

Informasjon til fastleger i Helse Fonna regionen.

Deres ref.:	Vår ref.:	Saksbehandler:	Dato:
	2020/4302 - 42810/2025	Kjersti Haugen	06.10.2025

Nytt eBehandlingstilbud for pasienter med pengespillavhengighet

Helse Bergen har utviklet et digitalt eBehandlingsprogram for pasienter med pengespillavhengighet. Behandlingen ble implementert i avdeling for rusmedisin sin poliklinikk i begynnelsen av 2025 og tilbys i dag til pasienter i Helse Bergen. Fra høsten 2025 gjennomføres en pilot der pasienter fra alle helseregioner kan delta. Målet er å teste hvordan et nasjonalt tilbud kan organiseres i praksis og bidra til likeverdig tilgang til behandling uansett bosted.

Hva betyr dette for deg som fastlege?

- Behandlingen er en del av spesialisthelsetjenesten.
- Henvisning sendes elektronisk til Avdeling for rusmedisin, Helse Bergen.
- Pasienter kan også ta direkte kontakt via Helse Norge [Søknad om eBehandling - Helsenorge](#)
- Pasienter som har diagnosen spillavhengighet, og som er motivert for nettbasert behandling kan henvises. Pasienten må ha fylt 16 år for å delta i eBehandling av pengespillavhengighet.
- Pasienten følger et 12 ukers digitalt behandlingsprogram.
- Du som fastlege får epikrise etter endt behandling.

Hva betyr dette for pasienten?

- Det senker terskel for å søke hjelp, for en gruppe som ofte bruker lang tid på å komme i kontakt med hjelpeapparatet
- Pasienten får raskt hjelp. Det er ingen ventetid på dette tilbudet.
- Pasienten laster ned en app som heter Poeng. Programmet kombinerer kognitiv atferdsterapi med ukentlig oppfølging av behandler
- Det gjennomføres videokonsultasjon på starten og slutten av behandlingen
- Dersom pasientens tilstand forverres i løpet av behandlingen og har behov for akutt hjelp er det pasientens fastlege eller lokale DPS som er ansvarlig for å ivareta pasienten.

Hva er eBehandling for pengespillavhengighet?

eBehandling er kunnskapsbasert behandling til voksne via digital plattform. Innholdet baserer seg på kognitiv atferdsterapi for spillavhengighet. Pasienten skal lære å kjenne samspillet mellom tanker, følelser og handlinger for å få kontroll på spillingen. eBehandlingen skjer gjennom en app som heter Poeng. Den inneholder 9 moduler, meldingstjeneste, mål og plan for fremtiden og ABC-skjema. Det gjennomføres kartlegging og videokonsultasjon ved oppstart og avslutning og asynkron meldinger underveis i behandlingen.

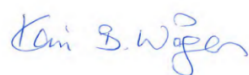
Tema:

- Konkrete måter å begrense spilling på
- Teknikker for å håndtere spillelyst og påtrengende tanker
- Teknikker for å forstå situasjoner med tap av kontroll
- Lage en personlig oversikt over spilleproblemet og lage gode alternativer til spilling
- Hvordan håndtere negative tanker og følelser, inkludert angst og depresjon
- Teknikker for hvordan man unngår eller håndterer tilbakefall

Har du spørsmål om piloten? Ta kontakt med Vibeke Eide vibeke.eide@helse-vest-ikt.no

Har du spørsmål om faglig innhold i behandlingsprogrammet ta kontakt med Erlend Wittrup erlend.wittrup.djup@helse-bergen.no

Med vennlig hilsen



Kari Bjelland Wågen
Lokal prosjektleder, eBehandling
Klinikk for psykisk helsevern, Helse Fonna
kari.bjelland.wagen@helse-fonna.no

Dokumentet er elektronisk godkjent

Digital kommunikasjon

Vi har elektronisk saksbehandling og er opptatt av at informasjon, også taushetsbelagt, skal kunne sendes på en rask og sikker måte. Vi ber derfor om at et eventuelt svar på denne henvendelsen sendes gjennom en av disse kanalene:

- Privatpersoner og private virksomheter: [eDialog](#)
- Offentlige virksomheter: eFormidling (via eget sak-/arkivsystem)

Mottakere

Haugesund kommune

BØMLO KOMMUNE

UTSIRA KOMMUNE

BOKN KOMMUNE

TYSNES KOMMUNE

TYSVÆR KOMMUNE

ETNE KOMMUNE

STORD KOMMUNE

SULDAL KOMMUNE

SVEIO KOMMUNE

VINDAFJORD KOMMUNE

SAUDA KOMMUNE

KARMØY KOMMUNE

FITJAR KOMMUNE

KVINNHHERAD KOMMUNE

ULLENSVANG KOMMUNE