

## **IKBT - Information inför remittering - Primärvård Region Gävleborg**

### **Beskrivning**

Internetförmedlad KBT (IKBT) är en verksamhet som tillhör primärvården i Region Gävleborg.

IKBT passar patienter som trivs med att läsa och skriva och som har förmågan att prova KBT-metoder självständigt med visst stöd från internetbehandlare.

IKBT är tillgängligt för alla som är listade på en hälsocentral inom Region Gävleborg, privat som offentlig.

### **Behandlingsprogram som erbjuds**

Depression  
Ångest  
Oro  
Stress  
Självkänsla  
Sömn

### **Behandlare för IKBT**

#### **Gävle**

Jennie Österberg  
Psykosociala teamet, Sättra Din hälsocentral, -305-026-157777 (välj rådgivning, välj sen psykosocialt team)

#### **Västra Gästrikland**

Anna Stenberg Bjuhr  
Psykosociala teamet, Ockelbo Din hälsocentral, -308-026-278059

#### **Norra Hälsingland (Ljusdal, Hudiksvall, Nordanstig)**

Eva-Lena Jonsgården  
Iggesund Din hälsocentral -775-0650-92816

#### **Södra Hälsingland (Söderhamn, Arbrå, Kilafors, Edsbyn, Bollnäs)**

Håkan Blom  
Arbrå Din hälsocentral -504-0278-38806

Till dig som är familjeläkare och önskar remittera patient till IGBT:

1. Koppla in psykosociala teamet på din hälsocentral. Informera gärna patienten om behandlingsformen IGBT.
2. Samtalsbehandlare i teamet bedömer om patienten är lämplig för behandlingsinsatsen via ett bedömningssamtal.
3. Samtalsbehandlaren slussar patienten vidare till internetbehandlare där det är lämpligt.
4. Remissvar skickas till samtalsbehandlaren som journalför så du som läkare kan läsa om resultatet av behandlingen.

**Information till patient:**

[09-503795 IGBT – Information till patient – Primärvård Region Gävleborg](#)

Kopians giltighet garanteras endast utskriftsdokumentet