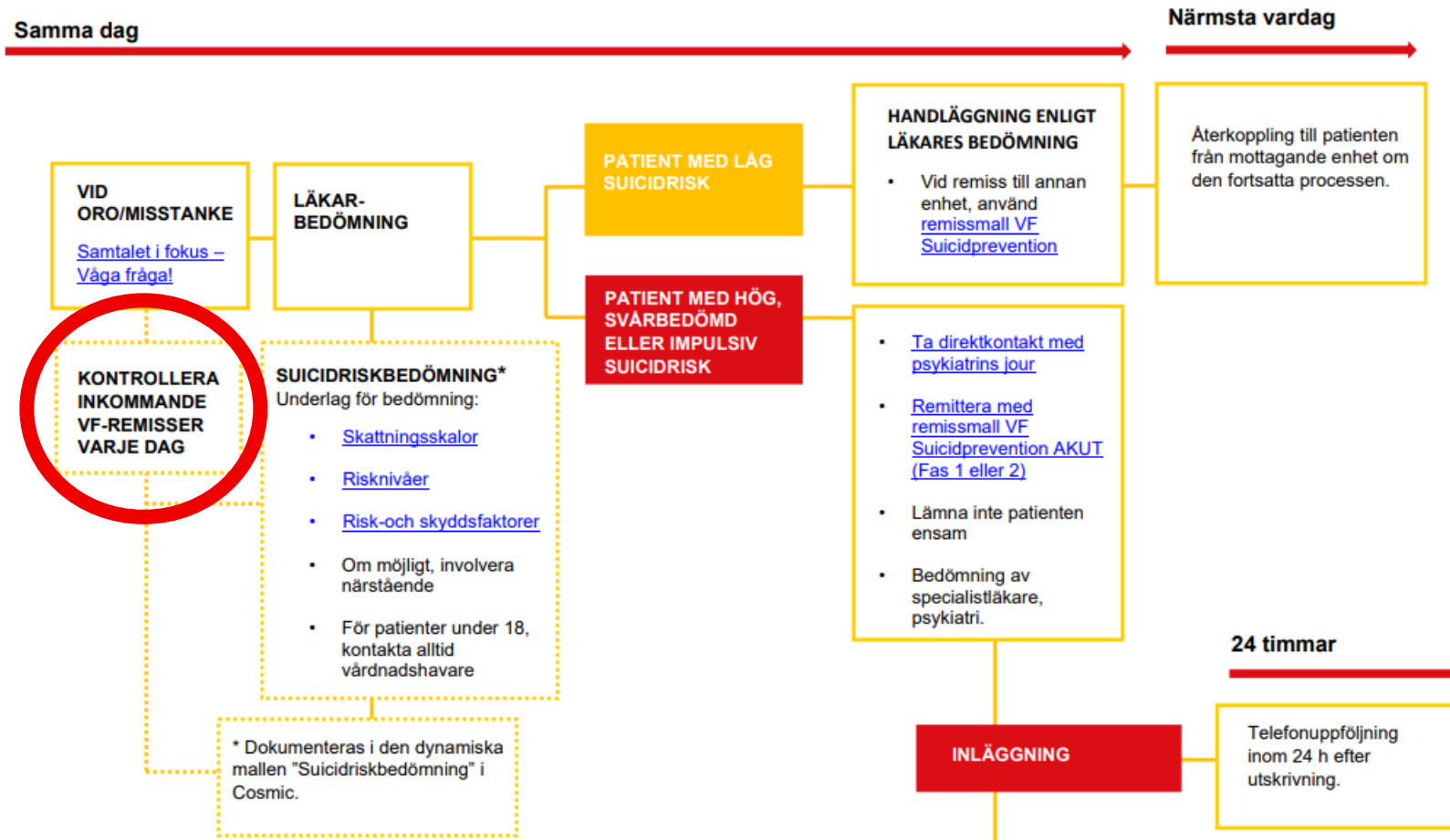
Vårdförlopp suicid, fas 1, **primärvård**: Suicidnära patienter

Remissmall VF
Suicidprevention
Från Digital psykisk hälsa
Till HC





Vårdförlopp fas 1


Vårdförlopp suicid, fas 1, **primärvård**: Suicidnära patienter

















* Dokumenteras i den dynamiska mallen "Suicidriskbedömning" i Cosmic.

Visa vy för: Vald patient Alla patienter

Remissdatum fr.o.m: T.o.m:
2023-09-13  2023-12-12 

Använd filter:
(Inget filter) 

Gruppering:
(Ingen) 

Remissta...	Remissdatu...	Personnumm...	Namn	Remisstyp	Remitterande enhet	Remissmottagare	Svarssta...	RID	Svar utskri...	Mottagande yrke...	Uppföljnings...						Ankomstdat...
 1	2023-12-12	19 800608-9240	Berga hälsocentral, Salma-Övn	Vårdbegäran	Psykisk hälsa Blå Kust...		0	501104185									2023-12-12
 4	2023-12-12	20 130114-2384	Berga hälsocentral, Edina-Övn	Vårdbe... 	Psykisk hälsa primärv...		0	501104183									2023-12-12
 1	2023-12-12	19 620721-3098	Berga hälsocentral, Tor-Övn	Vårdbegäran	Digital psykisk hälsa K...		0	501104182									2023-12-12
 4	2023-12-12	19 501128-2182	Berga hälsocentral, Hjertie-Övn	Vårdbe... 	Kalmar		0	501104178									2023-12-12



Tillsammans
för ett **friskare**
tryggare och
rikare liv



Tillsammans
för ett **friskare**
tryggare och
rikare liv