

# Program på stöd- och behandlingsplattformen (SoB)

Nulägesbeskrivning 2023





## Förord

Våren 2023 genomförde Sveriges Kommuner och Regioner (SKR) en omfattande insamling av data från samtliga regioner angående deras programutbud på den digitala plattformen Stöd och Behandling (SoB). Syftet med denna kartläggning har varit att följa utvecklingen av användningen av SoB och skapa en översiktlig bild av programutbudet.

Denna rapport kan vara ett värdefullt underlag för regioner som överväger att utöka sitt sortiment av stöd- och behandlingsprogram. Den innehåller bland annat information om befintliga program samt program som planeras att införas på plattformen, samt trender inom program som tillkommit sedan föregående kartläggning 2022. Uppgifterna som finns i rapporten tillgängliggörs även i en sökbar Excel som sprids med rapporten.

I denna rapport presenteras även hur ett antal olika stöd- och behandlingsprogram har använts i regionerna under det första halvåret 2023. Att undersöka programanvändningen i olika regioner belyser de betydande skillnaderna som existerar. Möjligtvis kan det bidra till att motivera fler regioner att implementera dessa program mer effektivt, så att fler patienter som önskar och kan dra nytta av internetbaserade program ges den möjligheten.

Stockholm november 2023

Kerstin Evelius

*Sektionschef Folkhälsa och psykiatri  
Avdelningen för vård och omsorg*

Sveriges Kommuner och Regioner

## Innehåll

<b>Sammanfattning</b> .....	<b>4</b>
Nulägesbild av program på SoB .....	4
Utvecklingen är inte lika markant som under föregående år .....	4
Fortsatt flest program inom området Psykiatri, psykisk hälsa och välbefinnande samt för målgruppen vuxna .....	4
Antalet startade program visar stora skillnader i användning .....	5
<b>Bakgrund</b> .....	<b>6</b>
<b>Metod</b> .....	<b>8</b>
<b>Stöd- och behandlingsprogram 2023</b> .....	<b>10</b>
Stöd- och behandlingsprogram redovisade per region .....	10
Stöd- och behandlingsprogram redovisade per diagnos/patientgrupp .....	46
Antal stöd- och behandlingsprogram, målgrupp .....	77
Antal stöd- och behandlingsprogram, utvecklare .....	77
Trender inom nya stöd- och behandlingsprogram .....	78
<b>Användning av program</b> .....	<b>80</b>
<b>Nationell Min vårdplan cancer</b> .....	<b>87</b>
Om Min vårdplan cancer .....	87
Utveckling under året .....	87
Min vårdplan cancer på stöd- och behandlingsplattformen (SoB) .....	88
Implementering.....	89

# Sammanfattning

## **Nulägesbild av program på SoB**

Under sensvåren 2023 samlade SKR in information från samtliga regioner angående de stöd- och behandlingsprogram som de för närvarande tillhandahåller, de program de planerar att införa samt de program som diskuteras som kommande på plattformen SoB. Kartläggningen uppdaterar nulägesbilden efter de liknande kartläggningar som genomfördes 2022, 2021, 2020 och 2018.

## **Utvecklingen är inte lika markant som under föregående år**

Samtliga regioner har utvecklat sitt utbud av stöd- och behandlingsprogram på SoB sedan föregående kartläggning 2022. Sammanlagt finns 518 unika program på plattformen, vilket innebär en ökning med 25 unika program under det gångna året. Denna ökning är inte lika markant som ökningen mellan 2021 och 2022, då det unika antalet program ökade från drygt 300 program till 493. Mellan 2020 och 2021 tredubblades antalet program som regionerna tillsammans erbjuder via SoB.

Regionernas uppgifter visar att sammanlagt 173 program har lagts till under det gångna året, och av dessa är det både program som är nytillkomna i SoB och som är tillförda i en regions programutbud sedan 2022. Detta är ungefär 100 program färre än tillagda program mellan 2021 och 2022. Som tidigare år är det framför allt de regioner som redan erbjuder ett omfattande urval av program som har utökat sitt programutbud.

En anledning till att antalet program inte ökat i lika stor utsträckning som föregående år kan vara att det efter år av utveckling inte funnits samma behov av stora förändringar. Det vill säga att regionerna under det gångna året möjligtvis nått en mer balanserad produktion, införande och implementering av nya program.

## **Fortsatt flest program inom området Psykiatri, psykisk hälsa och välbefinnande samt för målgruppen vuxna**

Regionerna har kategoriserat programmen i fem huvudområden; Psykiatri, psykisk hälsa och välbefinnande, Somatik, Gravitet och föräldraskap,

Tandvård och Övrigt. Resultatet visar att programmen i de allra flesta fall tillhör de två förstnämnda områdena, med ett fåtal undantag. Nästintill sju av tio program tillhör huvudområdet Psykiatri, psykisk hälsa och välbefinnande, och nära tre av tio program tillhör huvudområdet Somatik.

Kartläggningen visar även att drygt 67% av programmen är framtaget för eller anpassat till målgruppen vuxna (18-65 år), följt av nästan 12% av programutbudet som är till för barn (0-18 år). Se full redogörelse på under avsnittet *Antal stöd- och behandlingsprogram, målgrupp*.

Av de 173 program som regionerna rapporterade som nytillkomna sedan kartläggningen 2022 är nära hälften, 90 program, kategoriserade som tillhörande huvudområde Psykiatri, psykisk hälsa och välbefinnande. Vidare är 64% av dessa nya program framtaget för målgruppen vuxna.

### **Antalet startade program visar stora skillnader i användning**

SKR har undersökt antalet startade stöd- och behandlingsprogram i regionerna under det första halvåret 2023. Redovisningen visar att det är stora skillnader mellan regionerna, både vad gäller det totala antalet startade program och även program framtagna för olika diagnoser/patientgrupper. Till exempel, den region som startat flest antal program per 100 000 invånare har startat fyra gånger så många som den region som startat minst antal program. Ta del av redovisningen under avsnittet *Användning av program*.

# Bakgrund

Plattformen för Stöd och behandling (SoB) gör det möjligt för regioner och privata vårdgivare med vårdavtal att erbjuda invånare stöd- och behandlingsprogram via internet. Utvecklingen av plattformen finansierades 2013-2015 av Socialdepartementet via en överenskommelse med Sveriges Kommuner och Regioner (SKR). SoB är utvecklad av 1177 Vårdguiden och ingår i Ineras nationella tjänsteutbud. Inera ansvarar för drift, förvaltning och utveckling samt kommunikation om tjänstens användning och nytta.

Tjänsten SoB har varit i drift sedan 2015 och samtliga regioner är anslutna till tjänsten via 1177 Vårdguiden. Genom att använda SoB kan vårdgivare öka tillgängligheten till stöd och behandlingar samt erbjuda fler former för kontakt med hälso- och sjukvården utifrån invånarens behov. SoB är ett nationellt informationssystem och står under tillsyn av Läkemedelsverket. Det innebär att tjänsten lyder under samma regler, lagar och föreskrifter som medicintekniska produkter.

Behandling och stöd via digitala vårdtjänster syftar till att bevara och förbättra hälsa samt förebygga ohälsa hos individen. Tjänsterna förmedlas med text, bild, ljud eller video och kan omfatta ifyllande av formulär, övningar och interaktivitet med säkra meddelanden, chatt eller video. De kan användas i realtid eller asynkront. Vårdtjänster finns som stöd- och/eller behandlingsprogram och Min vårdplan cancer. Samtliga former bör utvärderas vetenskapligt avseende effekt och användbarhet, där kraven på evidens är större för behandling än för stödåtgärder.

Mellan åren 2015 och 2020 fanns en kompetensgrupp inom kunskapsstyrningen för värdering av stöd- och behandlingsprogram som erbjuds på plattformen SoB. 2022 tillsatte Uppdrag Psykisk Hälsa på SKR en grupp med uppdrag att i mindre skala gå igenom ett antal program inom området psykisk hälsa.

Att utveckla egna program är en tidskrävande process som ställer höga krav på evidens och erfarenhet, samt kräver att det finns tillgång till

designers. Ett flertal regioner väljer att upphandla sina program genom privata aktörer. SKR tog under 2021 fram ett dokument<sup>1</sup> som beskriver processen för hur behandlingsprogram bör tas fram.

---

<sup>1</sup> [Dokumentet \*Process för produktion av internetbaserade behandlingsprogram\*. Sveriges Kommuner och Regioner \(2021\)](https://skr.se/download/18.d977a36179e593100640384/1623756190555/Process%20f%C3%B6r%20produktion%20av%20internetbaserade%20behandlingsprogram%20TA.PDF)

(<https://skr.se/download/18.d977a36179e593100640384/1623756190555/Process%20f%C3%B6r%20produktion%20av%20internetbaserade%20behandlingsprogram%20TA.PDF>)



# Metod

Under april och maj 2023 samlade SKR in uppgifter från samtliga regioner om de program som de erbjuder, planerar för att erbjuda samt diskuterar som kommande på plattformen SoB. Kartläggningen uppdaterar nulägesbilden efter de liknande kartläggningar som genomförts 2022, 2021, 2020 och 2018.

Regionerna har rapporterat in uppgifter om programmen via ett Excelformulär. Varje region fick en unik Excelfil där SKR hade förifyllt information om program som regionen uppgav vid kartläggningen 2022, i vilken regionerna kunde lägga till nya program som tillkommit och planeras. Regionerna ombads fylla i information om programmets driftstatus, huvudområde, diagnos/patientgrupp, målgrupp och utvecklare. I Excelfilen fanns även en fritextruta med möjlighet att uppge annan eventuell väsentlig information. I denna rapport presenteras de uppgifter som regionerna rapporterat med undantag för eventuella fritexttillägg.

Som komplement till denna rapport återges samtlig information i ett sökbart Exceldokument som sprids med rapporten. Exceldokumentet möjliggör sortering, vilket är tänkt att underlätta för användaren att ta del av uppgifterna.

Gällande programmets huvudområde och diagnos/patientgrupp ombads regionerna att ange huvudanledningen till vårdkontakten. Till exempel, ett program som rör psykisk hälsa vid cancerbehandling ombads sorteras under listalternativet Somatik. Det finns risk att regioner inte har följt detta vilket i så fall resulterat i att program sorterats felaktigt. SKR har inte kontrollerat de uppgifter som regionerna uppgett. Däremot, i de fall som flera regioner uppgett att de erbjuder samma program men sorterat in dem olika har SKR justerat detta efter de svarsalternativ som flest regioner valt alternativt valt ut en av regionernas uppgift. Detta innebär att redovisningen skulle sett något annorlunda ut om en annan regions uppgifter om programmet presenterats.

En särskild uppgiftsinsamling har gjorts angående nationell Min vårdplan cancer. I rapportens sista del redovisas en lista över vilka nationella vårdplaner regionerna erbjuder eller avser införa 2023 samt hur många

nationella Min vårdplan cancer som startats i varje region i förhållande till  
invånarantal.

# Stöd- och behandlingsprogram 2023

## Stöd- och behandlingsprogram redovisade per region

Här följer en lista över vilka stöd- och behandlingsprogram som erbjuds eller planeras att erbjudas inom respektive region.

I den vänstra spalten listas de program som erbjuds i bokstavsordning, med en markering (*ny*) vid de program som tillkommit sedan föregående kartläggning 2022. Därefter följer de program som är under utveckling och ej i drift (*under utveckling*) samt sist program som är kommande/diskuteras (*kommande/diskuteras*). I den högra spalten listas utvecklare av programmet.

Nationell Min vårdplaner cancer redovisas separat, i rapportens sista del.

### Region Blekinge

Program	Utvecklare
Artrosskola, Rehabiliteringscentra	Region Kalmar län
Barn med språkstörning	Västra Götalandsregionen
Hjärtskolan för dig med kranskärlssjukdom	Västra Götalandsregionen
KomIgång online (ny)	Västra Götalandsregionen
Sex och singel - operation eller strålning vid prostatacancer (ny)	Region Kronoberg, Region Kalmar län, Region Blekinge
Sex, samliv och relation - hormonbehandling vid prostatacancer (ny)	Region Kronoberg, Region Kalmar län, Region Blekinge
Sex, samliv och relation - operation eller strålning vid prostatacancer (ny)	Region Kronoberg, Region Kalmar län, Region Blekinge
Sjukskrivningskollen	Region Kalmar län
Hjärtsviktsprogrammet (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen

## Region Dalarna

Program	Utvecklare
Artrosskola	Region Kalmar län
Astmakollen	Region Dalarna
Autismutbildning för föräldrar (ny)	Region Västmanland
Gravidstödet, MVC	Region Dalarna
Hjärtskolan för dig med kranskärslsjukdom	Västra Götalandsregionen
Internethjälpen – skapa bättre sömn	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen för stresshantering	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ADHD	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid nedstämdhet och depression	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid nedstämdhet och depression (bas)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid oro	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ångest och oro (ungdom)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ångestproblem	Livanda - Internetkliniken AB
Rehabilitering vid knäprotesoperation	Region Dalarna
KomIgång online (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen

## Region Gotland

Program	Utvecklare
Adhd-hjälpen	Psykologpartners W&W AB
Depressionshjälpen 8.0	Psykologpartners W&W AB
Digitala smärtskolan (ny)	Västra Götalandsregionen
Oroshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Sovhjälpen	Psykologpartners W&W AB
Stresshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Tobakshjälpen	Region Jönköpings län
Ångesthjälpen	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen ung	Psykologpartners W&W AB

## Region Gävleborg

Program	Utvecklare
ACT Migrän	Region Gävleborg
Artrosskola (ny)	Region Kalmar län
Bipolär individuell insats:2022 (ny)	Region Gävleborg
DBT-Digitala Veckokort	Region Gävleborg
Digital Autismutbildning, Vuxenhabilitering	Region Gävleborg
Digitalt stöd för psykoterapi	Region Gävleborg
e-BUP-sömn	Region Uppsala
Egenutvecklat program vid bipolär sjukdom	Region Gävleborg
Grundkurs bipolär-individuell psykopedagogisk insats (ny)	Region Gävleborg
Hjärtskola för dig med kraskärslssjukdom (ny)	Västra Götalandsregionen
Informationsfilmer för barn om fysisk aktivitet	Region Gävleborg
Internetbaserad KBT-I för insomni vid MS (ny)	Region Gävleborg
Internethjälpen vid oro	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen för stresshantering	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid nedstämdhet och depression	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ångestproblem (ny)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen - förbättra självkänslan	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen-skapa bättre sömn	Livanda - Internetkliniken AB
Kom igång online (ny)	Västra Götalandsregionen
Matregistrering LänsÄt (ny)	Region Gävleborg
Prolonged exposure	Region Gävleborg
Tobakshjälpen	Region Jönköpings län
Träning vid nackbesvär	Region Sörmland
Träning vid Whiplashrelaterade besvär	Region Sörmland
Viktstabilitet för gravida-Gävleborg	Region Västerbotten
SKILLS anhörig- lär dig om adhd (under utveckling)	Region Gävleborg

## Region Halland

Program	Utvecklare
Artrosskolan	Region Kalmar län
Depressionshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Föräldrastöd för Ångesthjälpen ung	Psykologpartners W&W AB
Hjärtskolan, Rehabiliteringskliniken	Västra Götalandsregionen
Kostråd vid lätt nedsatt njurfunktion (ny)	Region Halland
Oroshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Patientinformation inför ryggoperation (ny)	Region Halland
Röstövning	Västra Götalandsregionen
Sjukskrivningskollen (ny)	Region Kalmar Län
Sovhjälpen	Psykologpartners W&W AB
Stresshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Träning vid cancerbehandling	Region Halland
Ångesthjälpen	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen ung	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen ung Blandformat (ny)	Psykologpartners W&W AB

## Region Jämtland Härjedalen

Program	Utvecklare
Adhd-hjälpen	Psykologpartners W&W AB
Artrosskola	Region Kronoberg
Autism i vardagen (ny)	Region Norrbotten
BIP:s ångestprogram för barn	Region Stockholm
BIP:s ångestprogram för barn – föräldrakolen	Region Stockholm
BIP:s ångestprogram för ungdomar	Region Stockholm
BIP:s ångestprogram för ungdomar – föräldrakolen	Region Stockholm
Depressionshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Efter hjärtinfarkten	Region Stockholm
Kom Igång Online (ny)	Västra Götalandsregionen
Min nikotinfria resa – Jämtland Härjedalen (ny)	Region Västerbotten
Oroshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Sovhjälpen	Psykologpartners W&W AB
Stresshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen Ung (ny)	Psykologpartners W&W AB

## Region Jönköpings län

Program	Utvecklare
ADHD-hjälpen	Psykologpartners W&W AB
Artrosskolan	Region Kalmar län
Barn med språkstörning - stöd från logoped	Västra Götalandsregionen
Bli vän med din mage - stöd vid IBS (ny)	Region Kalmar län
Bra liv med Diabetes	Region Jönköpings län
Depressionshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Depressionshjälpen plus	Psykologpartners W&W AB
Digital smärtskola	Västra Götalandsregionen
Egenvård vid operation	Region Jönköpings län
Goda vanor för ditt barns mående	Region Jönköpings län
Hjärtskolan för dig med kranskärslsjukdom	Västra Götalandsregionen

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Hälsosamma matvanor	Region Jönköpings län
KomIgång online	Västra Götalandsregionen
Livsbalansen – stress och återhämtning	Region Östergötland
Möt ditt barns oro	Region Jönköpings län
Oroshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Oroshjälpen plus	Psykologpartners W&W AB
Skatta ditt mående	Region Östergötland
Sovhjälpen	Psykologpartners W&W AB
Sovhjälpen plus	Psykologpartners W&W AB
Stresshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Stresshjälpen plus	Psykologpartners W&W AB
Tobakshjälpen	Region Jönköpings län
Ångesthjälpen	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen plus	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen Ung	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen ung föräldrastöd	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen ung plus	Psykologpartners W&W AB
Rörelsepeppen (under utveckling)	Region Jönköpings län

### Region Kalmar län

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
ABC: Matdagbok	Region Kalmar län
Artrosskolan	Sydöstra sjukvårdsregionen
Barn med språkstörning - stöd från logopeden	Västra Götalandsregionen
Bli vän med din mage - stöd vid IBS	Region Kalmar län och Region Jönköpings län
Depressionshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Depressionshjälpen Plus	Psykologpartners W&W AB
Digitala smärtskolan (ny)	Västra Götalandsregionen
Endometriosskola	Region Kalmar län
Hantera tankar, känslor och beteenden (ny)	Region Kalmar län
Hjärtskolan för dig med kranskärlssjukdom	Västra Götalandsregionen
KomIgång Online (ny)	Västra Götalandsregionen



<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Leva med smärta	Region Kalmar län och Karolinska Institutet
Livsbalansen – stress och återhämtning	Sydöstra sjukvårdsregionen
Matdagbok	Region Kalmar län
Medveten närvaro	Region Kalmar län
Möt ditt barns oro	Region Jönköpings län
Oroshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Oroshjälpen Plus	Psykologpartners W&W AB
Röstövningar	Västra Götalandsregionen
Sexuell rehabilitering efter prostatacancer	Region Kalmar län
Sexuell rehabilitering efter prostatacancer med coach	Region Kalmar län
Sjukskrivningskollen	Region Kalmar län
Skatta ditt mående	Region Östergötland
Sovhjälpen	Psykologpartners W&W AB
Sovhjälpen Plus	Psykologpartners W&W AB
Stresshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Stresshjälpen Plus	Psykologpartners W&W AB
Tobakshjälpen	Region Jönköpings län
Träningsdagbok	Region Kalmar län
Ångesthjälpen	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen Plus	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen Ung	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen ung föräldrastöd	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen Ung Plus	Psykologpartners W&W AB
Hälsosam vikt för ditt barn (under utveckling)	Region Kalmar län

### **Region Kronoberg**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
ADHDhjälpen	Psykologpartners W&W AB
Artrosskolan (ny)	Region Kalmar län
Barn med språkstörning	Västra Götalandsregionen
Depressionshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Hjärtskola för dig med kranskärslsjukdom	Västra Götalandsregionen

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Lära-känna-programmet	Region Kronoberg
MADRS-S	Region Kronoberg
Matdagboken	Region Kronoberg
Ny vikt på sikt	Region Kronoberg
Oroshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Sex, samliv och relation-hormonbehandling vid prostatacancer(pilot) (ny)	Region Kalmar län
Sex , samliv och relation-operation eller strålning vid prostatacancer (pilot)	Region Kalmar län
Sex och singel - operation eller strålning vid prostatacancer	Region Kalmar län
Sjukskrivningskollen	Region Kalmar
Sovhjälp	Psykologpartners
Stresshjälp	Psykologpartners W&W AB
Tobakshjälp	Region Jönköpings län
Ångesthjälp	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälp Ung	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälp ung föräldrastöd	Psykologpartners W&W AB
Komigång online (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen
Neo Föräldrastöd (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen
Osteoporosskolan (under utveckling)	Region Östergötland

### **Region Norrbotten**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
ADHD - Föräldrautbildning	Region Norrbotten
Artrosskola	Region Kalmar
Autism - Föräldrautbildning	Region Västmanland
Autism (vuxna)	Region Norrbotten
Autism för närstående	Region Norrbotten
Digitala smärtskolan (ny)	Västra Götalandsregionen
Ett aktivt vardagsliv - Introduktionsdel (ny)	Region Norrbotten
Fortsättningsdel - Ett aktivt vardagsliv (ny)	Region Norrbotten

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
FRAMÅT för hälsa och livskvalitet	Region Västerbotten
Internethjälpen - förbättra självkänslan (ny)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen - skapa bättre sömn (ny)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen för stresshantering	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ADHD (ny)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid nedstämdhet och depression	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid oro	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid smärta	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid social oro (ny)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ångest och oro (ungdom) (ny)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ångestproblem (ny)	Livanda - Internetkliniken AB
Introduktion till Barn- och ungdomshabiliteringen i Norrbotten	Region Norrbotten
Mat- och symtomdagbok IBS	Region Norrbotten
Medicinering vid add/adhd	Region Norrbotten
Min nikotinfria resa	Region Västerbotten
Smärta - kunskapspass (ny)	Region Norrbotten
Smärta - rehabilitering (ny)	Region Norrbotten
Stöd vid könsidentitet	Region Norrbotten
Sömnstödet - digitaliserad broschyr som förberedelse inför sömnskola	Region Norrbotten
Övervinn insomni	Region Norrbotten
BIP ångest för barn och ungdomar (kommande/diskuteras)	Region Stockholm
Hälsa och levnadsvanor - på ett enkelt sätt (under utveckling)	Region Norrbotten
Livsstilsprogrammet (under utveckling)	Region Norrbotten

### **Region Skåne**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Artrosskola (ny)	Region Kalmar län

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Att leva och må bra som transplanterad	Region Skåne
BIP:s OCD-behandling för barn	Region Stockholm
BIP:s OCD-behandling för barn - föräldradelen	Region Stockholm
BIP:s OCD-behandling för ungdomar	Region Stockholm
BIP:s OCD-behandling för ungdomar - föräldradelen	Region Stockholm
BIPs ångestprogram för barn	Region Stockholm
BIPs ångestprogram för barn – föräldradelen	Region Stockholm
BIPs ångestprogram för ungdomar	Region Stockholm
BIPs ångestprogram för ungdomar – föräldradelen	Region Stockholm
Diagnosutbildning för vuxna med autism	Region Skåne
Få hjälp att minska i vikt efter graviditet	Västra Götalandsregionen
Få hjälp med dina levnadsvanor - övervikt	Region Skåne
Föräldrakurs på nätet (barn)	Region Skåne
Hjälp ditt barn att sova bättre	Region Skåne
Hjälp ditt barn att sova bättre (med behandlarstöd)	Region Skåne
Hjärtskolan för dig med kranskärslsjukdom	Västra Götalandsregionen
Internethjälpen – förbättra självkänslan	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen – skapa bättre sömn	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen för stresshantering	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ADHD	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid oro	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid social oro	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ångest och oro (ungdom)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ångestproblem	Livanda - Internetkliniken AB

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Livsbalansen - stress och återhämtning	Region Östergötland
Lär dig hantera din stress	Region Skåne
Lär dig om Diabetes Typ 2	Region Sörmland
Lär dig om hörsel och hörapparater	Region Skåne
Lär dig om hörsel och kommunikation	Region Skåne
Lär dig sova bättre – ungdom	Region Skåne
SKILLS anhörig – lär dig om adhd)	Region Skåne
Ta dig ur depression	Region Skåne
Vad händer efter Skills?	Region Skåne
Ångesthjälpen Ung	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen Ung Föräldrastöd	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen Ung Plus	Psykologpartners W&W AB
Alkoholberoende HBTQ (forskningsstudie) (under utveckling)	Region Skåne
Få hjälp med nacksmärta efter olycka (under utveckling)	Region Skåne
Få hjälp vid depression - ungdom + föräldrastöd (under utveckling)	Region Skåne
Föräldrakurs på nätet – tonår (under utveckling)	Region Skåne
Hälsosamma matvanor - vuxna (under utveckling)	Region Skåne
Lär dig leva med din KOL (under utveckling)	Region Skåne
Lär dig om amning (under utveckling)	Region Skåne
Lär dig om CP (under utveckling)	Region Skåne
Lär dig om intellektuell funktionsnedsättning (IF) (under utveckling)	Region Skåne
Lär dig sova bättre – ungdom (Anhörigstöd) (under utveckling)	Region Skåne
Lär dig sova bättre (vuxen) (under utveckling)	Region Skåne

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Små barn, stora känslor (under utveckling)	Region Skåne
Barn med språkstörning (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen
Behandlingsstöd för dig med sväljsvårigheter - dysfagi (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen
Depressionshjälpen barn + föräldrastöd (kommande/diskuteras)	Region Skåne
Få hjälp med fysisk träning vid cancer (kommande/diskuteras)	Region Skåne
Få hjälp med tankar och känslor vid cancer (kommande/diskuteras)	Region Skåne
iKomet (kommande/diskuteras)	Region Stockholm
Internetbehandling vid Posttraumatisk Stress (PTSD) (kommande/diskuteras)	Region Skåne
Klimatångest (kommande/diskuteras)	Region Skåne
KomIgång online (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen
Lär dig leva med allergi (kommande/diskuteras)	Region Skåne
Lär dig leva med astma (kommande/diskuteras)	Region Skåne
Möt ditt barns oro (kommande/diskuteras)	Region Jönköpings län
Röstövningar (Västra Götalandsregionensregionen) (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen
Sjukskrivningskollen (Region Kalmar) (kommande/diskuteras)	Region Kalmar län
Träning vid nackbesvär (kommande/diskuteras)	Region Sörmland
Träning vid Whiplashrelaterade besvär (kommande/diskuteras)	Region Sörmland

## Region Stockholm

Program	Utvecklare
ADHD-centers grundkurs om adhd/add - STRATEGI (flera olika, för föräldrar och närstående till barn och tonåringar, även på engelska - 5 varianter)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
ADHD-centers temaföreläsning om sömn	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Alkoholprogrammet eStöd	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
Alkoholprogrammet eStöd (ADHD-mottagningen)	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
Alkoholprogrammet, RG 1 (ny)	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
Anmälan till Habilitering och Hälsas webbkurser	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Anmälan till stöd och behandling via nätet - eStöd Beroendecentrum Stockholm	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
Artrosskola (ny)	Region Kalmar län
Att bevara sitt lugn, Fördjupning - Adhd-center (ny)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Att förebygga beteendeproblem (inklusive anmälningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Att kommunicera med sin tonåring, fördjupning - ADHD-center	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Autism hos barn: grundkurs för föräldrar	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Autism hos barn: grundkurs för mor- och farföräldrar	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Autism hos vuxna, kurs för anhöriga - Habilitering och hälsa	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Balans i aktiviteter för dig som är cancerberörd	Region Stockholm, SLSO - Centrum för cancerrehabilitering
Balans i aktiviteter till följd av cancersjukdom och behandling	Region Stockholm, SLSO - Centrum för cancerrehabilitering
BCS eCRAFT – Självhjälp för närstående till personer med alkoholproblem	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
BCS eCRAFT – Självhjälp för närstående till personer med drogproblem	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
BIP Ont i magen barn - föräldradelar (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP Ont i magen barn (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s behandling för barn med funktionell magsmärt	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s behandling för barn med funktionell magsmärt, föräldradelar	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s behandling för ungdomar med funktionell magsmärt	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s behandling för ungdomar med funktionell magsmärt föräldradel	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s behandling för ungdomar med IBS	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s behandling för ungdomar med IBS , föräldradel	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s OCD-behandling för barn (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s OCD-behandling för barn, föräldradelen (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s OCD-behandling för ungdomar - föräldradelen (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s OCD-behandling för ungdomar (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s ångestprogram för barn - föräldradelen (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s ångestprogram för barn (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s ångestprogram för ungdomar - föräldradelen (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s ångestprogram för ungdomar (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
Borderlineenheten PNV: Patient- och närståendebildning EIPS	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst



<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Borderlineenheten PNV: Patient- och närståendebildning PTSD	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Borderlineenheten PNV: Patient- och närståendebildning Självskada (ny)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
BUP Stockholm - Kognitivt stöd för att få vardagen att fungera bättre, utbildning och hemuppgift	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
Bättre Sömn - Psykos	Västra Götalandsregionen och Region Stockholm, SLSO Psykiatri Sydväst
Bättre sömn vid psykos och bipolär sjukdom (inkl uppföljningsprogram) (ny)	Västra Götalandsregionen och Region Stockholm, SLSO Psykiatri Sydväst
Cannabisprogrammet e-Stöd	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
Capio Centrum för stress och trauma	Capio Hjärnhälsan AB Stockholm
Capio Rehabilitering för utmattningssyndrom	Capio Hjärnhälsan AB Stockholm
CORE Process	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Depressionsbehandling	Region Uppsala samt Region Stockholm, SLSO - Gustavsbergs vårdcentral
Diagnos - och sen då	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Digistress	Region Stockholm, SLSO Gustavsbergs vårdcentral
eCannabis Maria ungdom	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
eCannabis Maria ungdom - föräldrar	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
eChange	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
Egenvård för neuropati efter cancerbehandling	Region Stockholm, SLSO - Centrum för cancerrehabilitering
eRehab	Region Stockholm, Danderyds Sjukhus AB
eRehabCog Postcovid	Region Stockholm, Danderyds Sjukhus AB
Exponeringsbaserad IKBT vid besvärande kroppsliga symtom	Karolinska Institutet

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Framåt - första insatsen för dig med ångest och depression (ny)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
Fysisk aktivitet som behandling	Region Stockholm samt Svensk Förening för Fysisk Aktivitet
Föreläsning Att leva med ASD	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Föreläsning Att leva med ASD för ungdomar	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Föreläsning Att leva med autism (ny)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Föreläsning Att leva med autism för ungdomar (ny)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Föräldrastödskursen (ny)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Grundkurs - Autismcenter små barn (ny)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Habiliteringens resurscenter - Patientkontakt	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Habiliteringens resurscenter - PODD-insats	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Hjärnskaderehabilitering dagvård - information och arbetsmaterial (ny)	Region Stockholm, Danderyds Sjukhus AB
Hur du ansöker om bidrag från fonder och stiftelser	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Hälsosamma vanor för minskade symtom och god hälsa	Region Stockholm, SLSO - Liljeholmens vårdcentral
Hälsöängest	Region Stockholm, SLSO Gustavsbergs vårdcentral
IKBT för stressrelaterad ohälsa	Region Stockholm, SLSO - Gustavsbergs vårdcentral
IKBT stress (ny)	Region Stockholm, SLSO - Gustavsbergs vårdcentral
iKomet (ny)	Stockholms Stad i samverkan med Karolinska Institutet
I-Mindfulness	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
I-Navigator ACT	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Information för patienter på BUP, Könsinkongruens och könsdysfori, KID	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Inför behandling	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internethjälpen - förbättra självkänslan (ny)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen - skapa bättre sömn	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen för stresshantering	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ADHD	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid nedstämdhet och depression	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid nedstämdhet och depression, bas	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid oro	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid social oro	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ångest och oro, ungdom	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ångestproblem	Livanda - Internetkliniken AB
Internetpsykiatri - KBT för depression, hälsoångest, paniksyndrom, social fobi och insomni, sömnbesvär (anmälningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetpsykiatri - KBT för dysmorfofobi och tvångssyndrom (ny)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetpsykiatri - KBT för IBS, magbesvär (ny)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetpsykiatri PSV - Boosterprogrammet Tvångssyndrom	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetpsykiatri PSV - Depressionsbehandling (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetpsykiatri PSV - Dysmorfofobibehandling (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetpsykiatri PSV - GAD-behandling-IU, ORIGAMI-studien (inkl eftermätningsprogram) (ny)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetpsykiatri PSV - Hälsoångestbehandling (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Internetpsykiatri PSV - IBS-behandling (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetpsykiatri PSV - Insomnibehandling (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetpsykiatri PSV - Paniksyndrombehandling (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetpsykiatri PSV - Social fobi-behandling (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetpsykiatri PSV - Tvångssyndrombehandling (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetstöd för emetofobibehandling	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Internetstöd för intensiv OCD-behandling	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Internetstöd KBT vid ångestsyndrom och depression	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Interstress	Region Stockholm, SLSO Gustavsbergs vårdcentral
KBT vid depression (ny)	WeMind AB Stockholm
KBT vid PTSD (inkl program med tilläggsmoduler)	Region Stockholm, Centrum för Psykiatrforskning
KBT-bas	Region Stockholm SLSO Barn- och ungdomspsykiatri
Kognitiv beteendeterapi för stress- och utmattningsproblematik	Region Stockholm, SLSO Gustavsbergs vårdcentral
Kognitivt stöd - en introduktion	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Kurs- och kunskapscenters välkomstinformation	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Leva med smärta (ny)	Karolinska Institutet samt Region Kalmar
Min behandling	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Min KOL	Umeå Universitet, Region Västerbotten
Mottagning för Alkohol och Hälsa	Region Stockholm, SLSO- Beroendecentrum

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
NÄRA – en internetbehandling för ätstörningar (inkl utvärderingsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Stockholms Centrum för Ätstörningar
NÄRA Ungdom– en internetbehandling för ätstörningar (inkl utvärderingsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Stockholms Centrum för Ätstörningar
Närståendeguiden Psykos	Region Stockholm, SLSO Psykiatri
Patient- och anhörigutbildning, Capio Ängest och depression	Capio Hjärnhälsan AB Stockholm
Patient- och närståendebildning ADHD	Region Stockholm, SLSO Psykiatri
Patient- och närståendebildning för barn och unga med ätstörningar	Region Stockholm, SLSO - Stockholms Centrum för Ätstörningar
Patient- och närståendebildning för vuxna med ätstörningar	Region Stockholm, SLSO - Stockholms Centrum för Ätstörningar
Patient- och närståendebildning om depression (ny)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Patient- och närståendebildning om psykossjukdom (ny)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Patient- och närståendebildning om ångestsyndrom (ny)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Patientguiden Psykos	Region Stockholm, SLSO Psykiatri
PBM - Smärtrehabilitering	PBM AB Stockholm
PBM - Stressrehabilitering	PBM AB Stockholm
PBM - Utmattningsrehab	PBM AB Stockholm
PLUS - stöd för psykisk hälsa (ny)	Region Stockholm, Step Up
PLUS ung - stöd för psykisk hälsa (ny)	Region Stockholm, Step Up
PNV Studie A1: Kartläggning av ensamhet	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
PNV Studie B: Färdighetsträning för ensamhet	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
PNV Studie C1: Metakognitiv terapi för depression och ångest	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
PNV Studie C3: Intensiv DBT/PE-behandling för PTSD	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
PNV Studie C4: RO-DBT-baserad färdighetsträning för autism	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
PNV Studie C5: Compassionfokuserad terapi för depression och ångest	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Praktiska övningar	Region Stockholm, SLSO - Centrum för cancerrehabilitering
Problembeteende - Autismcenter små barn	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
PS-gen Program IGPM	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
PSV Behandling för paniksyndrom (ny)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
PSV Depressionsbehandling	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
PSV Digifysisk depressionsbehandling	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Psykosstödet	Region Stockholm samt Västra Götalandsregionen
Psykosstödet - för dig som närstående	Region Stockholm samt Västra Götalandsregionen
Samtal om rehabiliteringsprocessen	Region Stockholm, SLSO - Centrum för cancerrehabilitering
Samtycke till forskning om utvärdering av BUP internetbehandling (2 moment, för barn resp ungdom)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
SCM-12 Digifysisk	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
SCOPE, en webbkurs för unga om autism (inkl anmälningmoment)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Skolvardag med autism; din roll som förälder	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Smärtbehandling för vuxna (ny)	Region Stockholm, Karolinska Universitetssjukhuset
Smärtrehabilitering (ny)	PBM AB Stockholm
Spelbehandling via nätet - eStöd	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
Struktur och hjälpmedel för barn med ADHD	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Struktur och hjälpmedel för tonåringar med ADHD	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Stöd från kommun och försäkringskassan	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Stödmaterial psykisk hälsa	Region Stockholm, SLSO - Gustavsbergs vårdcentral
Stödprogram efter hjärtinfarkt	Region Stockholm, RPO Hjärt- och kärlsjukdomar
Stödprogram vid kranskärlssjukdom	Region Stockholm, RPO Hjärt- och kärlsjukdomar
Sund start	Region Stockholm
Sömn - Autismcenter små barn	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Sömnbehandling	Region Stockholm, SLSO - Lisebergs vårdcentral
Sömnbehandling (inkl utvärderingsprogram) (ny)	Familjeläkarna i Saltsjöbaden AB
Sömnprogrammet - BCS	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
Sömnsvårigheter	Region Uppsala samt Region Stockholm, SLSO - Gustavsbergs vårdcentral
Sömnsvårigheter hos barn med autism	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Sömnsvårigheter hos barn och unga - en introduktion	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Toa - Autismcenter små barn (ny)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Tobaksprogrammet - eStöd	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
Traumabehandling (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm samt Karolinska Institutet
Unified Protocol - gruppbehandling för ungdomar	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
Utforska autism (inkl anmälningsmoment)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Utmattningsrehabilitering (ny)	PBM AB Stockholm
Välkommen till Prisma	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Välkomstinformation - ADHD-center	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Välkomsträff för unga vuxna, ADHD-center	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Ångestheten PNV: Internetstöd för intensiv behandling mot tvångssyndrom	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Ångestheten PNV: Internetstöd KBT dysmorfofobi (BDD)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Ångestheten PNV: Internetstöd KBT hälsoångest	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Ångestheten PNV: Studie intensiv behandling mot tvångssyndrom	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Ångesthjälpen Ung	Psykologpartners Sverige AB
Ångesthjälpen Ung Föräldrastöd	Psykologpartners Sverige AB
ADHD-behandling (under utveckling)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
AKK en introduktion (under utveckling)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Appar för språkträning (under utveckling)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Daglig symtomrapportering (under utveckling)	Regionala cancercentrum Stockholm-Gotland
Endometriosskola (under utveckling)	Region Stockholm, Södersjukhuset AB
Hälsohjulet och levnadsvanor (under utveckling)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Nationellt stödprogram vid reumatisk sjukdom (under utveckling)	NPO Reumatiska sjukdomar samt Region Stockholm-Gotland
Smärtbehandling för barn: föräldrastöd (under utveckling)	Region Stockholm, Karolinska Universitetssjukhuset
Stressbehandling (under utveckling)	Familjeäkarna i Saltsjöbaden AB
Stöd till dig med svåråkt sår (under utveckling)	NPO Hud- och könssjukdomar samt Region Stockholm-Gotland med hjälp av Kalmar
Stödprogram vid RA (under utveckling)	Region Stockholm, RPO reumatiska sjukdomar
Barn med språkstörning - stöd från logopeden (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen
Rehabilitering vid långvarig smärta (kommande/diskuteras)	Lideta Mälardalen AB

## **Region Sörmland**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Artrosskola	Region Kalmar län



<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Depressionshjälpen Plus	Psykologpartners W&W AB
Digitalt vårdbesök för dig som mår psykiskt dåligt av din arbetsmiljö (ny)	Region Örebro län
Information om höftoperation	Region Sörmland
Information om knäoperation	Region Sörmland
Lär dig om Diabetes typ 2	Region Sörmland
Oroshjälpen Plus	Psykologpartners W&W AB
Sovhjälpen Plus	Psykologpartners W&W AB
Stresshjälpen Plus	Psykologpartners W&W AB
Stödprogram efter hjärtinfarkt	Region Stockholm
Stödprogram vid kranskärlssjukdom	Region Stockholm
Tobakshjälpen	Region Jönköpings län
Ångesthjälpen Plus	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen Ung Föräldrastöd	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen Ung Plus	Psykologpartners W&W AB
Lär dig om goda levnadsvanor (under utveckling)	Region Sörmland

## Region Uppsala

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Autismutbildning för föräldrar (ny)	Region Västmanland
DBT-standard-färdighetsträning	Region Uppsala
Depressionsbehandling	Region Uppsala
eBUP-sömn	Region Uppsala
Fokus på AD(H)D	Region Uppsala
Färdighetsträning enligt DBT	Region Uppsala
Föräldraförberedande information	Region Uppsala
Hantera känslor vid ADHD (ny)	Region Uppsala
Hantera känslor vid ADHD (vårdnadshavare/viktig vuxen) (ny)	Region Uppsala
Hälsoångest	Region Stockholm
iKBT Smärta	Region Uppsala
iKomet	Region Stockholm
Ingen panik	Region Uppsala
KBT för Tinnitus (ny)	Region Uppsala

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Kognitiv beteendeterapi för stress och utmattning	Region Stockholm
KomIgång online (ny)	Västra Götalandsregionen
Komplicerad sorgbehandling (ny)	Region Uppsala
Kort sömnbehandling	Region Uppsala
Matdagbok	Region Uppsala
Oro och generaliserat ångestsyndrom	Region Uppsala
Social fobi	Region Uppsala
Sov gott ungdom (ny)	Region Uppsala
Stödmaterial psykisk hälsa (ny)	Region Stockholm
Stödprogram efter hjärtinfarkt	Region Stockholm
Stödprogram vid kranskärslssjukdom	Region Stockholm
Sömnbehandling	Region Uppsala
Sömnsvårigheter	Region Uppsala
Träning vid nackbesvär (ny)	Region Sörmland
Träning vid Whiplashrelaterade besvär (ny)	Region Sörmland
Vägledad självhjälp	Region Uppsala
Ångesthjälpen Ung Plus (ny)	Psykologpartners W & W AB
Ångesthjälpen Unga Föräldrastöd (ny)	Psykologpartners W & W AB

### **Region Värmland**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Depressionshjälpen 2.0	Psykologpartners W&W AB
Detta är AST Vuxenhabilitering	Region Värmland
Oroshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Sovhjälpen	Psykologpartners W&W AB
Stresshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Stöd efter hjärtinfarkt	Region Stockholm
Stöd vid kranskärslssjukdom	Region Stockholm
Ångesthjälpen	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen Ung	Psykologpartners W&W AB
Digitala smärtskolan (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Få hjälp att minska i vikt efter graviditet (kommande/diskuterar)	Västra Götalandsregionen

### Region Västerbotten

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
AFFEKT - känslolarka barn	Region Västerbotten
Artrosskolan ALMA (ny)	Region Västerbotten
Bas - föräldrastrategier	Region Västerbotten
Böjsenskada i handen	Region Västerbotten
eDIT (ny)	Region Västerbotten
FRAMÅT för hälsa och livskvalitet	Region Västerbotten
Hantera din stress (ny)	Region Västerbotten
Hälsosamma levnadsvanor - början	Region Västerbotten
Hälsosamma levnadsvanor - nystart (ny)	Region Västerbotten
Information om digital gruppbehandling (ny)	Region Västerbotten
Information om gastrostomi, Knapp, barn	Region Västerbotten
Information om gastrostomi, PEG, barn	Region Västerbotten
Inför koloskopi, Laxabon, barn	Region Västerbotten
Inför koloskopi, Toliax, barn	Region Västerbotten
Internethjälpen – förbättra självkänslan	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen – skapa bättre sömn	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen för stresshantering	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ADHD	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid nedstämdhet och depression	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid oro	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid smärta	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid social oro	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ångest och oro (ungdom)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ångestproblem	Livanda - Internetkliniken AB
Intresseanmälan för KBT via nätet	Region Västerbotten

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Intresseanmälan för nikotinavvänjning	Region Västerbotten
Introduktion till beteendemedicinsk behandling	Region Västerbotten
Introduktion till smärtrehabilitering (ny)	Region Västerbotten
Introduktion till stressrehab	Region Västerbotten
Kognitiv träning	Region Västerbotten
Leva med autism	Region Västerbotten
Min KOL	Region Västerbotten
Min nikotinfria resa	Region Västerbotten
Oroliga barn - föräldrastrategier	Region Västerbotten
Planera din vardag (ny)	Region Västerbotten
Planera och skapa struktur i vardagen (ny)	Region Västerbotten
Psoriasis – stöd vid din behandling	Region Västerbotten
Psykisk hälsa under tonåren - föräldrastöd (ny)	Region Västerbotten
Recept på tandborstning för barn (0-5 år)	Region Västerbotten
Recept på tandborstning för barn (6-12 år)	Region Västerbotten
Recept på tandbortstning för muntorra	Region Västerbotten
Stressrehabilitering (ny)	Region Västerbotten
Stöd efter din hjärtinfarkt	Region Stockholm
Stöd till bättre alkoholvanor	Region Västerbotten
Stöd till bättre matvanor	Region Västerbotten
Stöd till ökad fysisk aktivitet	Region Västerbotten
Stöd vid behandling med lågenergidiet	Region Västerbotten
Stöd vid kranskärslsjukdom	Region Stockholm
Uppföljning kognitivt hjälpmedel	Region Västerbotten
Viktstabilitet för gravida	Region Västerbotten
FRAMÅT för psykisk hälsa och livskvalitet (under utveckling)	Region Västerbotten
Hälsosamma levnadsvanor - bas (under utveckling)	Region Västerbotten
Hälsosamma levnadsvanor - fortsättning (under utveckling)	Region Västerbotten

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Hälsosamma levnadsvanor - uppföljning och framtid (under utveckling)	Region Västerbotten
Inför din hjärtoperation (under utveckling)	Region Västerbotten
Introduktion till behandling vid barnobesitas (under utveckling)	Region Västerbotten
Att trappa ner beroendeframkallande läkemedel (kommande/diskuteras)	Region Västerbotten
Fatigue vid MS (kommande/diskuteras)	Region Västerbotten
FRAMÅT för unga (kommande/diskuteras)	Region Västerbotten
Inför höft- och knäoperation (kommande/diskuteras)	Region Västerbotten
Sund start - för BVC (kommande/diskuteras)	Region Västerbotten

### **Västra Götalandsregionen**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
ADAPT - Behandling vid ont i magen och oro	Västra Götalandsregionen
AFFEKT	Västra Götalandsregionen
AntiStressProgrammet	Västra Götalandsregionen
Artrosskola	Region Kalmar län
Avdelning 369 Behandlingsuppföljning	Västra Götalandsregionen
Barn med språkstörning - stöd från logopeden	Västra Götalandsregionen
Behandlingsstöd för dig med sväljsvårigheter	Västra Götalandsregionen
Behandlingsstöd vid ångest och depression - Läkarhusen	Västra Götalandsregionen
Bättre sömn - Psykos	Västra Götalandsregionen
CHIP	Västra Götalandsregionen
CORE-skattningar	Västra Götalandsregionen
Dagliga skattningar	Västra Götalandsregionen
Dagsjukvård psykiatri Centrum – CORE-skattningar	Västra Götalandsregionen

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Delia MUX — var med och påverka din behandling	Västra Götalandsregionen
Depressionshjälpen Plus	Psykologpartners
Diabetes Ung	Västra Götalandsregionen
DigHelp	Västra Götalandsregionen
Digital hälsokontroll, MiniMaria	Västra Götalandsregionen
Digitala smärtskolan	Västra Götalandsregionen
Dina levnadsvanor - rökfri och alkoholfri operation	Västra Götalandsregionen
e-Hörsel	Västra Götalandsregionen
Epilepsimottagning SU – Information om epilepsibehandling till kvinnor i fertil ålder	Västra Götalandsregionen
Flimmerprogrammet	Västra Götalandsregionen
Formulär bedömning IGD - Mottagning för spelberoende och skärmhälsa	Västra Götalandsregionen
Funktionell buksmärta	Västra Götalandsregionen
Funktionell buksmärta (inloggning vårdnadshavare)	Västra Götalandsregionen
Fysioterapeutisk rehabilitering vid långvarig smärta	Västra Götalandsregionen
Få hjälp att minska i vikt efter graviditet (tidigare LEVA-metoden)	Västra Götalandsregionen
För dig som har epilepsi och är gravid	Västra Götalandsregionen
Föräldrainformation om sömn	Västra Götalandsregionen
Hemuppgifter vid psykologisk behandling	Västra Götalandsregionen
Hjärtskolan för dig med kranskärlssjukdom	Västra Götalandsregionen
Hjärtsviktsprogrammet	Västra Götalandsregionen
Hörselhälsa	Västra Götalandsregionen
Information om fetmabehandling vid obesitasmottagningen på Sahlgrenska Universitetssjukhuset	Västra Götalandsregionen
Information om flimmerablation	Västra Götalandsregionen
Information om kranskärlsröntgen och ballongvidgning	Västra Götalandsregionen
Internethjälp vid spelberoende	Västra Götalandsregionen

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Introduktion till TAKK	Västra Götalandsregionen
KBT-stöd - SV Psykiatri	Västra Götalandsregionen
Kognitivt stöd – inspiration för tid och struktur i vardagen	Västra Götalandsregionen
KomIgång online	Västra Götalandsregionen
KomIgång Online på arabiska	Västra Götalandsregionen
Lemtrada säkerhetsuppföljning	Västra Götalandsregionen
LEVA-metoden POP	Västra Götalandsregionen
Lär dig leva med migrän	Västra Götalandsregionen
Mina CORE-skattningar – Sjukhusen i väster	Västra Götalandsregionen
Mina skattningar - Mottagning för spelberoende och skärmhälsa	Västra Götalandsregionen
Mitt barn har autism	Västra Götalandsregionen
Mitt mående - Läkarhusen	Västra Götalandsregionen
Mognad och metoder för toaträning	Västra Götalandsregionen
Måendekollen	Västra Götalandsregionen
Måendekollen Psykiatri	Västra Götalandsregionen
Måendekollen Ung	Västra Götalandsregionen
NEMO	Västra Götalandsregionen
Neo Föräldrastöd	Västra Götalandsregionen
Obesitas föräldrainformation	Västra Götalandsregionen
OCD-mottagningen – Bedömning	Västra Götalandsregionen
OCD-mottagningen - Dymorfofobi	Västra Götalandsregionen
OCD-mottagningen – Gruppbehandling	Västra Götalandsregionen
OCD-mottagningen – Individuell behandling	Västra Götalandsregionen
OCD-mottagningen B4DT	Västra Götalandsregionen
OCD-mottagningen TRIKDE-10	Västra Götalandsregionen
Oroshjälpen Plus	Psykologpartners W&W AB
Osteoporosutbildning	Västra Götalandsregionen
Positivt samspel - att förstå och påverka beteende	Västra Götalandsregionen
Psykosstödet	Region Stockholm
Psykosstödet - för dig som närstående	Region Stockholm
På väg - ungdom	Västra Götalandsregionen

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
På väg förälder	Västra Götalandsregionen
Registrera allt mellan lust och ångest	Västra Götalandsregionen
Röstövningar	Västra Götalandsregionen
Självskattning inom cancervård	Västra Götalandsregionen
Stresshjälpen Plus	Psykologpartners W&W AB
Stöd till dig med ledgångsreumatism	Västra Götalandsregionen
Stöd vid depression	Västra Götalandsregionen
Stöd vid kirurgisk fetmabehandling	Västra Götalandsregionen
Stöd vid PTSD	Västra Götalandsregionen
Sömnbehandlingen	ePsykiatrienheten
Sömnguiden	Västra Götalandsregionen
Tobakshjälpen	Region Jönköpings län
Tysabribehandling	Västra Götalandsregionen
Ung utsatt UM	Västra Götalandsregionen
Ångesthjälpen Plus	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen Ung Föräldrastöd	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen Ung Plus	Psykologpartners W&W AB
ÄtMät	Västra Götalandsregionen
ÄtStöd	Västra Götalandsregionen
Axelproteser (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Barn med läpp- käk- och gomspalt (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Barn med utvecklingsneurologiska frågeställningar (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Flimmerskolan (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Föräldraresan (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Hälsoprofilen (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Information om autism (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Information till patienter med hypertyreos (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
KomIgång Online på engelska (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
KomIgång Online på somaliska (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Kvinnor i rörelse (under utveckling)	Västra Götalandsregionen



<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Min tandhälsoplan (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Mina skattningar – Beroendekliniken (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Neo Inför förlossning (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Obesitaskirurgi (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Stöd för viktminskning (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Stöd vid ångest (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Utbildningsmaterial för organtransplanterade personer (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
iFas (kommande/diskuteras)	ePsykiatrienheten
Min ADHD-grupp – Neuropsykiatrimottagningen Öster (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen
OCD-mottagningen Lerum Samlarsyndrom (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen

### **Region Västernorrland**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Artrosskola	Region Jönköpings län
Att bli förälder (ny)	Region Västernorrland
Autism i vardagen (ny)	Region Norrbotten
Hjärtskola för dig med kranskärslsjukdom	Västra Götalandsregionen
Internethjälpen – Oro (Livanda)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen - Skapa bättre sömn	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen - Stress och utmattning (Livanda)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen - Vid ångest och oro – Ungdom (Livanda)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen – Ångestproblem (Livanda)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen förbättrad självkänsla	Livanda - Internetkliniken AB

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Internethjälpen- Nedstämdhet och depression (Livanda)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ADHD (Livanda)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid nedstämdhet och depression (bas)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid smärta	Livanda - Internetkliniken AB
Intrnethjälpen vid social oro (ny)	Livanda - Internetkliniken AB
Min nikotinfria resa (ny)	Region Västerbotten
Stöd till smärtpatienter (under utveckling)	Region Västernorrland
Ätstörning (under utveckling)	Region Västernorrland
Autismutbildning för föräldrar (kommande/diskuteras)	Region Västmanland
FRAMÅT för hälsa och livskvalitet (kommande/diskuteras)	Region Västerbotten
Uppföljning av medicin vid ADHD BUP, vuxenpsykiatri (kommande/diskuteras)	Region Västernorrland

### **Region Västmanland**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Anmälan till digitalt vårdbesök - för dig som mår psykiskt dåligt av din arbetsmiljö (ny)	Arbetsmiljömedicin Örebro
Artrosskola (ny)	Region Kalmar län
Autismutbildning för föräldrar, egendesignat program i regionen	Region Västmanland
Internethjälpen – Oro	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen - Skapa bättre sömn	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen för stresshantering	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen förbättra självkänsla	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen Nedstämdhet och depression(bas)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid nedstämdhet och depression	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid nedstämdhet och depression (bas) (ny)	Livanda - Internetkliniken AB

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Internethjälpen vid smärta	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid social oro	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ångest och oro (ungdom)	Livanda - Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ångestproblem	Livanda - Internetkliniken AB
KomIgång online	Västra Götalandsregionen
Sjukskrivningskollen	Region Kalmar län
Stöd vid kranskärslssjukdom (ny)	Region Stockholm
Träning vid axelbesvär	Region Sörmland
Träning vid Whiplashrelaterade besvär	Region Sörmland
Vuxna med ADHD	Region Västmanland
För dig som har epilepsi och är gravid (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen
Hjälpt ditt barn att sova bättre (kommande/diskuteras)	Region Kalmar
Sex och singel - operation eller strålning vid prostatacancer (kommande/diskuteras)	Region Kronoberg
Sex, samliv och relation - hormonbehandling vid prostatacancer (kommande/diskuteras)	Region Kronoberg
Träning vid cancerbehandling (kommande/diskuteras)	Region Halland

### Region Örebro län

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Artrosskola (version Region Kalmar län)	Region Kalmar län
AST – vad är det?	Region Örebro län
Att hantera långvarig smärta	Region Örebro län
Behandling för tandvårdsfobi	Region Örebro län
BUH NP - Introduktion (ny)	Region Örebro län
Depressions- och ångestskola	Region Örebro län
Digitalt stöd till neuropsykiatrisk utredning	Region Örebro län
Familjeband	Region Örebro län
Föräldraförberedande information	Region Örebro län

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Föräldraförberedande information - Engelska	Region Örebro län
Föräldraförberedande information - Tigrinja	Region Örebro län
Hållbart arbete och arbetsåtergång i samband med stress	Region Örebro län
Information om hörsel och hörselnedsättning (ny)	Region Örebro län
Internetbehandling för depression	Region Örebro län
Internetbehandling för paniksyndrom	Region Örebro län
Internetbehandling för social fobi	Region Örebro län
KomIgång online (version Västra Götalandsregionen) (ny)	Västra Götalandsregionen
LOV-psykoterapi	Region Örebro län
Patient- och anhöriginformation vid ADHD inom Allmänpsykiatrisk Öppenvård	Region Örebro län
Patient- och anhörigutbildning vid bipolär sjukdom	Region Örebro län
Psykiatrisk fysioterapi – fysisk aktivitet	Region Örebro län
Psykologisk traumabehandling - före- och eftermätning (ny)	Region Örebro län
Sjukskrivningskollen	Region Kalmar län
Steg för steg	Region Örebro län
Stöd efter din hjärtinfarkt	Region Stockholm
Stöd och utvärdering av psykologisk behandling	Region Örebro län
Stöd vid kranskärslssjukdom	Region Stockholm
Sömnpromblem vid autism (ny)	Region Örebro län
Tobakshjälpen (utvecklad av annan region)	Region Jönköpings län
Träning vid nackbesvär	Region Sörmland
Träning vid whiplashrelaterade besvär	Region Sörmland
BUH NP - Få vardagen att funka (under utveckling)	Region Örebro län
BUH NP - Ångestskola för föräldrar (under utveckling)	Region Örebro län
BUH Toaträning (under utveckling)	Region Örebro län

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Föräldraförberedande information - Arabiska (under utveckling)	Region Örebro län
Föräldraförberedande information - Somaliska (under utveckling)	Region Örebro län
Kommunikation och samspel vid autism (under utveckling)	Region Örebro län
Onlinekursen om AST (under utveckling)	Region Örebro län
Psykologisk traumabehandling - en kort videointroduktion (under utveckling)	Region Örebro län
Psykologisk traumabehandling - Patient- och närståendeutbildning (under utveckling)	Region Örebro län
Regionhälsan - Arbetsåtergång/stöd i friskt arbetsliv (under utveckling)	Region Örebro län
Regionhälsan - Stöd vid psykisk ohälsa (under utveckling)	Region Örebro län
START - träningsperioden (under utveckling)	Region Örebro län
START- Stöd i Aktivitet, Rörelse och Träning - information och anmälan (under utveckling)	Region Örebro län
Behandlingsstöd för dig med sväljsvårigheter (version Västra Götalandsregionen) (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen
Diagnosutbildning för vuxna med autism (kommande/diskuteras)	Region Skåne
Föräldrakurs på nätet (kommande/diskuteras)	Region Skåne
Föräldrakurs på nätet (6-12 år) (kommande/diskuteras)	Region Skåne
Hjälpt ditt barn att sova bättre (kommande/diskuteras)	Region Skåne
Lär dig hantera din stress (kommande/diskuteras)	Region Skåne
Lär dig om intellektuell funktionsnedsättning (IF) (kommande/diskuteras)	Region Skåne
Lär dig sova bättre (kommande/diskuteras)	Region Skåne

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Lär dig sova bättre ungdom (kommande/diskuteras)	Region Skåne

### Region Östergötland

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
ADHD-hjälpen	Psykologpartners W&W AB
Anhörigstöd hjärtsvikt	Region Östergötland
Artrosskola	Region Kalmar län
Axelhjälpen – mindre smärta med rätt träning	Region Östergötland
Bra liv med Diabetes	Region Jönköpings län
Depressionshjälpen	Psykologpartners W&W AB
KBT vid Tinnitus	Region Östergötland
Livsbalansen	Region Östergötland
Lär dig om hörsel och kommunikation	Region Östergötland
Måendekollen Ung	Västra Götalandsregion
Möt ditt barns oro (ny)	Region Jönköpings län
Oroshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Skatta din Tinnitus	Region Östergötland
Skatta ditt mående	Region Östergötland
Sovhjälpen	Psykologpartners W&W AB
Stresshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Tobakshjälpen	Region Jönköpings län
Ångesthjälpen	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen Ung	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen Ung föräldrastöd	Psykologpartners W&W AB
Stöd till dig med svårsläkt sår (under utveckling)	Region Kalmar län
Goda vanor för ditt barns mående (kommande/diskuteras)	Region Jönköpings län
Lär dig om hörsel och hörapparater (kommande/diskuteras)	Region Skåne
Neo Föräldrastöd (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen
Osteoporoskola (kommande/diskuteras)	Region Östergötland

## Stöd- och behandlingsprogram redovisade per diagnos/patientgrupp

Här presenteras stöd- och behandlingsprogram indelat i diagnos/patientgrupp. Regionerna ombads uppge information om de program som de erbjuder utefter huvudanledningen till vårdkontakten i de fall programmet rör flera diagnoser/patientgrupper<sup>2</sup>. I de fall listalternativen<sup>3</sup> inte var tillräckliga ombads regionerna att uppge programmets diagnos/patientgrupp i en fritextruta. SKR har klustrat dessa i nya kategorier i de fall program inom samma diagnos/patientgrupp är fler än tre, i annat fall ligger programmet under Övrigt (Psykiatri, psykisk hälsa och välbefinnande) eller Övrigt (Somatik).

Sammanlagt finns 518 unika stöd- och behandlingsprogram på plattformen SoB. Det innebär en ökning med 25 program jämfört med föregående kartläggning. SKR har klustrat diagnoser/patientgrupper i fem huvudområden; Psykiatri, psykisk hälsa och välbefinnande, Somatik, Graviditet och föräldraskap, Tandvård och Övrigt. De program som erbjuds på SoB tillhör i de allra flesta fall de två förstnämnda områdena, men med några undantag. Nästintill sju av tio program tillhör huvudområdet Psykiatri, psykisk hälsa och välbefinnande, och nära tre av tio program tillhör huvudområdet Somatik.

Programmen presenteras i bokstavsordning – först de som är i drift, därefter program som är under utveckling och ej i drift (*under utveckling*) samt sist program som diskuteras (*kommande/diskuteras*).

---

<sup>2</sup> I vissa fall har regioner som erbjuder samma program uppgett olika diagnoser/patientgrupper. SKR har sorterat in dessa under den diagnos/patientgrupp som flest regioner valt, alternativt valt ut en av regionernas uppgift. Detta innebär att redovisningen skulle sett något annorlunda ut om en annan regions uppgifter om programmet presenterats.

<sup>3</sup> De alternativ regionerna fick för diagnos/patientgrupp var: ADHD, Artros, Astma/allergi, Autismspektrumtillstånd AST, Bipolaritet, Cancer, Depression, Diabetes, Epilepsi, Fetma, Graviditet/föräldraskap, Hjärta och kärl, Hörsel, IBS, Kris/trauma/PTSD, Levnadsvanor - fysisk aktivitet, Levnadsvanor - kost, Levnadsvanor – stress, Levnadsvanor – sömn, Levnadsvanor – övrigt, Mage och tarm, Migrän, Munhälsa/tandvård, Operation, Psykos, Skadligt bruk – alkohol, Skadligt bruk – cannabis, Skadligt bruk – spel, Skadligt bruk – tobak, Skadligt bruk –övrigt, Smärta, Språk/kommunikation, Tvångssyndrom, Ångest/oro, Ätstörningar, Övervikt/obesitas, Övrigt

## Psykiatri, psykisk hälsa och välbefinnande

### Adhd

Program	Utvecklare
ADHD - Föräldrautbildning	Region Dalarna
ADHD-centers grundkurs om adhd/add - STRATEGI (flera olika, för föräldrar och närstående till barn och tonåringar, även på engelska - 5 varianter)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
ADHD-centers temaföreläsning om sömn	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Adhd-hjälpen	Psykologpartners W&W AB
Att bevara sitt lugn, Fördjupning - Adhd-center	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Fokus på AD(H)D	Region Uppsala
Föräldrastödskursen	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Hantera känslor vid ADHD	Region Uppsala
Hantera känslor vid ADHD (vårdnadshavare/viktig vuxen	Region Uppsala
Internethjälpen vid ADHD	Livanda Internetkliniken AB
Medicinering vid add/adhd	Region Stockholm
Patient- och anhöriginformation vid ADHD inom Allmänpsykiatrisk Öppenvård	Region Örebro län
Patient- och närståendebildning ADHD	Region Stockholm, SLSO Psykiatri
SCOPE, en webbkurs för unga om autism (inkl anmälningsmoment)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
SKILLS anhörig – lär dig om adhd	Region Skåne
Struktur och hjälpmedel för barn med ADHD	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Struktur och hjälpmedel för tonåringar med ADHD	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Vuxna med ADHD	Region Västmanland



<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Välkomstinformation - ADHD-center	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Välkomsträff för unga vuxna, ADHD-center	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
ADHD-behandling (under utveckling)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Min ADHD-grupp – Neuropsykiatrimottagningen Öster (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen
Uppföljning av medicin vid ADHD BUP, vuxenpsykiatri (kommande/diskuteras)	Region Västernorrland

#### **Autismspektrumtillstånd AST**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
AST – vad är det?	Region Örebro län
Autism (vuxna)	Region Norrbotten
Autism för närstående	Region Norrbotten
Autism hos barn: grundkurs för föräldrar	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Autism hos barn: grundkurs för mor- och farföräldrar	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Autism hos vuxna, kurs för anhöriga - Habilitering och hälsa	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Autism i vardagen	Region Norrbotten
Autismutbildning för föräldrar	Region Västmanland
BUH NP - Introduktion	Region Örebro län
Detta är AST Vuxenhabilitering	Region Stockholm
Diagnosutbildning för vuxna med autism	Region Skåne
Digital Autismutbildning, Vuxenhabilitering	Region Gävleborg
Föreläsning Att leva med ASD	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Föreläsning Att leva med ASD för ungdomar	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Föreläsning Att leva med autism	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Föreläsning Att leva med autism för ungdomar	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Grundkurs - Autismcenter små barn	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Leva med autism	Region Västerbotten
Mitt barn har autism	Västra Götalandsregionen
PNV Studie C4: RO-DBT-baserad färdighetsträning för autism	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Problembeteende - Autismcenter små barn	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Skolvardag med autism; din roll som förälder	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Sömn - Autismcenter små barn	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Sömnsvårigheter hos barn med autism	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Toa - Autismcenter små barn	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Utforska autism (inkl anmälningmoment)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Välkommen till Prisma	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Information om autism (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Kommunikation och samspel vid autism (under utveckling)	Region Örebro län
Onlinekursen om AST (under utveckling)	Region Örebro län

## Bipolaritet

Program	Utvecklare
Bipolär individuell insats:2022	Region Gävleborg
Egenutvecklat program vid bipolär sjukdom	Region Gävleborg
Grundkurs bipolär-individuell psykopedagogisk insats	Region Gävleborg
Patient- och anhörigutbildning vid bipolär sjukdom	Region Örebro län

## Depression

Program	Utvecklare
Depressions- och ångestskola	Region Örebro län
Depressionsbehandling	Region Uppsala samt Region Stockholm, SLSO - Gustavsbergs vårdcentral
Depressionsbehandling	Region Uppsala
Depressionshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Depressionshjälpen Plus	Psykologpartners W&W AB
Depressionshjälpen 2.0	Psykologpartners W&W AB
Internetbehandling för depression	Region Örebro län
Internethjälpen vid nedstämdhet och depression	Livanda Internetkliniken AB
Internethjälpen vid nedstämdhet och depression (bas)	Livanda Internetkliniken AB
Internetpsykiatri PSV - Depressionsbehandling (inkl. uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
KBT vid depression	WeMind AB Stockholm
Patient- och närståendebildning om depression	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
PNV Studie C5: Compassionfokuserad terapi för depression och ångest	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
PSV Depressionsbehandling	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
PSV Digifysisk depressionsbehandling	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Stöd vid depression	Västra Götalandsregionen
Ta dig ur depression	Region Skåne
Få hjälp vid depression - ungdom + föräldrastöd (under utveckling)	Region Skåne
Depressionshjälpen barn + föräldrastöd (kommande/diskuteras)	Region Skåne

#### **Ångest och oro (målgrupp barn 0-18 år)**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
BIP:s ångestprogram för barn (inkl. uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s ångestprogram för ungdomar (inkl. uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
Framåt - första insatsen för dig med ångest och depression	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
Internethjälpen vid ångest och oro, ungdom	Livanda Internetkliniken AB
KBT-bas	Region Stockholm SLSO Barn- och ungdomspsykiatri
Unified Protocol - gruppbehandling för ungdomar	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
Ångesthjälpen Ung	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen Ung Plus	Psykologpartners W&W AB

**Ångest och oro (målgrupp vuxna, föräldrar/närstående, alla)**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Behandlingsstöd vid ångest och depression - Läkarhusen	Västra Götalandsregionen
BIP:s ångestprogram för barn - föräldradelen (inkl. uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s ångestprogram för ungdomar - föräldradelen (inkl. uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
Borderlineenheten PNV: Patient- och närståendebildning EIPS	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Borderlineenheten PNV: Patient- och närståendebildning Självskada	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
BUH NP - Ångestkola för föräldrar	Region Örebro län
CORE Process	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
DBT-standard-färdighetsträning	Region Uppsala
Färdighetsträning enligt DBT	Region Uppsala
Hälsoångest	Region Stockholm, SLSO Gustavsbergs vårdcentral
Inför behandling	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Ingen panik	Region Uppsala
Internethjälpen vid oro	Livanda Internetkliniken AB
Internethjälpen – Ångestproblem (Livanda)	Livanda Internetkliniken AB
Internethjälpen vid oro	Livanda Internetkliniken AB
Internethjälpen vid ångestproblem	Livanda Internetkliniken AB
Internetpsykiatri PSV - Dysmorfofobibehandling (inkl. uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetpsykiatri PSV - GAD-behandling-IU, ORIGAMI-studien (inkl. eftermättningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Internetpsykiatri PSV - Hälsoångestbehandling (inkl. uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetpsykiatri PSV - Paniksyndrombehandling (inkl. uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetpsykiatri PSV - Social fobi-behandling (inkl. uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetstöd för emetofobibehandling	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Internetstöd KBT vid ångestsyndrom och depression	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Klimatångest	Region Skåne
Komplicerad sorgbehandling	Region Uppsala
Min behandling	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Möt ditt barns oro	Region Jönköpings län
Oro och generaliserat ångestsyndrom	Region Uppsala
Oroshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Oroshjälpen plus	Psykologpartners W&W AB
Patient- och anhörigutbildning, Capio Ångest och depression	Capio Hjärnhälsan AB Stockholm
Patient- och närståendeutbildning om ångestsyndrom	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
PNV Studie A1: Kartläggning av ensamhet	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
PNV Studie B: Färdighetsträning för ensamhet	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
PNV Studie C1: Metakognitiv terapi för depression och ångest	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
PS-gen Program IGPM	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
PSV Behandling för paniksyndrom	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
SCM-12 Digifysisk	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Små barn, stora känslor	Region Skåne
Social fobi	Region Uppsala
Stödmaterial psykisk hälsa	Region Stockholm, SLSO - Gustavsbergs vårdcentral
Vad händer efter Skills?	Region Skåne
Ångestenheten PNV: Internetstöd KBT dysmorfofobi (BDD)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Ångestenheten PNV: Internetstöd KBT hälsoångest	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Ångesthjälpen	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen plus	Psykologpartners W&W AB
Ångesthjälpen Ung föräldrastöd	Psykologpartners W&W AB
Stöd vid ångest (under utveckling)	Västra Götalandsregionen

#### **Levnadsvanor, fysisk aktivitet**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Fysisk aktivitet som behandling	Region Stockholm samt Svensk Förening för Fysisk Aktivitet
Informationsfilmer för barn om fysisk aktivitet	Region Gävleborg
Psykiatrisk fysioterapi – fysisk aktivitet	Region Örebro län
Stöd till ökad fysisk aktivitet	Region Västerbotten
Träningsdagbok	Region Kalmar län
Rörelsepeppen (under utveckling)	Region Jönköpings län
START - träningsperioden (under utveckling)	Region Örebro län
START- Stöd i Aktivitet, Rörelse och Träning - information och anmälan (under utveckling)	Region Örebro län

**Levnadsvanor, kost**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
ABC: Matdagbok	Region Kalmar län
Hälsosamma matvanor	Region Jönköpings län
Kostråd vid lätt nedsatt njurfunktion	Region Halland
Matdagbok	Region Uppsala
Matdagbok	Region Kalmar län
Matdagboken	Region Kronoberg
Stöd till bättre matvanor	Region Västerbotten
Hälsosamma matvanor - vuxna (under utveckling)	Region Skåne

**Levnadsvanor, stress**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
AntiStressProgrammet	Västra Götalandsregionen
Digistress	Region Stockholm, SLSO Gustavsbergs vårdcentral
Hantera din stress	Region Västerbotten
Hållbart arbete och arbetsåtergång i samband med stress	Region Örebro län
IKBT för stressrelaterad ohälsa	Region Stockholm, SLSO - Gustavsbergs vårdcentral
Information om digital gruppbehandling	Region Västerbotten
Internethjälpen för stresshantering	Livanda Internetkliniken AB
Interstress	Region Stockholm, SLSO Gustavsbergs vårdcentral
Introduktion till stressrehab	Region Västerbotten
Kognitiv beteendeterapi för stress- och utmattningsproblematik	Region Stockholm, SLSO Gustavsbergs vårdcentral
Kognitiv träning	Region Västerbotten
Livsbalansen – stress och återhämtning	Region Östergötland
Lär dig hantera din stress	Region Skåne
PBM - Stressrehabilitering	PBM AB Stockholm
PBM - Utmattningsrehab	PBM AB Stockholm



<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Stresshjälpen	Psykologpartners W&W AB
Stresshjälpen Plus	Psykologpartners W&W AB
Stressrehabilitering	Region Västerbotten
Utmattningsrehabilitering	PBM AB Stockholm
Stressbehandling (under utveckling)	Familjeläkarna i Saltsjöbaden AB

### **Levnadsvanor, sömn**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
eBUP-sömn	Region Uppsala
Föräldrainformation om sömn	Västra Götalandsregionen
Hjälp ditt barn att sova bättre (med behandlarstöd)	Region Skåne
Internetbaserad KBT-I för insomni vid MS	Region Gävleborg
Internethjälpen - skapa bättre sömn	Livanda Internetkliniken AB
Internetpsykiatri PSV - Insomni behandling (inkl. uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Kort sömnbehandling	Region Uppsala
Lär dig sova bättre	Region Skåne
Lär dig sova bättre – ungdom	Region Skåne
Sov gott ungdom	Region Uppsala
Sovhjälpen	Psykologpartners W&W AB
Sovhjälpen Plus	Psykologpartners W&W AB
Sömnbehandling	Region Uppsala
Sömnbehandlingen	ePsykiatrienheten
Sömnbehandling	Region Stockholm, SLSO - Lisebergs vårdcentral
Sömnbehandling (inkl. utvärderingsprogram)	Familjeläkarna i Saltsjöbaden AB
Sömnguiden	Västra Götalandsregionen
Sömnproblem vid autism	Region Örebro län
Sömnprogrammet – BCS	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Sömnstödet – digitaliserad broschyr som förberedelse inför sömnskola	Region Norrbotten
Sömnsvårigheter	Region Uppsala samt Region Stockholm, SLSO - Gustavsbergs vårdcentral
Sömnsvårigheter hos barn och unga – en introduktion	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Övervinn insomni	Region Norrbotten
Lär dig sova bättre – ungdom (Anhörigstöd) (under utveckling)	Region Skåne
Lär dig sova bättre (vuxen) (under utveckling)	Region Skåne

#### **Levnadsvanor, övrigt**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Att leva och må bra som transplanterad	Region Skåne
Dina levnadsvanor – rökfri och alkoholfri operation	Västra Götalandsregionen
Ett aktivt vardagsliv – Introduktionsdel	Region Norrbotten
Fortsättningsdel – Ett aktivt vardagsliv	Region Norrbotten
FRAMÅT för hälsa och livskvalitet	Region Västerbotten
Goda vanor för ditt barns mående	Region Jönköpings län
Hälsosamma levnadsvanor – början	Region Västerbotten
Hälsosamma levnadsvanor – nystart	Region Västerbotten
Hälsosamma vanor för minskade symtom och god hälsa	Region Stockholm, SLSO - Liljeholmens vårdcentral
Introduktion till beteendemedicinsk behandling	Region Västerbotten
Sjukskrivningskollen	Region Kalmar

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Stöd till bättre alkoholvanor	Region Västerbotten
BUH NP – Få vardagen att funka (under utveckling)	Region Örebro län
Hälsa och levnadsvanor – på ett enkelt sätt (under utveckling)	Region Norrbotten
Hälsohjulet och levnadsvanor (under utveckling)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Hälsosam vikt för ditt barn (under utveckling)	Region Kalmar län
Hälsosamma levnadsvanor – bas (under utveckling)	Region Västerbotten
Hälsosamma levnadsvanor – fortsättning (under utveckling)	Region Västerbotten
Hälsosamma levnadsvanor – uppföljning och framtid (under utveckling)	Region Västerbotten
Livsstilsprogrammet (under utveckling)	Region Norrbotten
Lär dig om goda levnadsvanor (under utveckling)	Region Sörmland
FRAMÅT för unga (kommande/diskuteras)	Region Västerbotten

### **Skadligt bruk, alkohol**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Alkoholprogrammet eStöd	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
Alkoholprogrammet, RG 1	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
Alkoholprogrammet eStöd (ADHD-mottagningen)	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
BCS eCRAFT – Självhjälp för närstående till personer med alkoholproblem	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
eChange	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
Mottagning för Alkohol och Hälsa	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
Alkoholberoende HBTQ (forskningsstudie) (under utveckling)	Region Skåne

#### **Skadligt bruk, cannabis**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Cannabisprogrammet e-Stöd	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
eCannabis Maria ungdom	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
eCannabis Maria ungdom – föräldrar	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum

#### **Skadligt bruk, spel**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Formulär bedömning IGD – Mottagning för spelberoende och skärnhälsa	Västra Götalandsregionen
Internethjälp vid spelberoende	Västra Götalandsregionen
Mina skattningar – Mottagning för spelberoende och skärnhälsa	Västra Götalandsregionen
Spelbehandling via nätet – eStöd	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum

#### **Skadligt bruk, tobak**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Intresseanmälan för nikotinavvänjning	Region Västerbotten
Min nikotinfria resa	Region Västerbotten
Tobakshjälpen	Region Jönköpings län

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Tobaksprogrammet – eStöd	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
Lär dig leva med din KOL (under utveckling)	Region Skåne

### Skadligt bruk, övrigt

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Anmälan till stöd och behandling via nätet - eStöd Beroendecentrum Stockholm	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
BCS eCRAFT – Självhjälp för närstående till personer med drogproblem	Region Stockholm, SLSO - Beroendecentrum
Mina skattningar – Beroendekliniken (under utveckling)	Västra Götalandsregionen

### Ätstörningar

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Matregistrering LänsÄt	Region Gävleborg
NÄRA – en internetbehandling för ätstörningar (inkl. utvärderingsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Stockholms Centrum för Ätstörningar
NÄRA Ungdom – en internetbehandling för ätstörningar (inkl. utvärderingsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Stockholms Centrum för Ätstörningar
Patient- och närståendebildning för barn och unga med ätstörningar	Region Stockholm, SLSO - Stockholms Centrum för Ätstörningar
Patient- och närståendebildning för vuxna med ätstörningar	Region Stockholm, SLSO - Stockholms Centrum för Ätstörningar
Vägledad självhjälp	Region Uppsala
ÄtMät	Västra Götalandsregionen
ÄtStöd	Västra Götalandsregionen

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Ätstörning (under utveckling)	Region Västernorrland
iFas (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen, ePsykiatrienheten

## **IBS**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
BIP:s behandling för ungdomar med IBS	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s behandling för ungdomar med IBS, föräldradel	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
Bli vän med din mage – stöd vid IBS	Region Kalmar län och Region Jönköpings län
Internetpsykiatri – KBT för IBS, magbesvär	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetpsykiatri PSV – IBS-behandling (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Mat- och symtomdagbok IBS	Region Norrbotten

## **Tvångssyndrom**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
BIP:s OCD-behandling för barn (inkl. uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s OCD-behandling för barn, föräldradelen (inkl. uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s OCD-behandling för ungdomar - föräldradelen (inkl. uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s OCD-behandling för ungdomar (inkl. uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
Internetpsykiatri – KBT för dysmorfofobi och tvångssyndrom	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Internetpsykiatri PSV – Boosterprogrammet Tvångssyndrom	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetpsykiatri PSV – Tvångssyndrombehandling (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Internetstöd för intensiv OCD- behandling	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
OCD-mottagningen – Bedömning	Västra Götalandsregionen
OCD-mottagningen – Dysmorfofobi	Västra Götalandsregionen
OCD-mottagningen – Gruppbehandling	Västra Götalandsregionen
OCD-mottagningen – Individuell behandling	Västra Götalandsregionen
OCD-mottagningen B4DT	Västra Götalandsregionen
OCD-mottagningen TRIKDE-10	Västra Götalandsregionen
Ångestenheten PNV: Internetstöd för intensiv behandling mot tvångssyndrom	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Ångestenheten PNV: Studie intensiv behandling mot tvångssyndrom	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
OCD-mottagningen Lerum Samlarsyndrom (kommande/diskuteras)	Västra Götalandsregionen

### **Psykos**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Bättre Sömn - Psykos	Västra Götalandsregionen och Region Stockholm, SLSO Psykiatri Sydväst
Bättre sömn vid psykos och bipolär sjukdom (inkl. uppföljningsprogram)	Västra Götalandsregionen och Region Stockholm, SLSO Psykiatri Sydväst

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Närståendeguiden Psykos	Region Stockholm, SLSO Psykiatri
Patient- och närståendebildning om psykossjukdom	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Patientguiden Psykos	Region Stockholm SLSO Psykiatri
Psykosstödet	Region Stockholm samt Västra Götalandsregionen
Psykosstödet - för dig som närstående	Region Stockholm samt Västra Götalandsregionen

### **Kris, trauma och PTSD**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Borderlineenheten PNV: Patient- och närståendebildning PTSD	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Capio Centrum för stress och trauma	Capio Hjärnhälsan AB Stockholm
KBT vid PTSD (inkl program med tilläggsmoduler)	Region Stockholm, Centrum för Psykiatrforskning
PNV Studie C3: Intensiv DBT/PE- behandling för PTSD	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Nordväst
Prolonged exposure	Region Gävleborg
Psykologisk traumabehandling - före- och eftermätning	Region Örebro län
Stöd vid PTSD	Västra Götalandsregionen
Traumabehandling (inkl uppföljningsprogram)	Region Stockholm samt Karolinska Institutet
Psykologisk traumabehandling - en kort videointroduktion (under utveckling)	Region Örebro län
Psykologisk traumabehandling - Patient- och närståendebildning (under utveckling)	Region Örebro län



<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Internetbehandling vid Posttraumatisk Stress (PTSD) (kommande/diskuteras)	Region Skåne

### Övrigt (psykiatri, psykisk hälsa och välbefinnande)

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
ADAPT - Behandling vid ont i magen och oro	Västra Götalandsregionen
AFFEKT	Västra Götalandsregionen
Anmälan till Habilitering och Hälsas webbkurser	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Att förebygga beteendeproblem (inklusive anmälningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
BUP Stockholm - Kognitivt stöd för att få vardagen att fungera bättre, utbildning och hemuppgift	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
Capio Rehabilitering för utmattningssyndrom	Capio Hjärnhälsan AB Stockholm
CORE-skattningar	Västra Götalandsregionen
Dagsjukvård psykiatri Centrum – CORE-skattningar	Västra Götalandsregionen
Delia MUX — var med och påverka din behandling	Västra Götalandsregionen
Diagnos - och sen då	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Digital hälsokontroll, MiniMaria	Västra Götalandsregionen
Digitalt stöd till neuropsykiatrisk utredning	Region Örebro län
Digitalt stöd för psykoterapi	Region Gävleborg
Digitalt vårdbesök för dig som mår psykiskt dåligt av din arbetsmiljö	Region Örebro län
DBT-Digitala Veckokort	Region Gävleborg
Avdelning 369 Behandlingsuppföljning	Västra Götalandsregionen

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Exponeringsbaserad IKBT vid besvärande kroppsliga symtom	Karolinska Institutet
Familjeband	Region Örebro län
Funktionell buksmärt	Västra Götalandsregionen
Funktionell buksmärt (inloggning vårdnadshavare)	Västra Götalandsregionen
Hantera tankar, känslor och beteenden	Region Kalmar län
Hemuppgifter vid psykologisk behandling	Västra Götalandsregionen
I-Navigator ACT	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Information för patienter på BUP, Könsinkongruens och könsdysfori, KID	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
Internetbehandling för paniksyndrom	Region Örebro län
Internetbehandling för social fobi	Region Örebro län
Internethjälpen – förbättra självkänslan	Livanda Internetkliniken AB
Internethjälpen vid social oro	Livanda Internetkliniken AB
Internetpsykiatri - KBT för depression, hälsoångest, paniksyndrom, social fobi och insomni, sömnbesvär (anmälningssprogram)	Region Stockholm, SLSO - Psykiatri Sydväst
Intresseanmälan för KBT via nätet	Region Västerbotten
Kognitivt stöd - en introduktion	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Kognitivt stöd – inspiration för tid och struktur i vardagen	Västra Götalandsregionen
Kurs- och kunskapscenters välkomstinformation	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
LOV-psykoterapi	Region Örebro län
Lära-känna-programmet	Region Kronoberg
MADRS-S	Region Kronoberg

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Medveten närvaro	Region Kalmar län
Mina CORE-skattningar – Sjukhusen i väster	Västra Götalandsregionen
Mitt mående - Läkarhusen	Västra Götalandsregionen
Måendekollen Ung	Västra Götalandsregionen
Måendekollen Psykiatri	Västra Götalandsregionen
Planera din vardag	Region Västerbotten
PLUS - stöd för psykisk hälsa	Region Stockholm, Step Up
PLUS ung - stöd för psykisk hälsa	Region Stockholm, Step Up
Positivt samspel - att förstå och påverka beteende	Västra Götalandsregionen
Registrera allt mellan lust och ångest	Västra Götalandsregionen
Samtycke till forskning om utvärdering av BUP internetbehandling (2 moment, för barn resp. ungdom)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
Skatta ditt mående	Region Östergötland
Stöd och utvärdering av psykologisk behandling	Region Örebro län
Stöd vid könsidentitet	Region Norrbotten
Ung utsatt UM	Västra Götalandsregionen
Uppföljning kognitivt hjälpmedel	Region Västerbotten
Barn med utvecklingsneurologiska frågeställningar (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
BUH Toaträning (under utveckling)	Region Örebro län
FRAMÅT för psykisk hälsa och livskvalitet (under utveckling)	Region Västerbotten
Hälsoprofilen (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Lär dig om CP (under utveckling)	Region Skåne
Lär dig om intellektuell funktionsnedsättning (IF) (under utveckling)	Region Skåne

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Regionhälsan – Arbetsåtergång/stöd i friskt arbetsliv (under utveckling)	Region Örebro län
Regionhälsan – Stöd vid psykisk ohälsa (under utveckling)	Region Örebro län

## Somatik

### Artros

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Artrosskola	Region Kalmar län
Artrosskola	Region Jönköpings län
Artrosskolan ALMA	Region Västerbotten

### Astma/Allergi

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Astmakollen	Region Dalarna
Lär dig leva med allergi (kommande/diskuteras)	Region Skåne
Lär dig leva med astma (kommande/diskuteras)	Region Skåne

### Cancer<sup>4</sup>

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Balans i aktiviteter för dig som är cancerberörd	Region Stockholm, SLSO - Centrum för cancerrehabilitering
Balans i aktiviteter till följd av cancersjukdom och behandling	Region Stockholm, SLSO - Centrum för cancerrehabilitering
Daglig symtomrapportering	Regionala cancercentrum Stockholm-Gotland
Egenvård för neuropati efter cancerbehandling	Region Stockholm, SLSO - Centrum för cancerrehabilitering

<sup>4</sup> Nationell Min vårdplan cancer redovisas separat i rapportens sista del.

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
NEMO	Västra Götalandsregionen
Praktiska övningar	Region Stockholm, SLSO - Centrum för cancerrehabilitering
Samtal om rehabiliteringsprocessen	Region Stockholm, SLSO - Centrum för cancerrehabilitering
Sex och singel - operation eller strålning vid prostatacancer	Region Kronoberg, Region Kalmar län, Region Blekinge
Sex, samliv och relation – hormonbehandling vid prostatacancer	Region Kronoberg, Region Kalmar län, Region Blekinge
Sex, samliv och relation – operation eller strålning vid prostatacancer	Region Kronoberg, Region Kalmar län, Region Blekinge
Självskattning inom cancervård	Västra Götalandsregionen
Träning vid cancerbehandling	Region Halland
Få hjälp med fysisk träning vid cancer (kommande/diskuteras)	Region Skåne
Få hjälp med tankar och känslor vid cancer (kommande/diskuteras)	Region Skåne

### **Diabetes**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Bra liv med Diabetes	Region Jönköpings län
Diabetes Ung	Västra Götalandsregionen
eDIT	Region Västerbotten
Lär dig om Diabetes typ 2	Region Sörmland

### **Övervikt/obesitas**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Få hjälp med dina levnadsvanor – övervikt	Region Skåne
Information om fetmabehandling vid obesitasmottagningen på Sahlgrenska Universitetssjukhuset	Västra Götalandsregionen
LEVA-metoden POP	Västra Götalandsregionen

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Ny vikt på sikt	Region Kronoberg
Obesitas föräldrainsformation	Västra Götalandsregionen
Steg för steg	Region Örebro län
Stöd vid behandling med lågenergidiet	Region Västerbotten
Stöd vid kirurgisk fetmabehandling	Västra Götalandsregionen
Sund start	Region Stockholm
Introduktion till behandling vid barnobesitas (under utveckling)	Region Västerbotten
Obesitaskirurgi (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Stöd för viktminskning (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Sund start – för BVC (kommande/diskuteras)	Region Västerbotten

### Hjärta och kärl

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Anhörigstöd hjärtsvikt	Region Östergötland
CHIP	Västra Götalandsregionen
Efter hjärtinfarkten	Region Stockholm
Flimmerprogrammet	Västra Götalandsregionen
Hjärtskolan för dig med kranskärlssjukdom	Västra Götalandsregionen
Hjärtskolan, Rehabiliteringskliniken	Västra Götalandsregionen
Hjärtsviktsprogrammet	Västra Götalandsregionen
Information om flimmerablation	Västra Götalandsregionen
Information om kranskärlsröntgen och ballongvidgning	Västra Götalandsregionen
Stödprogram efter hjärtinfarkt	Region Stockholm
Stödprogram vid kranskärlssjukdom	Region Stockholm
Flimmerskolan (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Inför din hjärtoperation (under utveckling)	Region Västerbotten

## Smärta

Program	Utvecklare
Att hantera långvarig smärta	Region Örebro län
Dagliga skattningar	Västra Götalandsregionen
Digitala smärtskolan	Västra Götalandsregionen
Fysioterapeutisk rehabilitering vid långvarig smärta	Västra Götalandsregionen
iKBT Smärta	Region Uppsala
Internethjälpen vid smärta	Livanda Internetkliniken AB
Introduktion till smärtrehabilitering	Region Västerbotten
Leva med smärta	Karolinska Institutet samt Region Kalmar
PBM - Smärtrehabilitering	PBM AB Stockholm
Smärta – kunskapspass	Region Norrbotten
Smärta – rehabilitering	Region Norrbotten
Smärtbehandling för vuxna	Region Stockholm, Karolinska Universitetssjukhuset
Smärtrehabilitering	PBM AB Stockholm
Få hjälp med nacksmärta efter olycka (under utveckling)	Region Skåne
Smärtbehandling för barn: föräldrastöd (under utveckling)	Region Stockholm, Karolinska Universitetssjukhuset
Stöd till smärtpatienter (under utveckling)	Region Västernorrland
Att trappa ner beroendeframkallande läkemedel (kommande/diskuteras)	Region Västerbotten
Rehabilitering vid långvarig smärta (kommande/diskuteras)	Lideta Mälardalen AB

## Språk och kommunikation

Program	Utvecklare
Att kommunicera med sin tonåring, fördjupning – ADHD-center	Region Stockholm, SLSO - Habilitering & Hälsa

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Barn med språkstörning	Västra Götalandsregionen
Barn med språkstörning – stöd från logopeden	Västra Götalandsregionen
Behandlingsstöd för dig med sväljsvårigheter	Västra Götalandsregionen
Habiliteringens resurscenter – PODD-insats	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Hur du ansöker om bidrag från fonder och stiftelser	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
iKomet	Region Stockholm
I-Mindfulness	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Introduktion till TAKK	Västra Götalandsregionen
KomIgång online	Västra Götalandsregionen
KomIgång Online på arabiska	Västra Götalandsregionen
Röstövningar	Västra Götalandsregionen
AKK en introduktion (under utveckling)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Appar för språkträning (under utveckling)	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa
Barn med läpp-, käk- och gomspalt (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Föräldrareisan (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
KomIgång Online på engelska (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
KomIgång Online på somaliska (under utveckling)	Västra Götalandsregionen

### **Operation**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Egenvård vid operation	Region Jönköpings län
Information om höftoperation	Region Sörmland
Information om knäoperation	Region Sörmland
Patientinformation inför ryggoperation	Region Halland



<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Rehabilitering vid knäprotesoperation	Region Dalarna
Inför höft- och knäoperation (kommande/diskuteras)	Region Västerbotten

### Hörsel

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
e-Hörsel	Västra Götalandsregionen
Hörselhälsa	Västra Götalandsregionen
Information om hörsel och hörselnedsättning	Region Örebro län
KBT för Tinnitus	Region Uppsala
Lär dig om hörsel och hörapparater	Region Skåne
Lär dig om hörsel och kommunikation	Region Östergötland
Lär dig om hörsel och kommunikation	Region Skåne
Skatta din Tinnitus	Region Östergötland

### Epilepsi

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Epilepsimottagning SU – Information om epilepsibehandling till kvinnor i fertil ålder	Västra Götalandsregionen
För dig som har epilepsi och är gravid	Västra Götalandsregionen

### Mage och tarm

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
BIP Ont i magen barn - föräldradelar (inkl. uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
BIP Ont i magen barn (inkl. uppföljningsprogram)	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s behandling för barn med funktionell magsmärt	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s behandling för barn med funktionell magsmärt, föräldradelar	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s behandling för ungdomar med funktionell magsmärt	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
BIP:s behandling för ungdomar med funktionell magsmärt föräldradelar	Region Stockholm, SLSO - Barn- och ungdomspsykiatri
Information om gastrostomi, Knapp, barn	Region Västerbotten
Information om gastrostomi, PEG, barn	Region Västerbotten
Inför koloskopi, Laxabon, barn	Region Västerbotten
Inför koloskopi, Toliix, barn	Region Västerbotten
Mognad och metoder för toaträning	Västra Götalandsregionen

### Neurologi/MS

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Lemtrada säkerhetsuppföljning	Västra Götalandsregionen
Tysabribehandling	Västra Götalandsregionen
Fatigue vid MS (kommande/diskuteras)	Region Västerbotten

### Övrigt (somatik)

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
ACT Migrän	Region Gävleborg
Axelhjälp – mindre smärta med rätt träning	Region Östergötland
Böjsenskada i handen	Region Västerbotten

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
DigHelp	Västra Götalandsregionen
Endometriosskola	Region Kalmar län
eRehab	Region Stockholm, Danderyds Sjukhus AB
eRehabCog Postcovid	Region Stockholm, Danderyds Sjukhus AB
Habiliteringens resurscenter - Patientkontakt	Region Stockholm, SLSO - Habilitering &Hälsa
Hjärnskaderehabilitering dagvård - information och arbetsmaterial	Region Stockholm, Danderyds Sjukhus AB
Introduktion till Barn- och ungdomshabiliteringen i Norrbotten	Region Norrbotten
KBT-stöd - SV Psykiatri	Västra Götalandsregionen
Lär dig leva med migrän	Västra Götalandsregionen
Min KOL	Region Västerbotten
Osteoporosutbildning	Västra Götalandsregionen
Osteoporosskola (kommande/diskuteras)	Region Östergötland
Planera och skapa struktur i vardagen	Region Västerbotten
Psoriasis – stöd vid din behandling	Region Västerbotten
På väg - ungdom	Västra Götalandsregionen
På väg förälder	Västra Götalandsregionen
Sexuell rehabilitering efter prostatacancer	Region Kalmar län
Sexuell rehabilitering efter prostatacancer med coach	Region Kalmar län
Stöd till dig med ledgångsreumatism	Västra Götalandsregionen
Träning vid axelbesvär	Region Sörmland
Träning vid nackbesvär	Region Sörmland
Träning vid Whiplashrelaterade besvär	Region Sörmland
Axelproteser (under utveckling)	Västra Götalandsregionen

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Endometriosskola (under utveckling)	Region Stockholm, Södersjukhuset AB
Information till patienter med hypertyreos (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Nationellt stödprogram vid reumatisk sjukdom (under utveckling)	NPO Reumatiska sjukdomar samt Region Stockholm-Gotland
Stöd till dig med svårläkt sår (under utveckling)	NPO Hud- och könssjukdomar samt Region Stockholm-Gotland med hjälp av Region Kalmar län
Stödprogram vid RA (under utveckling)	Region Stockholm, RPO reumatiska sjukdomar
Utbildningsmaterial för organtransplanterade personer (under utveckling)	Västra Götalandsregionen

### **Graviditet och föräldraskap**

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
AFFEKT - känslostarka barn	Region Västerbotten
Att bli förälder	Region Västernorrland
Bas - föräldrastategier	Region Västerbotten
Få hjälp att minska i vikt efter graviditet	Västra Götalandsregionen
Föräldraförberedande information	Region Uppsala
Föräldraförberedande information	Region Örebro län
Föräldraförberedande information - Engelska	Region Örebro län
Föräldraförberedande information - Tigrinja	Region Örebro län
Föräldrakurs på nätet (barn)	Region Skåne
Gravidstödet, MVC	Region Dalarna
iKomet	Region Stockholm
Neo Föräldrastöd	Västra Götalandsregionen
Oroliga barn - föräldrastategier	Region Västerbotten

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Psykisk hälsa under tonåren - föräldrastöd	Region Västerbotten
Viktstabilitet för gravida	Region Västerbotten
Föräldraförberedande information - Arabiska (under utveckling)	Region Örebro län
Föräldraförberedande information - Somaliska (under utveckling)	Region Örebro län
Föräldrakurs på nätet – tonår (under utveckling)	Region Skåne
Kvinnor i rörelse (under utveckling)	Västra Götalandsregionen
Lär dig om amning (under utveckling)	Region Skåne
Neo Inför förlossning (under utveckling)	Västra Götalandsregionen

### Munhälsa och tandvård

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Behandling för tandvårdsfobi	Region Örebro län
Behandlingsstöd för dig med sväljsvårigheter - dysfagi	Västra Götalandsregionen
Recept på tandborstning för barn (0-5 år)	Region Västerbotten
Recept på tandborstning för barn (6-12 år)	Region Västerbotten
Recept på tandborstning för muntorra	Region Västerbotten
Min tandhälsoplan (under utveckling)	Västra Götalandsregionen

### Övrigt

<b>Program</b>	<b>Utvecklare</b>
Stöd från kommun och försäkringskassan	Region Stockholm, SLSO - Habilitering och hälsa

## Antal stöd- och behandlingsprogram, målgrupp

I Excel-filen som regionerna fyllde i ombads de välja en av fem målgrupper som programmet är framtaget/anpassat för; Barn (0-18 år), Vuxna, Äldre (65+ år), Föräldrar/närstående alternativt Alla. I en del fall har regionerna inte uppgett någon målgrupp utan lämnat kolumnen tom alternativt skrivit ”vet ej”, vilket i tabellen nedan kategoriserats som *ej angett*. Nedan följer en redogörelse för antal program per målgrupp<sup>5</sup>.

Målgrupp	Antal program
Barn (0-18 år)	62 program
Vuxna	347 program
Äldre (65+ år)	0 program
Föräldrar/närstående	50 program
Alla	56 program
Ej angett	3 program

## Antal stöd- och behandlingsprogram, utvecklare

Regionerna ombads att uppge utvecklare av stöd- och behandlingsprogrammen. SKR har gjort bedömningen att utvecklare som är aktiebolag är privata företag. Av de 518 program som rapporterats är enbart 39 program utvecklade av privata företag. Se nedan tabell för full redogörelse.

Utvecklare	Antal program
Region	479 program
Privat	39 program

---

<sup>5</sup> I vissa fall har regioner som erbjuder samma program uppgett olika målgrupp. Detta innebär att redovisningen skulle sett något annorlunda ut om en annan regions uppgifter om programmet valts ut.

## Trender inom nya stöd- och behandlingsprogram

Samtliga regioner har utvecklat sitt programutbud sedan föregående kartläggning. Antalet program i SoB har ökat med totalt 25 program, från 493 unika program till 518 unika program.

Regionernas uppgifter visar att sammanlagt 173 program har lagts till under det gångna året, och av dessa är det både program som är nytillkomna i SoB och som är tillförda i en regions programutbud sedan 2022. Framst är det de regioner som redan erbjöd ett större antal program som lagt till fler program i sitt programutbud.

Av de 173 program som regionerna rapporterade som nytillkomna sedan kartläggningen 2022 är nära hälften, 90 program, kategoriserade som tillhörande huvudområde Psykiatri, psykisk hälsa och välbefinnande. Se nedan tabell för full redogörelse över vilket huvudområde de nytillkomna programmen tillhör.

Huvudområde, nytillagda program	Antal program
Psykiatri, psykisk hälsa och välbefinnande	90 program
Somatik	59 program
Graviditet och föräldraskap	6 program
Tandvård	1 program
Övrigt	17 program

Av de 173 program som regionerna rapporterade som nytillkomna sedan kartläggningen 2022 är majoriteten framtagna för målgruppen vuxna. Se nedan tabell för full redogörelse över vilka målgrupper de nytillkomna programmen är framtaget/anpassat till.

Målgrupp, nytillagda program	Antal program
------------------------------	---------------

Barn (0-18 år)	18 program
Vuxna	112 program
Äldre (65+ år)	0 program
Föräldrar/närstående	22 program
Alla	20 program
Ej angett	1 program



# Användning av program

Här presenteras antal startade stöd- och behandlingsprogram i regionerna under det första halvåret 2023 (1 januari-31 juni). Diagrammen nedan visar både det totala antalet startade program och antalet startade program inom ett antal diagnos/patientgrupper.

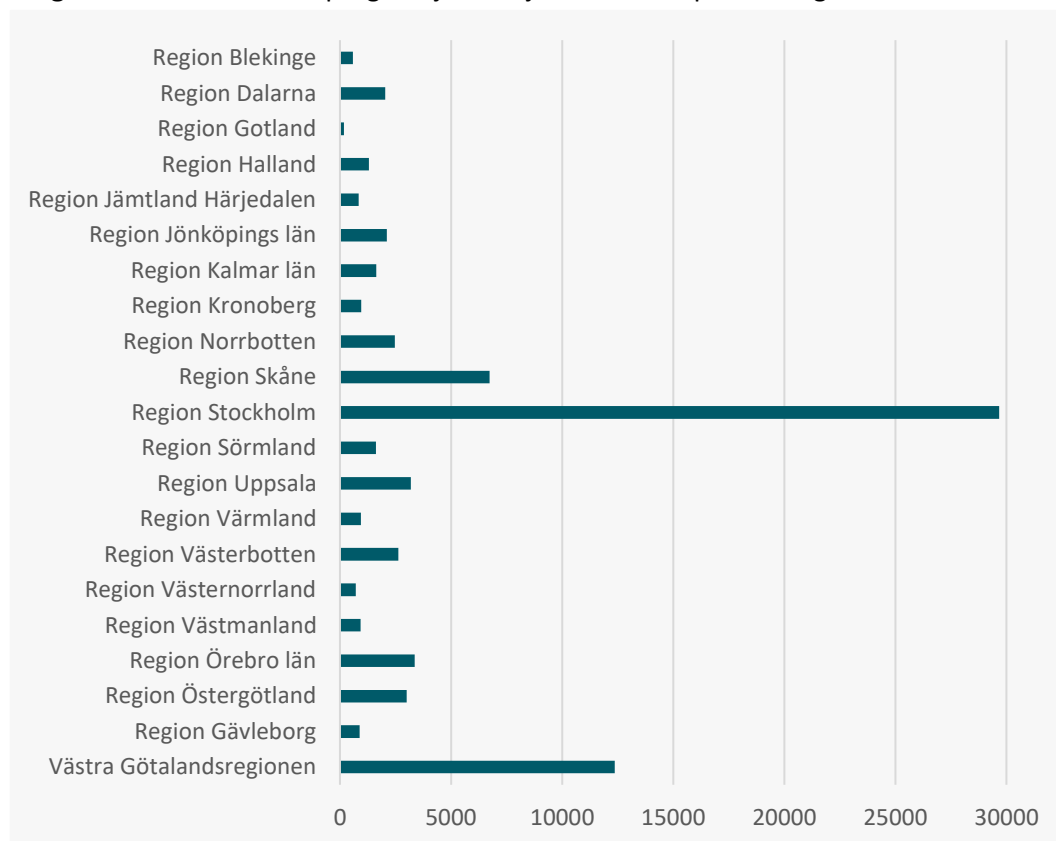
Eftersom sju av tio program i SoB tillhör huvudområdet Psykiatri, psykisk hälsa och välbefinnande har tre diagnos/patientgrupper inom området valts ut; Depression, Ångest och oro samt Stress. Eftersom program framtagna för diagnos/patientgruppen Artros är de mest använda programmen<sup>6</sup> har detta inkluderats.

Målet med att granska variationerna i programanvändning mellan olika regioner är att belysa de betydande skillnaderna som existerar. Möjligtvis kan detta motivera fler regioner att utveckla strategier för att implementera dessa program mer effektivt, så att fler patienter som önskar och kan dra nytta av internetbaserade program ges den möjligheten.

---

<sup>66</sup> Enligt Ineras tjänst [Statistik för 1177 stöd och behandling](https://www.inera.se/tjanster/statistik-for-ineras-tjanster/statistik-for-1177-stod-och-behandling/oversikt/) (https://www.inera.se/tjanster/statistik-for-ineras-tjanster/statistik-for-1177-stod-och-behandling/oversikt/)

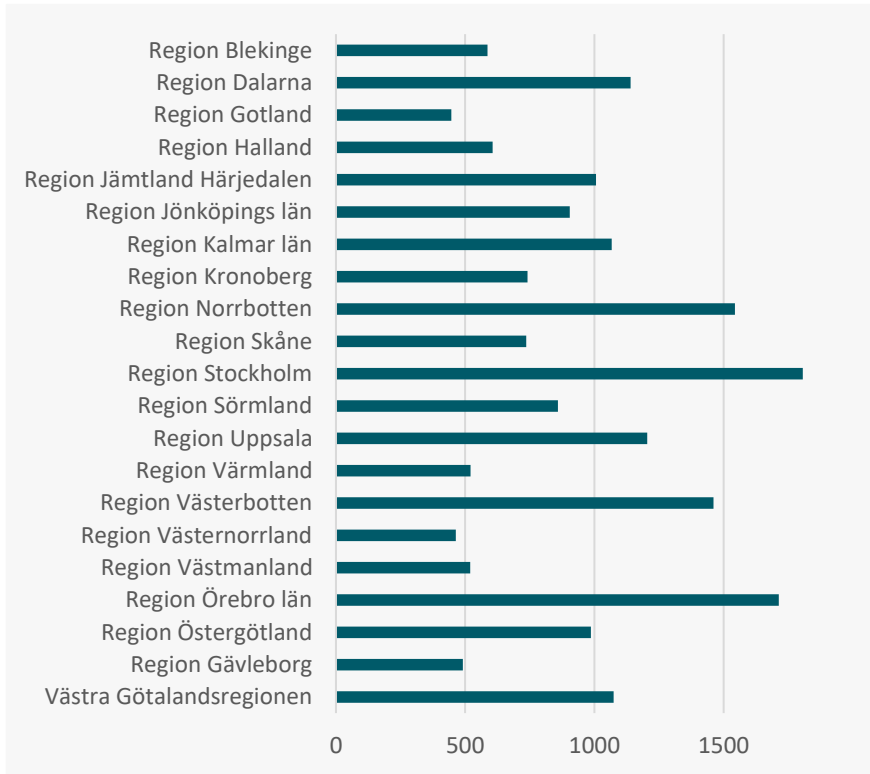
**Diagram 1.** Antal startade program januari-juni 2023 i respektive region



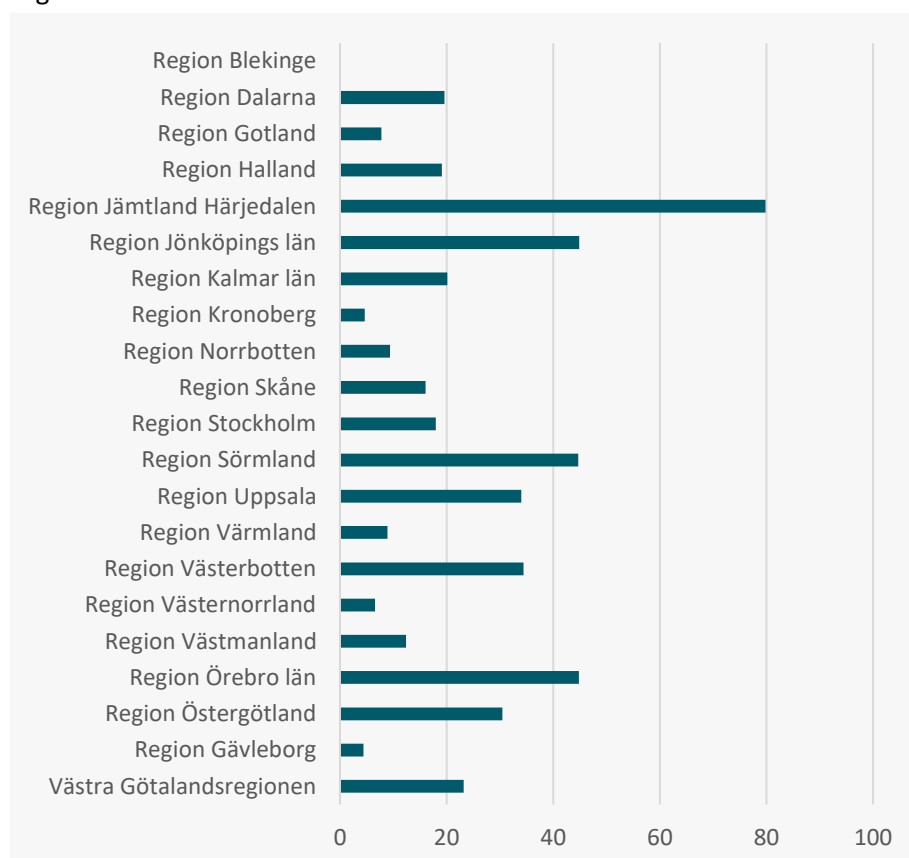
För att komplettera ovan diagram visas nedan antalet startade program i de olika regionerna per dess 100 000 invånare<sup>7</sup>.

<sup>7</sup> Invånarantal 31 december 2022. SKR har avgränsat redovisningen till antal invånare inom åldersgruppen 18-70 år.

**Diagram 2.** Antal startade program januari-juni 2023 per 100 000 invånare i respektive region

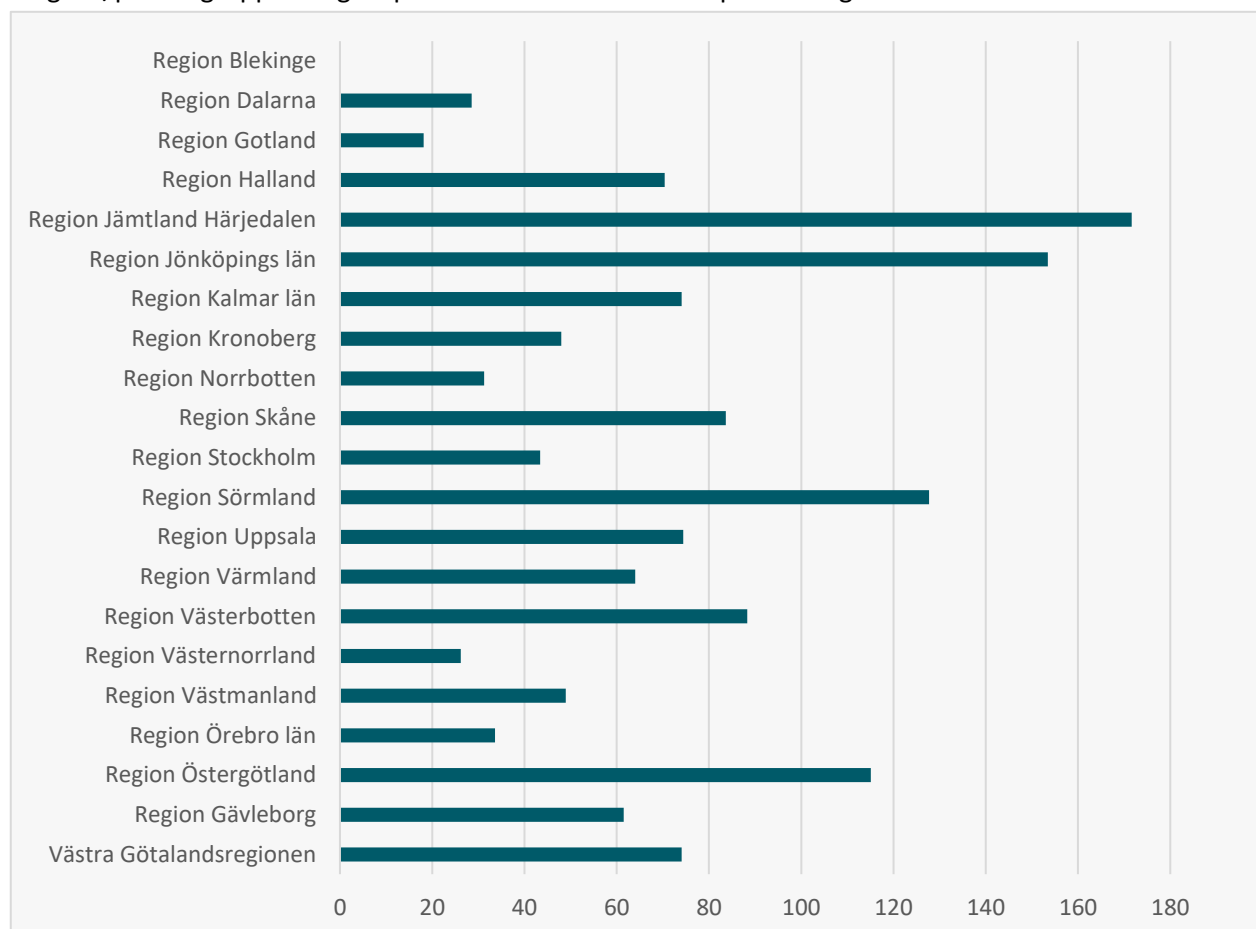


**Diagram 3.** Antal startade behandlingsprogram januari-juni 2023 för diagnos/patientgruppen depression per 100 000 invånare<sup>8</sup> i respektive region



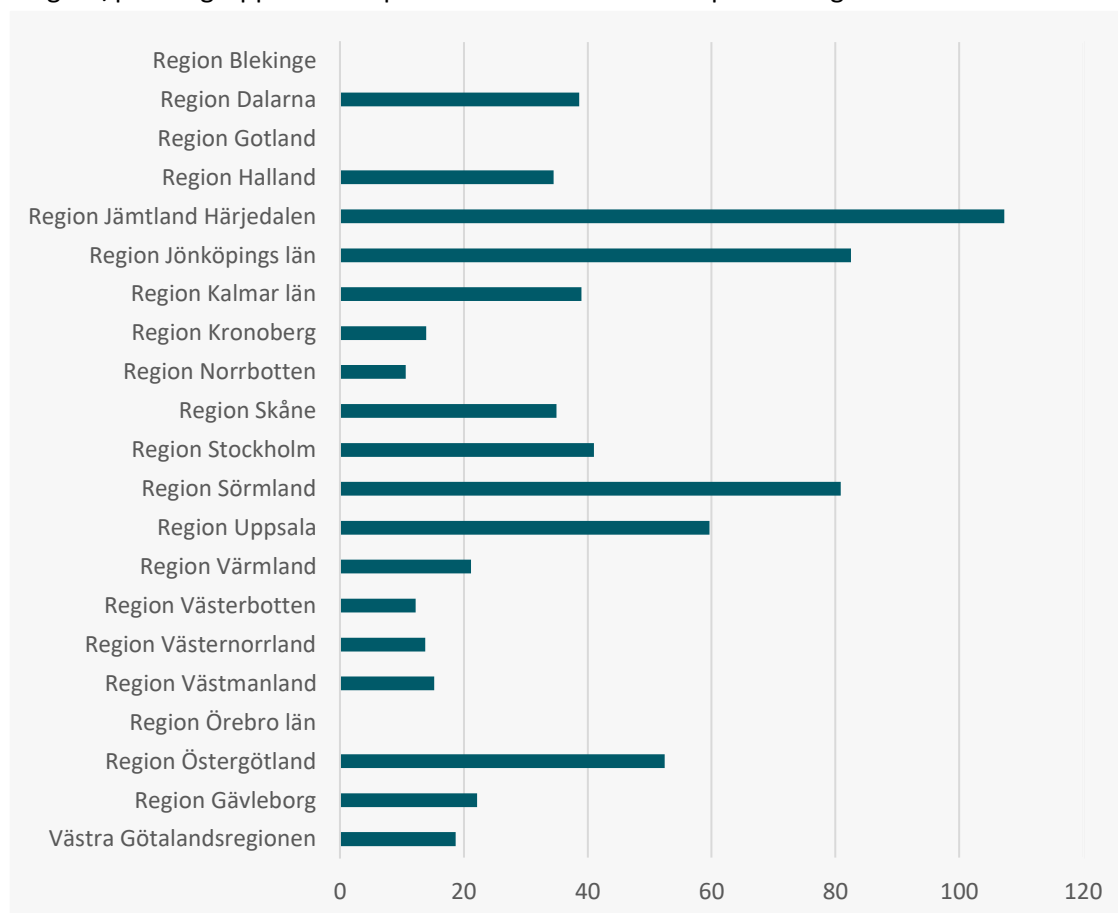
<sup>8</sup> Invånarantal 31 december 2022. SKR har avgränsat redovisningen till antal invånare inom åldersgruppen 18-70 år.

**Diagram 4.** Antal startade behandlingsprogram januari-juni 2023 för diagnos/patientgruppen ångest per 100 000 invånare<sup>9</sup> i respektive region



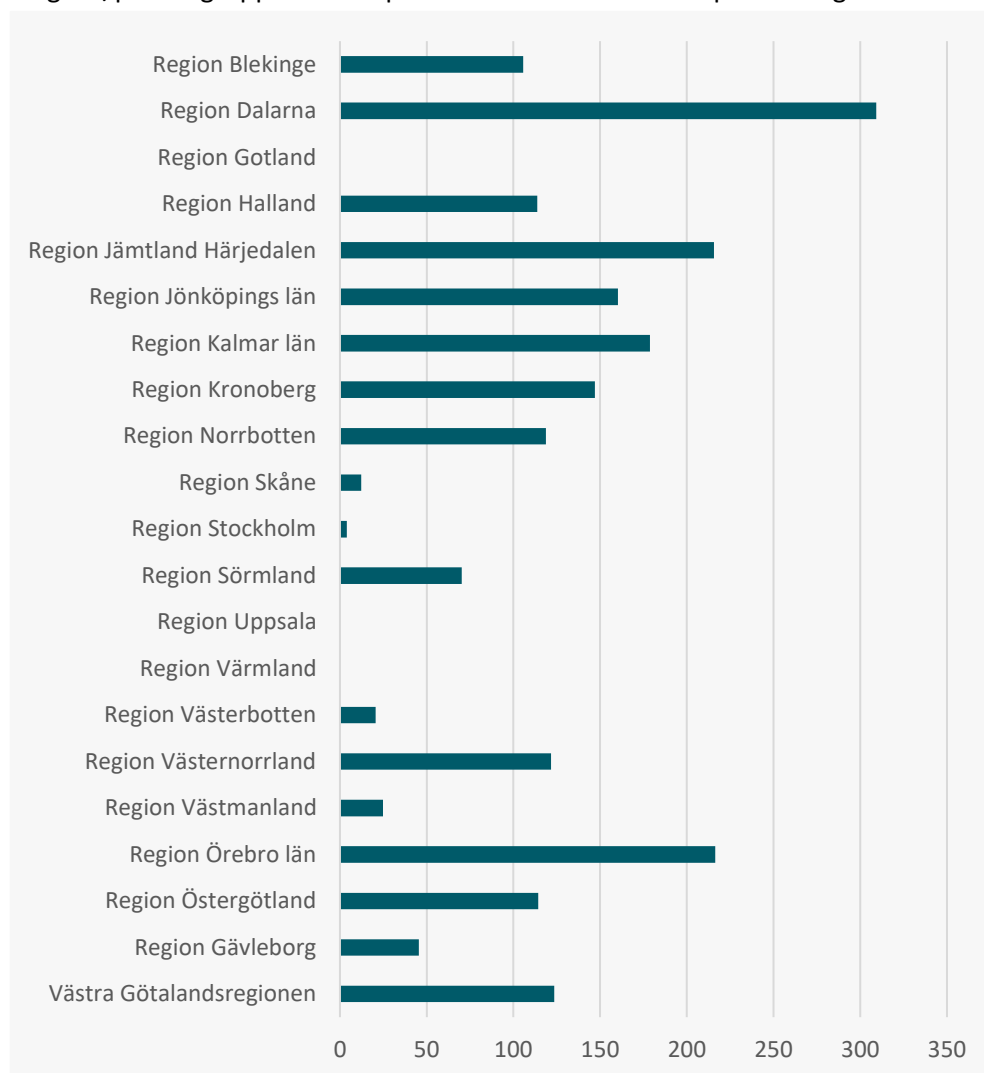
<sup>9</sup> Invånarantal 31 december 2022. SKR har avgränsat redovisningen till antal invånare inom åldersgruppen 18-70 år.

**Diagram 5.** Antal startade behandlingsprogram januari-juni 2023 för diagnos/patientgruppen stress per 100 000 invånare<sup>10</sup> i respektive region



<sup>10</sup> Invånarantal 31 december 2022. SKR har avgränsat redovisningen till antal invånare inom åldersgruppen 18-70 år.

**Diagram 6.** Antal startade program januari-juni 2023 för diagnos/patientgruppen artros per 100 000 invånare<sup>11</sup> i respektive region.



<sup>11</sup> Invånarantal 31 december 2022. SKR har avgränsat redovisningen till antal invånare inom åldersgruppen 18-70 år.

# Nationell Min vårdplan cancer

## Om Min vårdplan cancer

Min vårdplan syftar till att skapa delaktighet och trygghet för personer med cancer och deras närstående. Den ska göra vårdförloppet sammanhållet, överblickbart och begripligt, samt tydliggöra vem som gör vad och vad patienten kan göra själv. Min vårdplan ska individanpassas utifrån patientens behov och målsättningar och tas alltid fram tillsammans med patienten. Det är oftast en kontaktsjuksköterska som initierar Min vårdplan, men all legitimerad personal är behörig att använda verktyget.

Min vårdplan innehåller:

- Kontaktuppgifter till läkare, kontaktsjuksköterska och kurator samt till andra viktiga personer
- Möjlighet för både vården och patienten att skriva in tider för undersökningar och behandlingar
- En meddelandefunktion där patienten kan kommunicera direkt med sin behandlare
- Fördjupad information om sjukdomen
- Beskrivningar av aktuella åtgärder under utredning, behandling, rehabilitering, uppföljning och livet efter behandling
- Individanpassade egenvårdsråd gällande hantering av biverkningar samt hälsosamma levnadsvanor
- Formulär för bedömning av behov som underlag för en rehabiliteringsplan
- Sammanfattning av vården, som beskriver vad patienten har varit med om
- Information om praktiska frågor och patientens rättigheter

## Utveckling under året

Samtliga regioner i Sverige har möjlighet att använda nationell Min vårdplan via 1177 för någon eller några diagnoser. När arbetssättet är implementerat fullt ut i regionerna ska Min vårdplan kunna användas av och överlämnas mellan samtliga cancervårdande verksamheter i Sverige. I



takt med att nationell Min vårdplan lanseras kommer regionala och lokala versioner av Min vårdplan att avvecklas. Arbetet med att ta fram nationell Min vårdplan koordineras från RCC i Norra sjukvårdsregionen på uppdrag av Regionala Cancercentrum i samverkan. Patient- och närstående företrädare deltar i alla delar av processen. Min vårdplan har även utvärderats under 2023. Helhetsintrycket av stödet är gott men ett antal utvecklingsområden kopplade till arbetssätt och funktionaliteten i plattformen lyfts fram.

### **Min vårdplan cancer på stöd- och behandlingsplattformen (SoB)**

Nationell Min vårdplan för följande diagnoser har hittills lanserats:

- Akut lymfatisk leukemi (barn)
- Bröstcancer
- Bukspottkörtelcancer
- Hudcancer
- Huvud- och halscancer
- Livmoderhals- och vaginalcancer
- Lungcancer
- Myelom
- Prostatacancer
- Peniscancer
- Skelett- och mjukdelssarkom
- Tjock- och ändtarmscancer
- Tumörer i centrala nervsystemet
- Urinblåsecancer
- Utredning av misstänkt cancer (Cancer utan känd primärtumör, CUP samt Allvarliga ospecifika symtom som kan bero på cancer, AOS)
- Äggstockscancer

Planerad publicering under 2023:

- Livmoderkroppscancer
- Njurcancer

Planerad publicering under 2024:

- Buksarkom och gynekologiska sarkom

- Matstrups- och magsäckscancer

## Implementering

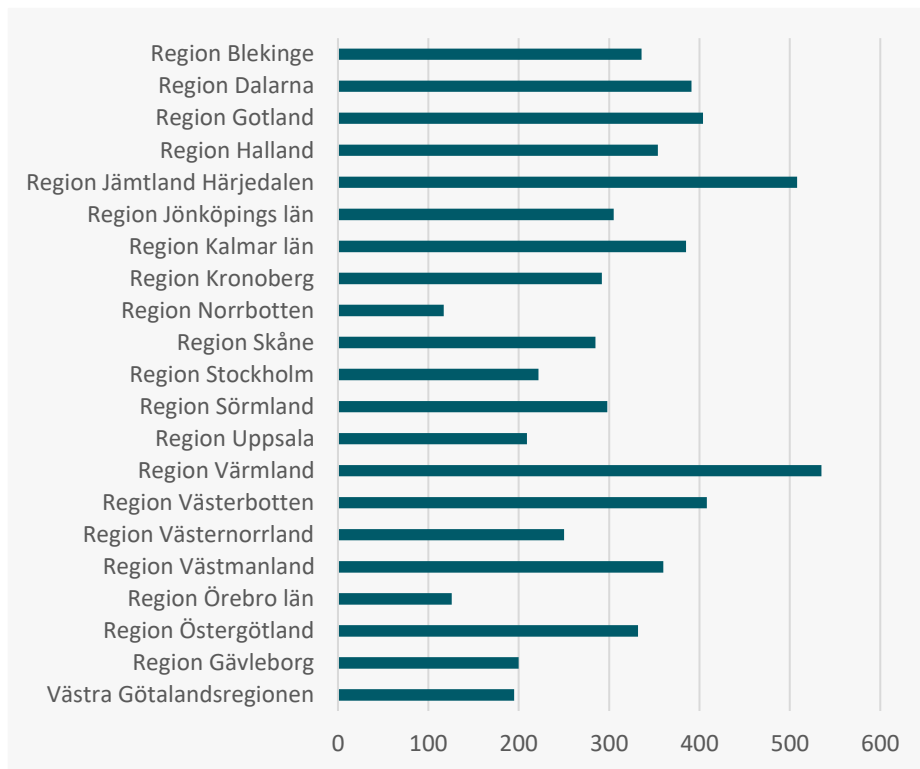
Regionala Cancercentrum i samverkan stöttar implementeringen av Min vårdplan cancer, både verktyget i Stöd och behandling och det tillhörande personcentrerade arbetssättet, genom att tillhandahålla stödmaterial och genomför riktade aktiviteter till regioner, verksamheter, medarbetare och allmänheten. Hittills har drygt 28 000 vårdplaner startats inom de olika cancerdiagnoser som har nationella Min vårdplan i Stöd och behandling.

Nedan visas hur många nationella Min vårdplan cancer som startats i varje region, i förhållande till invånarantal<sup>12</sup>.

---

<sup>12</sup> Diagrammet visar totalt antal moment som startats fram till och med juli 2023. Invånarantal 31 december 2022, ingen åldersbegränsning. Ingen hänsyn tagen till varierande ålderstruktur eller skillnader i cancerincidens mellan regionerna och mellan diagnoser. Observera att samma individ kan ha fått flera Min vårdplan, till exempel vid större versionsuppdateringar eller efter två år (systemkrav).

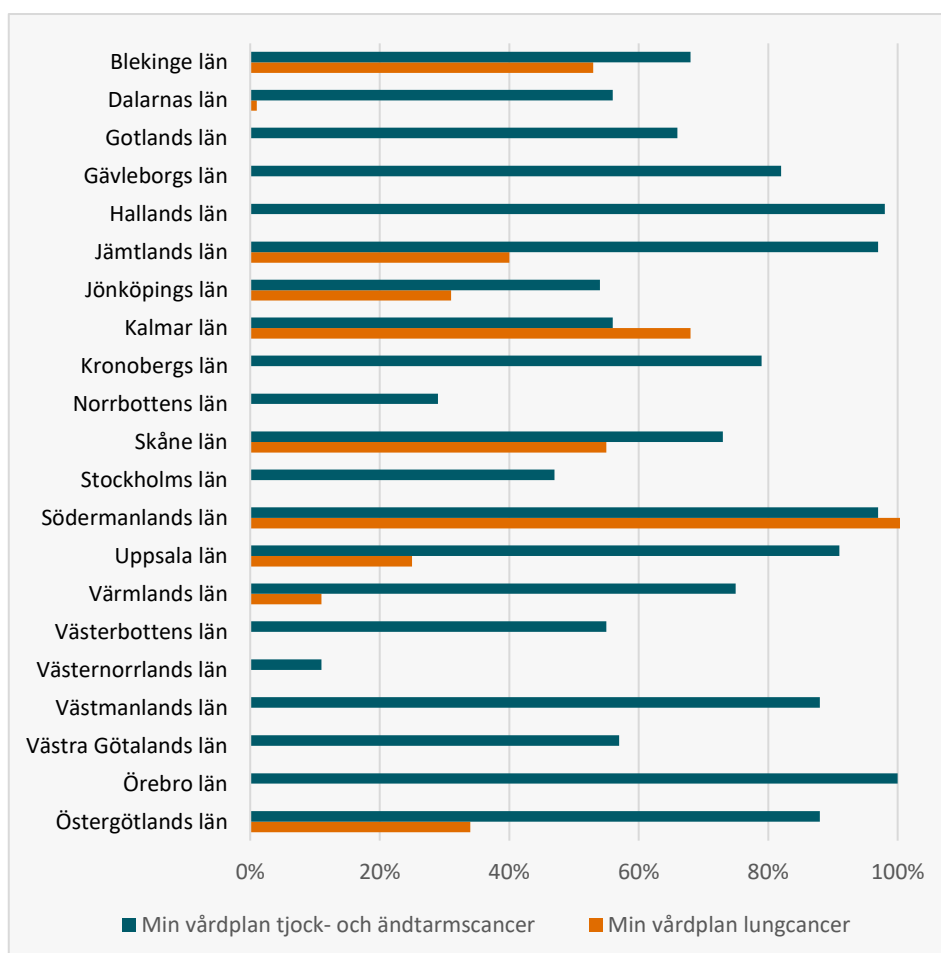
**Diagram 7.** Totalt antal startade Min vårdplan cancer, alla diagnoser, per 100 000 invånare i respektive region



Som ett exempel på hur införandet av Min vårdplan utvecklas successivt i regionerna lyfts här två diagnoser, tjock- och ändtarmscancer som publicerades i sin första version 2021, och lungcancer som lanserades i juli 2022. Antalet startade vårdplaner per 100 000 invånare under det senaste året jämförs med den åldersstandardiserade incidensen för varje region<sup>13</sup>. Detta ger en uppskattning av hur stor andel av patienterna med en viss diagnos som fått Min vårdplan via 1177.

<sup>13</sup> Medelvärde av incidensen de senaste fem åren (2017-2021, för män och kvinnor). Observera att vårdplaner kan ha startats för patienter som fått sin diagnos mer än ett år tillbaka i tiden, att samma patient kan ha fått flera vårdplaner startade, samt att det kan finnas felkällor i inrapporteringen av nyupptäckta cancerfall.

**Diagram 8.** Uppskattad procentuell andel av patienter med tjock- och ändtarmscancer respektive lungcancer som fått Min vårdplan under perioden 1 augusti 2022-31 juli 2023 i respektive län



# Program på stöd- och behandlingsplattformen (SoB)

Våren 2023 samlade Sveriges Kommuner och Regioner (SKR) in uppgifter från samtliga regioner om vilka program de erbjuder via plattformen Stöd och behandling (SoB). Syftet med kartläggningen är att följa utvecklingen av användningen av SoB. Rapporten kan också användas som underlag för regioner som vill utöka sitt utbud av stöd- och behandlingsprogram, till exempel genom att ta del av befintliga program eller nyutveckla program i samarbete med andra regioner.

Upplysningar om innehållet  
Ellinor Holm, [ellinor.holm@skr.se](mailto:ellinor.holm@skr.se)

© Sveriges Kommuner och Regioner, 2023  
ISBN/Beställningsnummer 978-91-8047-203-6