

Beskrivelse

- Ikke-medikamentell gruppebehandling av psykiatriske lidelser i DPS
- Innføringsgruppe + 3 grupper med de tre best dokumenterte behandlingene:
 1. CBT-i for søvnforstyrrelser
 2. Kosthold
 3. Fysisk trening

Hvorfor spesialisthelsetjenesten?

- Sterk sammenheng mellom psykiatriske lidelser og 1) søvn, 2) kosthold, 3) fysisk aktivitet
 - 1), 2) og 3) er ofte både årsak til, virkning av og vedlikeholdende/forverrende faktorer for psykiske lidelser
- DPS-pasienter har psykiske lidelser så alvorlige at de krever behandling i spes.helsetj., og nettopp derfor
 - er 1), 2) og 3) særlig viktige, og
 - har pasientene dårligere forutsetninger for behandling i primærhelsetj.
- 1), 2) og 3) lar seg vanskelig integrere i individalkonsultasjonene (mye erfaring å vise til)
- Skikkelig behandling av 1), 2) og 3) vil gjøre individualterapien mer effektiv