



INTERNETPSYKIATRIEN

Gratis behandling af let til moderat angst eller depression med kort ventetid. Behandlingen sker online via et tekstbaseret selvhjælpsprogram, hvor du støttes skriftligt af en psykolog.

Vi behandler:

- Social angst
- Panikangst
- Agorafobi
- Enkelfobi
- Depression



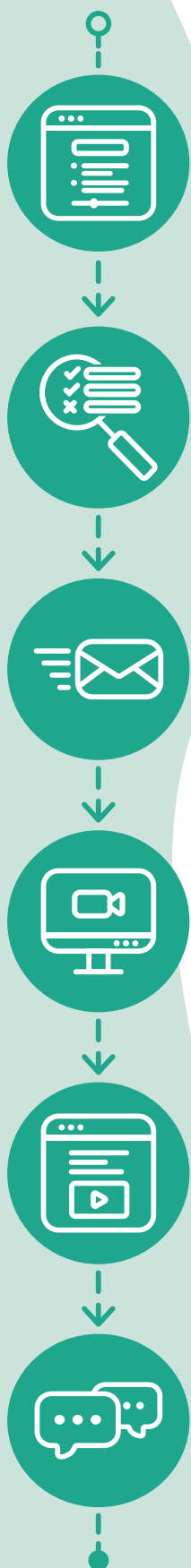
Internetpsykiatrien er formentlig **IKKE** relevant for dig, hvis du:

- Har svært ved at arbejde selvstændigt med din behandling ugentligt
- Har en kompleks psykisk lidelse som fx en personlighedsforstyrrelse, skizofreni eller en bipolar lidelse
- Har svært ved at læse og skrive dansk
- Har været i flere tidligere behandlinger uden, at det har hjulpet dig eller, hvis du har været medicineret igennem længere tid
- Har et aktivt misbrug af alkohol eller stoffer
- Er selvmordstruet – Kontakt i så fald egen læge, lægevagten eller Livslinien på 70 201 201 eller livslinien.dk

Læs mere og ansøg om behandling på:
internetpsykiatrien.dk



Dit behandlingsforløb hos Internetpsykiatrien



Du udfylder selv ansøgningsskemaet på internetpsykiatrien.dk

Det kan tage op til en time at udfylde skemaet, og der kræves ikke henvisning fra egen læge. Du skal bruge NemID/MitID for at udfylde skemaet.

Din ansøgning gennemgås og vurderes

Din ansøgning gennemgås af vores team af psykologer, for at vurdere om vores behandlingsforløb for angst eller depression kan være relevant for dig.

Du får svar på din ansøgning indenfor 2 uger

Via Digital Post / e-Boks tilbydes du enten en udredende videosamtale, eller afvises skriftligt med en anbefaling om at søge andre relevante behandlingstilbud.

Udredende videosamtale med en psykolog

Hvis vores behandling kan være relevant for dig, inviteres du til en udredende videosamtale med en psykolog. Samtalen varer ca. 1 time, og afholdes normalt indenfor 4 uger. Samtalen journaliseres i din sundhedsjournal.

Opstart af online behandling

Er behandlingen relevant for dig, får du tilsendt et login til vores behandlingsplatform, så du kan starte din behandling, som varer op til 12 uger. Undervejs støttes du skriftligt af din tilknyttede psykolog.

Opfølgende snak med en psykolog

Når behandlingen er afsluttet, inviteres du til en opfølgende snak med din tilknyttede psykolog. Samtalen varer ca. 15 minutter. Hvis du ønsker det, får din læge en besked om forløbet.

