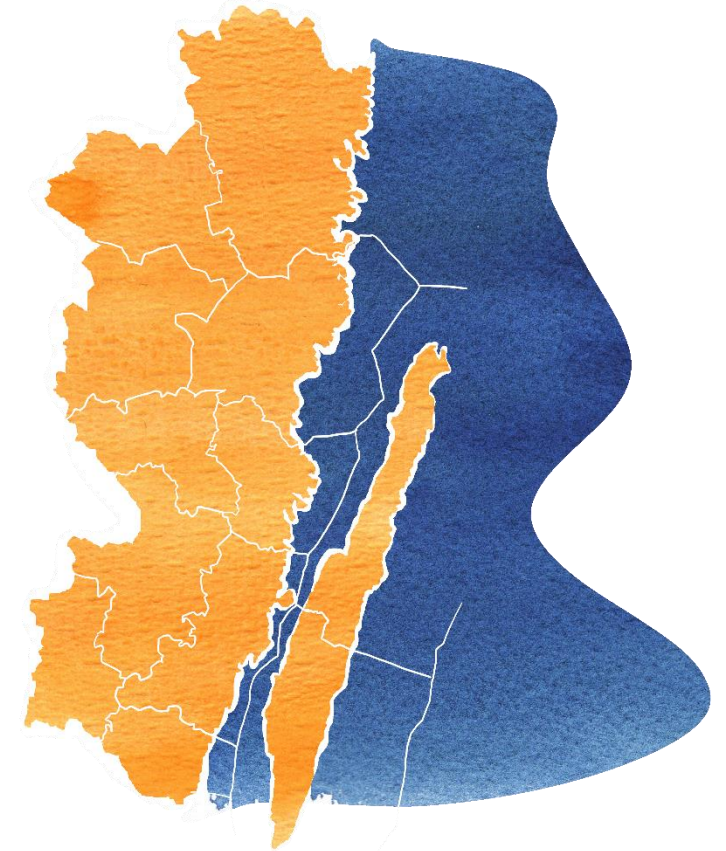


# Digital Psykisk Hälsa Kalmar län

# Digital psykisk hälsa Kalmar län

- Projekt drivet av Psykisk hälsa, primärvården
- Start av länsövergripande digital mottagning 3 april
- För unga vuxna 18-25 år
- Enbart digitala kontakter
- Mottagningen heter *Digital Psykisk Hälsa Kalmar län*
- Projektet är anslagsfinansierat utanför Vårdvalet psykisk hälsa.
- Projektet pågår från hösten 2022 till juni 2024



## Bakgrund till projektet

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

## Målet med projektet

- Starta och utvärdera en digital mottagning för Unga vuxna (18-25 år) med lätt till medelsvår Psykisk ohälsa i Region Kalmar län.
- Erbjuder målgruppen en tillgänglig och digital vård med anpassade Internetbehandlingar.
- Skapa en enkel och digital väg in till kontakt med kurator eller psykolog, öka tillgängligheten och stödjande samtal
- Samverka med berörda verksamheter





Patienten upplever  
symptom för psykisk ohälsa



Patienten kontaktar Digital Psykisk  
Hälsa via 1177.se



Patient får träffa psykolog/kurator  
via video (bedömningssamtal) eller  
får svar via digitalt ärende.

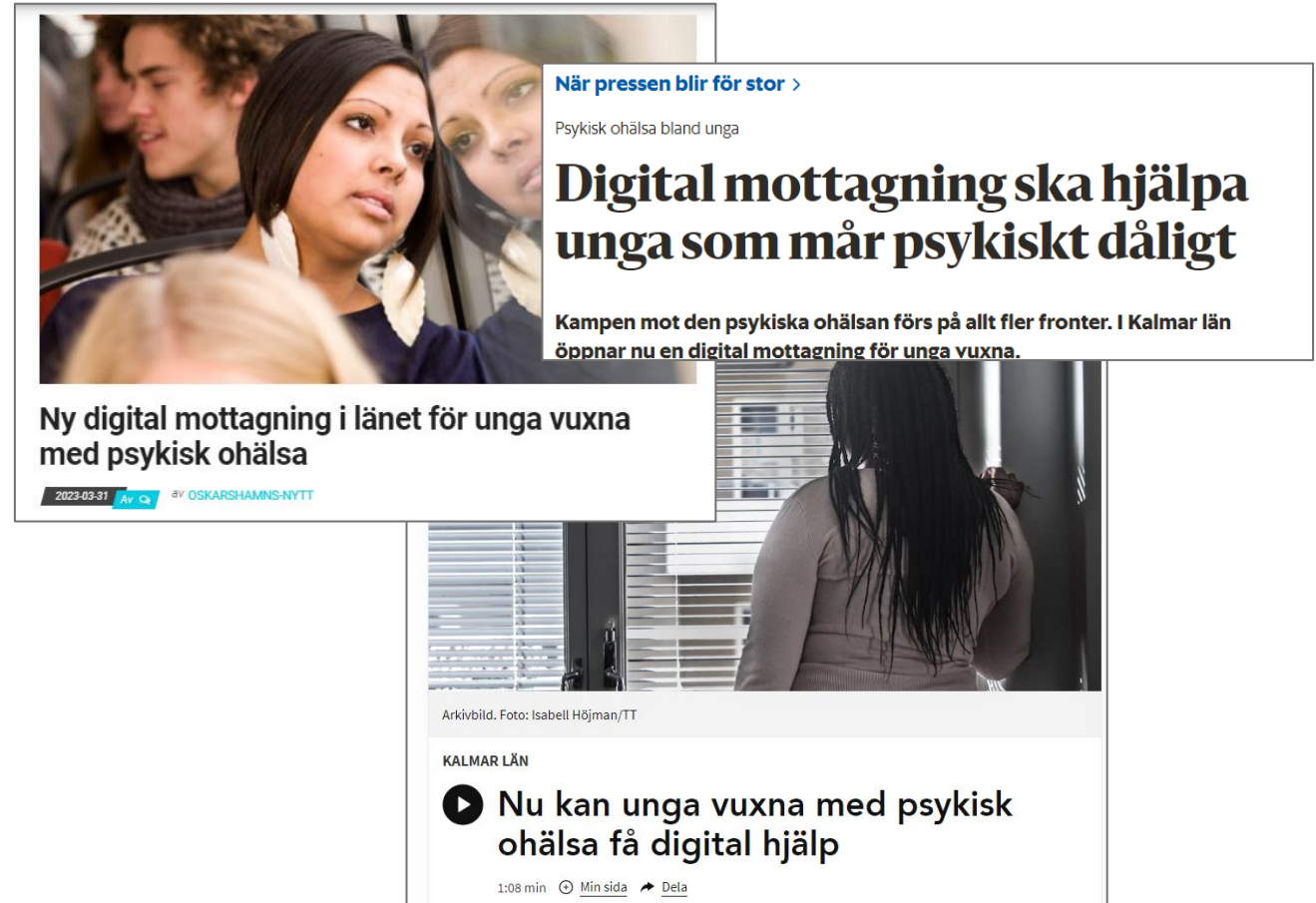
## Patientens väg i Digital psykisk hälsa

# Digital psykisk hälsa Kalmar län erbjuder


- En tid till videomöte inom några dagar hos psykolog/kurator, tid bokas på 1177.se [Digital psykisk hälsa Kalmar län - 1177](https://www.1177.se/digital-psykisk-halsa-kalmar-lan-1177)
- Stödjande samtal, kurativa insatser och psykologisk behandling vid lindrig till måttlig psykisk ohälsa och livssituationsproblem såsom:
  - nedstämdhet
  - oro/ångest
  - stress
  - sömnbesvär
  - självkänsla
  - våld/utsatthet
  - kris/sorg
  - ensamhet
  - relationsproblem
- Exklusionskriterier,
  - behov av läkarbedömning
  - suicidalitet
  - utmattningssyndrom
  - allvarigare psykiatriska tillstånd såsom psykossjukdom och personlighetssyndrom
  - misstanke om neuropsykiatriska svårigheter

# Nuläge digital mottagning

- Start 3 april
- Kommunikationsinsatser internt och externt
- Introduktion
- Gott om bokningsbara tider, bokningar ökar






**När pressen blir för stor >**  
Psykisk ohälsa bland unga  
**Digital mottagning ska hjälpa unga som mår psykiskt dåligt**  
Kampen mot den psykiska ohälsan förs på allt fler fronter. I Kalmar län öppnar nu en digital mottagning för unga vuxna.

**Ny digital mottagning i länet för unga vuxna med psykisk ohälsa**  
2023-03-31  av OSKARSHAMNS-NYTT

Arkivbild. Foto: Isabell Højman/TT

KALMAR LÄN

 **Nu kan unga vuxna med psykisk ohälsa få digital hjälp**  
1:08 min  [Min sida](#)  [Dela](#)

# Mer information om projektet

- Information [om projektet på Vårdgivarwebben](#)
- Du kan kontakta projektet via e-post: [digital.psykiskhalsa@regionkalmar.se](mailto:digital.psykiskhalsa@regionkalmar.se)



The screenshot shows the website for Region Kalmar län, specifically the 'Vårdgivare' (Caregiver) section. The page title is 'Digital mottagning för unga vuxna'. The main text describes a pilot study to explore the value of a new digital reception for young adults (18-25 years old) with mild to moderate mental health issues. The background of the pilot study is listed as follows:

- psykisk ohälsa hos unga vuxna ökar
- vi vill minska tröskeln och öka tillgängligheten
- vi vill nå dem som inte söker
- vi vill nyttja digitala möjligheter fullt ut i e-tjänster mot invånare och som arbetsverktyg för medarbetare med digitala arbetssätt.

On the right side of the page, there is a 'Hitta på sidan' (Find on the page) section with the following links:

- [Nyttja digitala möjligheter fullt ut](#)
- [Patientens väg](#)
- [Hänvisning till mottagningen](#)
- [Tidplan](#)
- [Kontakt](#)





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