

Digital behandling för individer med PTSD och långvarig smärta

Sophia Åkerblom

Docent, Leg. Psykolog, Specialist i klinisk vuxenpsykologi
Smärtrehabilitering, SUS

Långvarig smärta

- Långvarig smärta av måttlig till svår intensitet återfinns hos 18 % av den vuxna befolkningen
- Personer som lider av långvarig smärta har ofta psykiatrisk samsjuklighet
 - Värre smärtintensitet och funktionspåverkan
 - Sämre prognos och behandlingsutfall
 - Mer omfattande sjukvårdskostnader

Posttraumatiskt stressyndrom (PTSD)= vanlig samsjuklighet vid långvarig smärta

- Metaanalyser rapporterar spridda prevalensnivåer för PTSD i populationer med långvarig smärta
- Ofta hamnar prevalenssiffrorna över 20%

PTSD efter trauma

Man kan få PTSD efter att ha utsatts för eller ha bevittnat en traumatisk händelse t ex:

- Olyckshändelse t ex bilolycka, arbetsplatsolycka, olycka på fritiden, vårdskada
- Överfall
- Krig
- Tortyr
- Sexuella övergrepp

TRAUMA=Personen har utsatts för faktisk eller hot om död, allvarlig skada och/eller om sexuellt våld.

Vanliga symptom på PTSD är

- **Påträngande minnesbilder, tankar eller mardrömmar** kopplade till traumat
- **Undvikande** av sådant som associeras med traumat
- **Symptom på kognition och stämningsläge**
 - Negativa tankar om sig själv och andra, ihållande negativa känslor (rädsla, skam, skuld, ilska), minskat intresse
- **Överspändhet**
 - Vaksamhet, lättskrämdhet, koncentrationssvårigheter, sömnstörning

Screening/bedömning av PTSD bör göras inom rehabiliteringsmedicin

- Inledande screeningfrågor om PTSD tex
 - Har du varit med om någon traumatisk händelse som fortfarande stör dig/påverkar ditt liv?
 - Har det hänt att du känt dig påverkad eller upprörd i situationer som påminner dig om händelsen?
- Självskattningsinstrument
 - PCL-5, vi använder PCL-5 i våra studier
 - PDS
 - IES-R
- Vid trolig PTSD-diagnos → Fördjupad bedömning med CAPS-5 (*Clinician Assessed Interview for Post Traumatic Stress*)

Evidensbaserad behandling för PTSD

- Det finns evidensbaserad psykologisk behandling för PTSD men
 - Få psykologer/psykoterapeuter som är utbildade i de evidensbaserade metoderna i Sverige
 - Generellt bedöms kunskapsnivån i psykiatrin och primärvården vara låg när det gäller att diagnostisera och behandla PTSD
- Detta gör att många inte erbjuds rätt behandling → kroniska och förvärrade symptom
 - Känsligt att ställa frågor
 - PTSD-symptom hindrar att frågan lyfts
 - Symtomen överlappar med andra psykiatriska tillstånd
- De behandlingsinterventioner som ges behöver även modifieras för att passa både PTSD och samtidig långvarig smärta

Referens: Strategisk plan för den psykiatriska vården i Skåne Slutrapport: PTSD

Syfte med forskningsprojektet

Att utveckla och testa effekten av Internetbaserad Acceptance and commitment therapy (iACT) för PTSD och samtidig långvarig smärta i en pilotstudie (N=10) och en randomiserad kontrollerad studie (N=60)

- Tidigare psykologiska internetbaserade program = texttunga, ej gjorda i kliniska specialistmiljöer, mycket avhopp, minimalt stöd från psykolog
- Anpassning till målgrupp pga kognitiva nedsättningar → videos, ljudövningar, animationer, exempelpersoner, individuella hemövningar för att understödja beteendeförändring hos patienterna
- 3 planerade telefonkontakter med psykolog under 10-veckors programmet. Kan även ta kontakt via meddelandesystem och förvänta svar inom 48 timmar.

Resultat Pilotstudie (N=10)

- Stor effekt för PTSD symptom (självrapporterade, $d=1.62$ and , klinikerbedömda $d=1.89$)
- Måttlig effekt för smärtans inverkan på livet “pain interference” efter behandling ($d=0.63$) och stor effekt vid 3 månaders uppföljningen ($d=0.82$)
- Ingen avbröt behandlingen
 - the average dropout for other CBT-based internet-based treatments for PTSD (23 %) and face-to-face interventions for PTSD (16%) (Kuester et al., 2016; Lewis et al., 2020b).
- 27% av den sedvanliga terapeutkontakttiden för evidensbaserad PTSD –behandling användes



Rekrytering RCT (N=60)

- 30 personer till väntelista som sedan får behandling
- 30 personer till aktiv behandlingsgrupp
- Rekryterar från
 - Smärtrehabilitering, Lund, SUS
 - Specialiserad Smärtrehabilitering, Ängelholms sjukhus
 - Smärtmottagning rehabilitering, Hässleholms sjukhus
- Startdatum behandlingar RCT → 18 okt 2021
- Slutdatum cirka okt 2025
- Just nu har vi rekryterat 15 patienter

Utmaningar vid implementering

- Upptäcka PTSD-symptom
 - Screening för alla
- Internetbehandling kan vara likvärdig eller bättre än livebehandling
- Patienterna passar inte in i det nuvarande klinikersystemet
 - Transdiagnostiska problem som sträcker sig över klinikgränser
 - PTSD och andra psykiatriska/psykologiska symptom tillhör den biopsykosocialamodellen och bör kunna hanteras inom tex ramen för smärtrehabilitering