





Vem ligger i farozonen
för ett riskbruk?

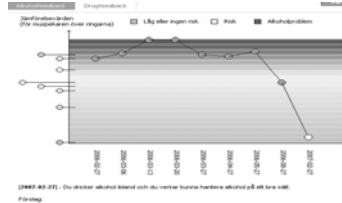
eScreen, e-hjälp till självhjälp

Anne H Berman, fil dr, leg psykolog, leg psykoterapeut
anne.h.berman@ki.se
UngaKRIS framtidsseminarium, 18 februari 2010, Lidingö

Kort om aktuella e-hälsa projekt



TeleCoach™
system



www.escreen.se



eScreen – Minskar den alkohol- och drogproblemen?

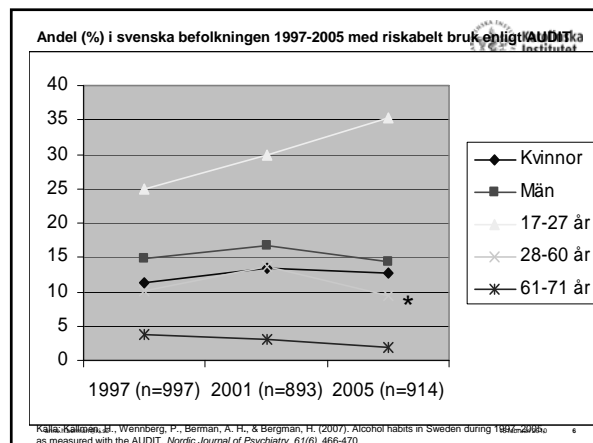
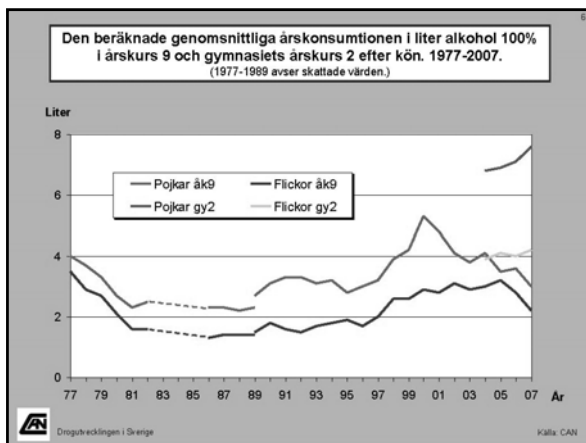
1. Hur ser alkohol- och drogproblemen ut idag?
2. Vilka internetlösningar finns i Europa och hur fungerar de?
3. Hur arbetar UngaKRIS med eScreen?
4. Vad visar första eScreen studien och vad kan vi förvänta oss av eScreen?

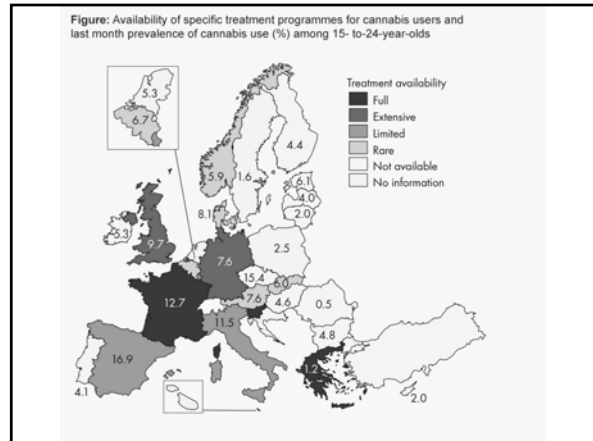
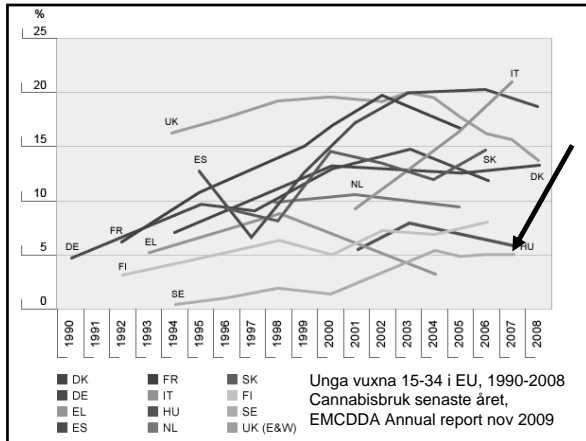
anne.h.berman@ki.se 18 februari 2010 3

Alkohol i Sverige

	Riskbruk	Skadligt bruk
Befolkningen	13,6%	2,6%
Män	14,4%	4,0%
Kvinnor	12,7%	1,4%
17-27 år	35,4%	7,4%
Åk 9	50,0%	3-6%
Universitetstudenter	35,6% (högkonsumenter)	
Transportsektorn	22,0 %	
Psykopatienter	18,0%	
Fängelseintagna	11,4% (enbart alkohol)	
Frivårdsklienter	19,0%	

Källa: Berman, A.H. (2008) Screening hjälp att upptäcka riskbruk. *Psykologtidningen* nr 10, s. 10-14.





Typen av Internet behandlingssajter

- Internetsajt för minimal självhjälp
eScreen (SE)
- Internetsajt för fördjupad självhjälp
Know Cannabis (UK/NL), ligger inom Talk to Frank (UK), liknar Alkoholhjälpen. År 2007 besökte 52 801 sajten, 1558 anmälde sig och 138 (9%) gick klart programmet & var kvar i 28 dagar.
- Internetsajt med strukturerad e-postkontakt och brukarforum
Cannabis Onder Controle (NL), 3 mån, behandlarkontakt 4 ggr/veckan, obegränsat chatforum. År 2008 deltog 687 personer varav 88 fullföljde behandlingen, 96 var kvar i behandling.
- Internetsajt med strukturerad behandlarkontakt (live chat)
Therapy Online Cannabis (NL), 10 veckor, 7 online chat sessioner, 30-40 min. Under 8 månader 2008 screenades 438 personer varav 209 inbjöds att delta, 45 fick behandling.

Quit the Shit (DE), 50 dagar, (se nästa bilder om innehåll samt RCT)

Quit the shit (DE) - innehåll

- 50 dagarsprogram
- Enskild behandlarchat 50 min före och efter programmet
- Personlig dagbok med veckolig behandlaråterkoppling (behandlaren läser)
- Tillgång till daglig 2-timmars behandlarchat vid behov (tillgång även efter 50 dagar)

Table 4: Preliminary results of the Quit the shit RCT (n=182)

Measures of RCT	Control group (Waiting group) (n=93)		Intervention group (QTS-Programme) (n=89)	
	Registration	Follow-up	Registration	Follow-up
Consumption (grams in last 30 days)	17.5	16.9	22	7.8
Consumption days (out of last 30 days)	24.5	20.6	26	10.5
Abstinence (in %)	-	5.4	-	32.6
Consumption-related self-efficacy (DTCQ-8)	45.9	42.6	46.4	61.5
Anxiety (STAI-T)	51.2	47.5	50.5	41.2
Depression (ADS-K)	19	15.3	18.9	12.0
Life satisfaction (SWLS)	19.1	20.6	19.2	21.8

Additionally, QTS participants enhanced their consumption-related self-efficacy [DTCQ-8; Sklar and Turner, 1999] decreased their anxiety level [STAI-T; Laux et al., 1981] and had better scores in depression [ADS-K; Hautzinger and Bailier, 1983]

Footnote: (1) <http://www.suchthilfestatistik.de/ambulanz.htm> (last accessed on 12 Februarv 2009).

EMCDDA (2009), *Internet-based drug treatment interventions: Best practice and applications in EU Member States*, EMCDDA Insights No 10, European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction, Lisbon, p. 59.

eScreen - innehåll

- Screening
- Fördjupade tester
- Omedelbar återkoppling
 - Grafisk form
 - Jämförelse med andra grupper i befolkningen
 - Rekommendationer
- Dagbok
- Brukaren kan följa sin egen utveckling över tid.

Tanken bakom eScreen - teori



Self-determination teori – eHälsa stödjer:

- Autonomi, d v s användaren väljer själv att gå i behandling och får stöd för det = mer sannolikt att lärande och beteendeförändring integreras för positivt utfall.
- Kompetens att förändra
- Relaterande: Behov av att känna omsorg och kontakt med andra

Ryan & Deci (2008). A Self-Determination Theory Approach to Psychotherapy: The Motivational Basis for Effective Change. *Canadian Psychologist*, 49 (3), 186–193.

anne.h.berman@ki.se

18 februari 2010 19

Hur arbetar UngaKRIS med eScreen?



Mål: Ur ett empowerment perspektiv att medvetandegöra unga ungdomar och unga vuxna om riskvanor för alkohol och narkotika, inklusive konsumtion samt negativa konsekvenser med bruket. Ungdomar får hjälp att förebygga egna potentiella alkohol- och drogproblem samt uppmannas att söka hjälp om de redan har hunnit utveckla sådana problem.

Delmål

- Att även i fortsättningen utveckla eScreen så att dess användarvänlighet och spridning ökar.
- Att även i fortsättningen sprida information om eScreen och därmed skapa underlag för forskning.

anne.h.berman@ki.se

18 februari 2010 20

Målgrupp



- Genom att utbilda ungdomar och vuxna i Unga KRIS/KRIS som föreläser i skolor vill vi
- Nå och påverka elever som lever i riskzonen att genomföra eScreen självtest och därigenom få större kunskap om sin droganvändning.

anne.h.berman@ki.se

18 februari 2010 21

Ambassadörer – fortsättning 2009-2010 (finansiering Socialstyrelsen)



Projektets innehåll:

- Med hjälp av e-learnverktyg (Utbildning över Internet) -> Utveckla effektivare utbildning av ambassadörer.
- Utveckla en ambassadör i varje region som stöd och utbildare för nya ambassadörer
- Genom dialog med andra projektgrupper/organisationer finna fler sammanhang där ambassadörer kan öka antalet genomförda eScreen tester
- Utveckla föreläsare i Unga KRIS och KRIS till ambassadörer för eScreen, med syftet att samla in erfarenheter och kunskap om självtesten i det ordinarie förebyggande arbetet mot alkohol och droger som Unga KRIS och KRIS genomför framförallt på skolor, fritidsgårdar och med de ungdomar som UK möter i sin verksamhet.
- Fysiska möten erfarenhetsutbyten mellan ambassadörerna från olika städer har, i det pågående eScreenprojektet visat sig vara ett mycket effektivt sätt att lära sig av varandra samt utveckla nya idéer.

anne.h.berman@ki.se

18 februari 2010 22

Fortsatt marknadsföring



- Marknadsföra eScreen till ungdomar och vuxna som möter ungdomar i på skolor, fritidsgårdar genom myndigheter, andra organisationer som vänder sig till ungdomar och Unga KRIS.
- Utveckla marknadsföringen lokalt på skolor med hjälp av koordinator som gemensamt informationsmaterial framtaget tillsammans med Karolinska Institutet.
- Uppstart och återkoppling av ambassadörernas arbete ska ske på fysiska erfarenhetsmöten
- Resultatet redovisas genom antalet konton respektive inlogningar per förening.

anne.h.berman@ki.se

18 februari 2010 23

Senaste eScreen statistik

<http://www.ungakris.com/escreen.html>

http://www.youtube.com/watch?v=Df_RxIFpezl&fmt=18

- 3772 av 6063 konton har skapats genom UngaKRIS hemsida (57%) mellan 7 feb 2007 och 30 januari 2010
- V1-5 2010 241 konton totalt (inkl UngaKRIS)
- V1-5 2009 130 konton totalt
- V1-5 2008 147 konton totalt
- V6-10 2007 118 konton totalt

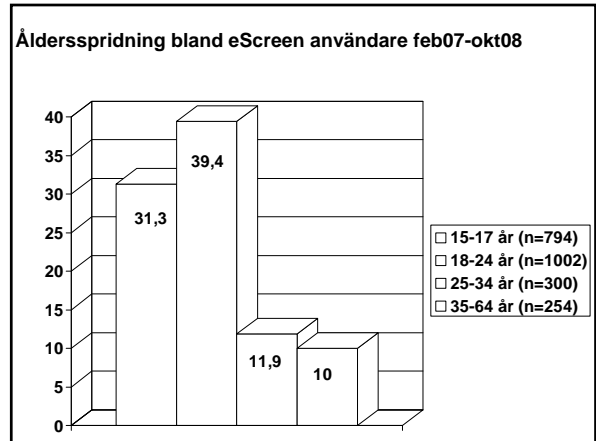
anne.h.berman@ki.se

18 februari 2010 24

ARTICLE IN PRESS
Addictive Behaviors xxx (2010) xxx-xxx
Contents lists available at ScienceDirect
Addictive Behaviors

Internet-based assessment and self-monitoring of problematic alcohol and drug use
Kristina Sinadinovic^{a,b,c}, Anne H. Berman^{a,b}, Dan Hasson^{a,d}, Peter Wennberg^{b,e,f}

ABSTRACT
A handheld web-based service (www.screen.se) offers self-assessment and self-monitoring of alcohol and drug use via an Internet connection with the Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT) and the Drug Use Disorders Identification Test (DUDIT) as well as in-depth risk assessment using extended versions of both tests (Alcohol E and DUDIT E). Users receive individualized feedback concerning their alcohol and drug consumption and can follow their alcohol and drug use over time in personal diaries and by setting up an electronic alarm. This study describes user characteristics, usage patterns, and psychometric test properties for 2007 respondents who completed a valid alcohol and/or drug use assessment in February 2007. Problematic alcohol use according to AUDIT criteria was indicated for 67.6%, while AUDIT over DUDIT criteria for problematic drug use. Men and women scored for similar results, with a mean age of 22 years. Internal consistency reliability figures were 0.90 for 1846 first-time AUDIT users and 0.87 for 1211 first-time DUDIT users, among 200 second-time AUDIT users reliability was 0.93, and 0.96 for 107 second-time DUDIT users. Internet-based alcohol and drug monitoring could function as a self-help tool or as a complement to substance abuse treatment.

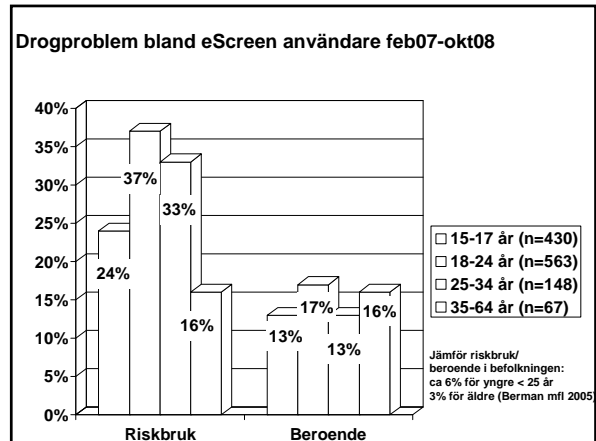


Karolinska Institutet

eScreen delar som används (50% fördelning män/kvinnor)

Tester	Totalt	Inloggade > 1g
AUDIT	1959 (77.1%)	11.4%
DUDIT	1293 (50.9%)	8.3%
ALCOHOL-E	751 (29.6%)	6.4%
DUDIT-E	380 (16.0%)	9.5%
DAGBOKEN	261 (10.3%)	

anne.h.berman@ki.se 18 februari 2010 27



Karolinska Institutet

Drogsorter

	Män		Kvinnor		Totalt	
	M	SD	M	SD	M	SD
Cannabis*	3,68	1,98	2,94	1,88	3,34	1,97
Tabletter* (smärtstillande)	2,31	1,72	2,90	1,88	2,58	1,82
Tabletter* (sömn/lugnande)	2,35	1,71	2,72	1,83	2,52	1,77
Amfetamin	2,29	1,74	2,20	1,62	2,25	1,69
Kokain*	1,93	1,45	1,64	1,17	1,80	1,34

anne.h.berman@ki.se 18 februari 2010 29

Positiva aspekter med att använda droger

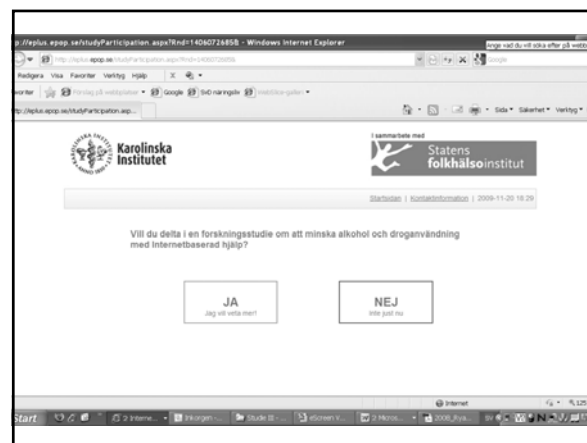
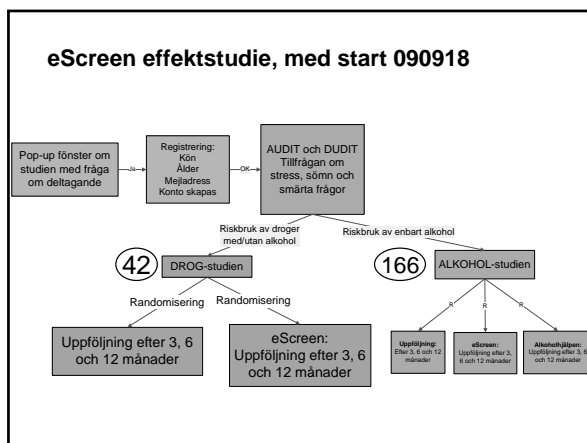
	Män		Kvinnor		Totalt	
	M	SD	M	SD	M	SD
Blir avspänd och avslappnad.	2,26	1,59	2,35	1,46	2,30	1,54
Blir glad.	2,18	1,56	2,29	1,47	2,23	1,52
Får en känsla av att allt ordnar sig.	1,75	1,67	1,93	1,56	1,83	1,62
Sover bättre.	1,75	1,68	1,62	1,57	1,69	1,63
Blir kreativ (får många idéer, gör konstnärliga saker).	1,70	1,64	1,57	1,59	1,64	1,62

Negativa aspekter med att använda droger

	Män		Kvinnor		Totalt	
	M	SD	M	SD	M	SD
Förstör ekonomin.	1,66	1,64	1,82	1,67	1,73	1,65
Får sämre hälsa.*	1,37	1,50	1,71	1,54	1,52	1,52
Förstör familjelivet.	1,31	1,54	1,52	1,56	1,41	1,55
Jag har under senaste året haft problem på arbetet, i skolan eller hemma på grund av droger.	1,38	1,63	1,42	1,53	1,40	1,58
Får ångest.	1,18	1,40	1,43	1,47	1,30	1,44

Motivationsindex

Högmotiverade	6.9%
Medelmotiverade	19.9%
Lågmotiverade	73.1%



Sammanfattning om eScreen

- De enkla screeningstesterna AUDIT och DUDIT används mest på eScreen men även fördjupningstesterna används
- De flesta har använt testerna endast en gång
- Mycket större andel med alkohol- och drogrelaterade problem återfinns bland eScreen-användarna jämfört med befolkningen.
- eScreen är en generell sajt för alla typer av droger.

anne.h.berman@ki.se 18 februari 2010 35

Forskningsläget

- Screening och korta Internetbaserade interventioner leder till minskat riskbruk av alkohol
- Utvecklingen av Internetbaserade interventioner för droger är i sin linda men fokuserar idag på cannabis och kokain.
- De tjänster som finns har liknande struktur och innehåller alla en personlig dagbok där brukaren kan följa sin egen utveckling över tid.
- En RCT på Quit the Shit (Tyskland) ledde till att 32,6% avstod helt från cannabis jämfört med 5,4% i kontrollgruppen
- Till eScreen studien har hittills rekryterats X personer, annonsering kommer att breddas.
- Fortsättning följer!

anne.h.berman@ki.se 18 februari 2010 36

