



Spelberoende och datorspelsberoende

Vilka söker vård? Hur ser behandlingen ut? Hur går det för patienterna?

Jessica Mattiasson STP-psykolog

Jonna Petersson leg. psykolog

REGAPS 20-21 november 2023



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN
SAHLGRENSKA UNIVERSITETSSJUKHUSET



Agenda

Mottagningen och mottagningens uppdrag

Spelberoende

- Om patientgruppen
- Behandling
- Behandlingsresultat

Datorspelsberoende

- Om diagnosen
- Om patientgruppen
- Behandling
- Behandlingsresultat





Mottagning för Spelberoende och Skärmhälsa



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN
SAHLGRENKA UNIVERSITETSSJUKHUSET



En specialiserad öppenvårdsmottagning

Regionalt uppdrag

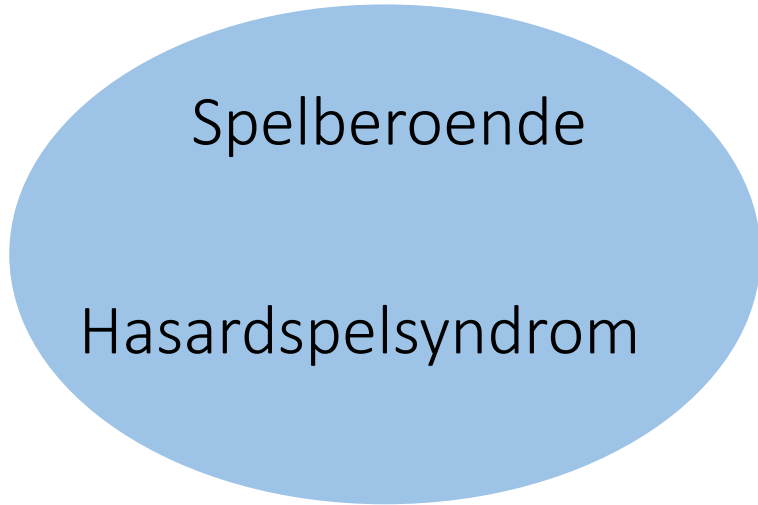
Forskning

Hasardspelsyndrom eller datorspelsberoende

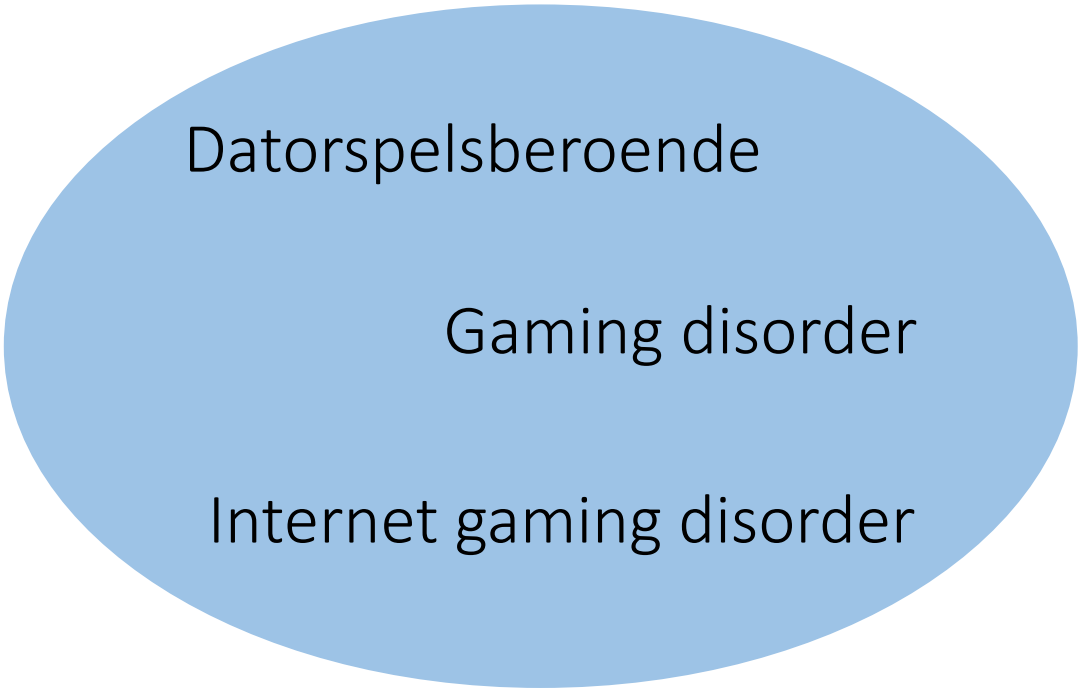
Från året man fyller 16 år

Remiss och egenremiss





Internetberoende



Skärmberoende

Porrberoende

Facebookberoende

Shoppingberoende

Hur skarpa är gränserna?

De flesta befinner sig inom “nöjesspelande”

Ingen skarp gräns

Överlappning mellan patientgrupper

Referenser: Folkhälsomyndigheten 2019; Molde et al 2019;
Vadlin et al 2018; Sanders & Williams 2019; Walther et al 2012





Forskning



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN
SAHLGRENKA UNIVERSITETSSJUKHUSET



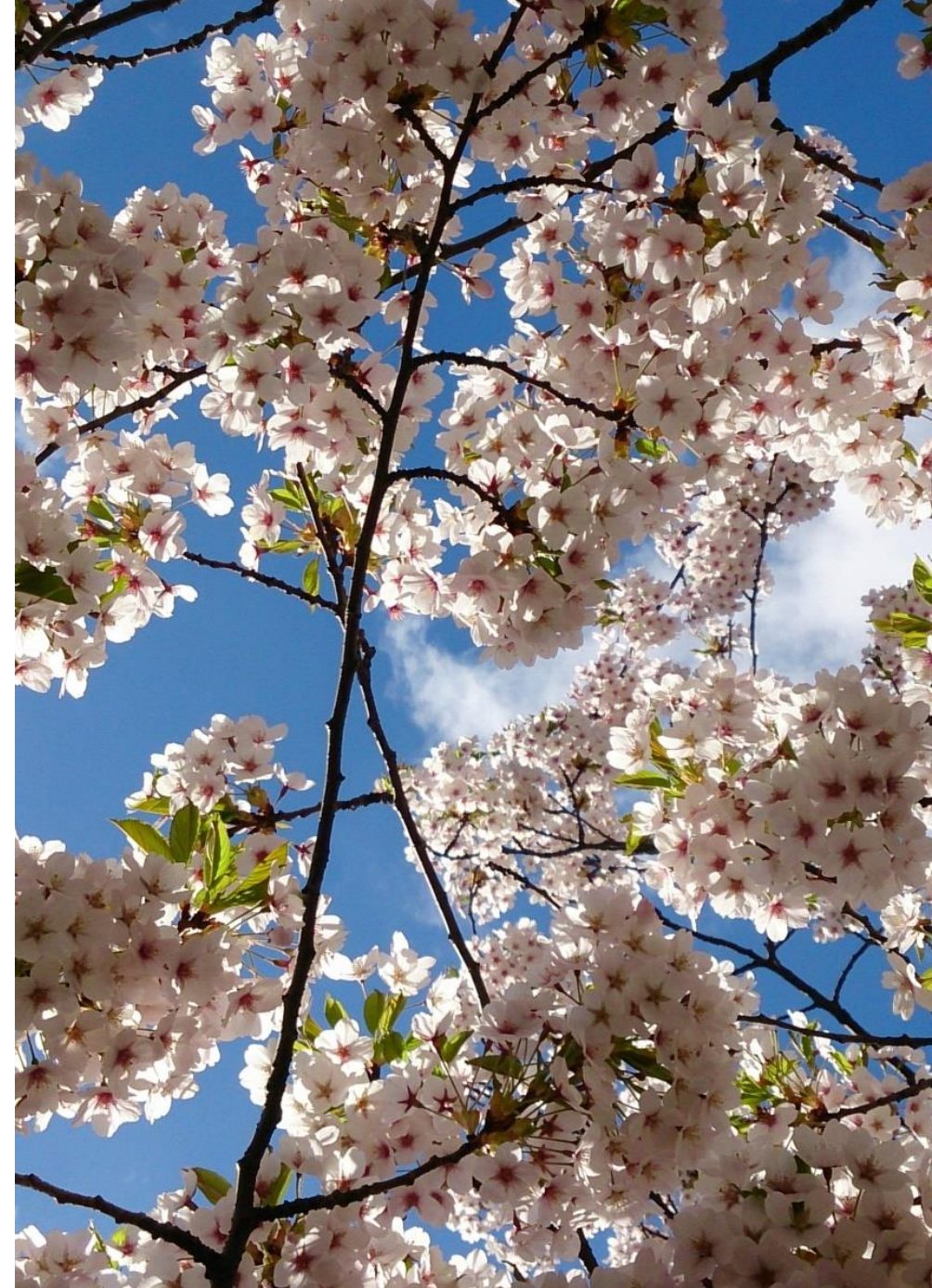
Forskning på mottagningen

Spelberoende:

- Underliggande orsaker till spelmissbruk (Dnr: 107-15)
- Målgruppsbeskrivning (Dnr: 764-18)
- Internetbaserad behandling vid spelberoende (Dnr: 631-18)

Datorspelsberoende

- Målgruppsbeskrivning (Dnr: 764-18)
- Intervjustudie (Dnr: 2020-05394)
- Behandlingsstudie
 - Pilotomgång (Dnr: 2020-07144)
 - Randomiserad kontrollerad studie





Spelberoende



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN
SAHLGRENKA UNIVERSITETSSJUKHUSET





Demografi



Vem söker till oss?

Hur gammal?

Kön?

Boendestatus?

Sysselsättning?

Levnadsvanor?

Spelat hur
länge?

Hur ser
spelandet ut?

Samsjuklighet

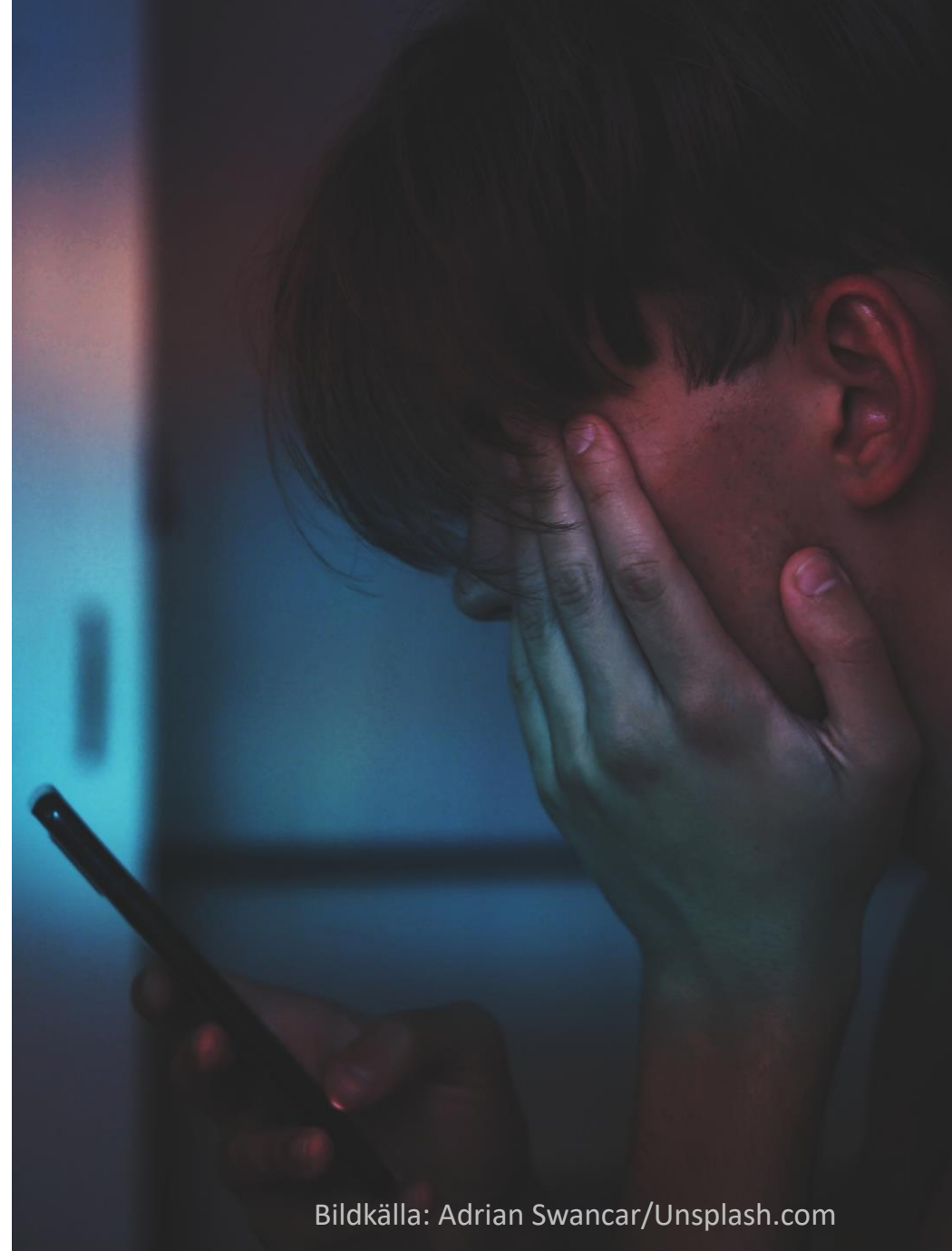
Vårdsökande: 58 % psykiatrisk samsjuklighet

- 29 % ångest
- 20 % depression
- 12 % neuropsykiatri
- 12 % annat beroende

Mer vid allvarligare spelberoende

Suicidtankar och suicidförsök är vanligt

Referenser: Håkansson et al., (2017), Mide et al., (2023)



Bildkälla: Adrian Swancar/Unsplash.com



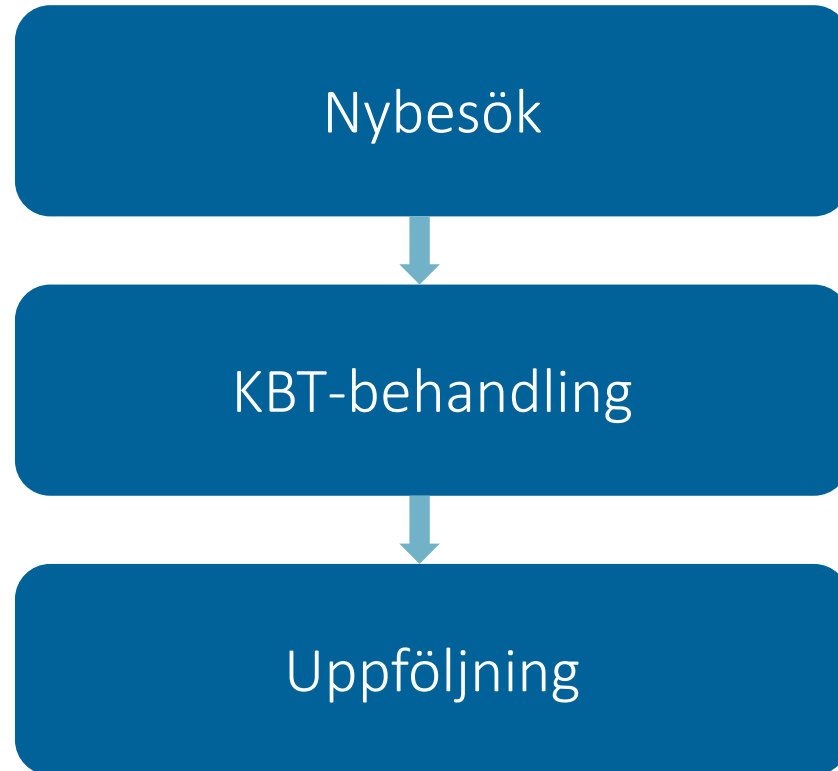
Behandling



Kunskapsöversikt

- Rekommendation: KBT med inriktning spel om pengar och kombinationen KBT med inriktning spel om pengar och MI
- MI – troligen ingen klinisk relevant effekt
- Läkemedelsbehandling – otillräckligt underlag
- Stort behov av mer forskning!

Behandling på Mottagning för spelberoende och skärmhälsa



Översikt behandlingsinnehåll



Begränsa tillgång till spel och pengar



Beteendeaktivering



Motivation



Kartläggning av triggers



Hantera sug



Hantera känslor



Hantera tankar



Återfallsprevention och vidmakthållande

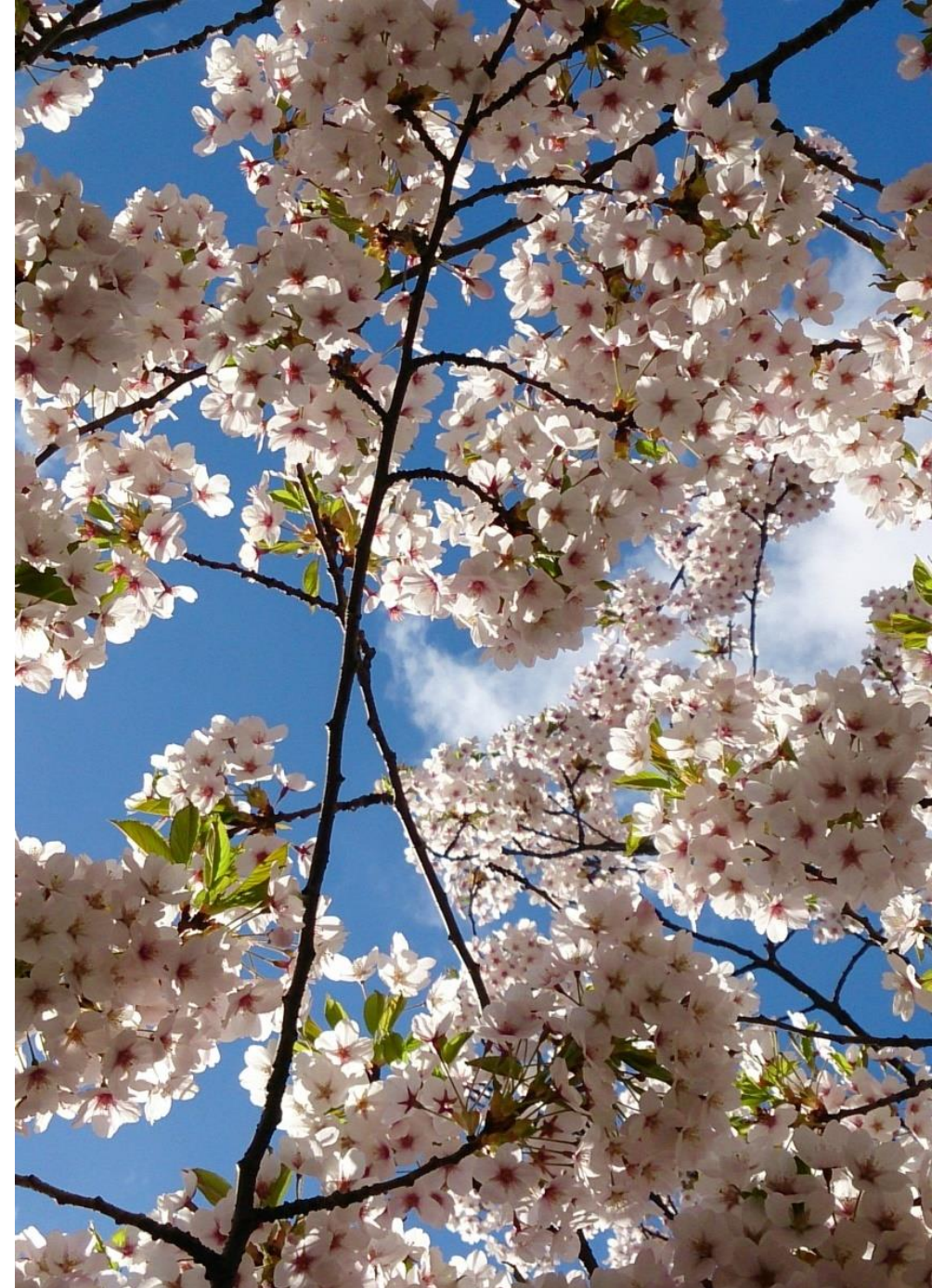


Kliniska lärdomar



Kliniska lärdomar

- Gruppbehandling vid skam
- Att vid spelsug kunna stanna upp och påminna sig om negativa konsekvenser
- Olika strategier för att hantera tankar och känslor viktigt för många
- Vanligt att patienter slutat spela redan vid nybesök och behandlingsstart
- Viktigt med anhörigas eller stödpersons delaktighet för vissa

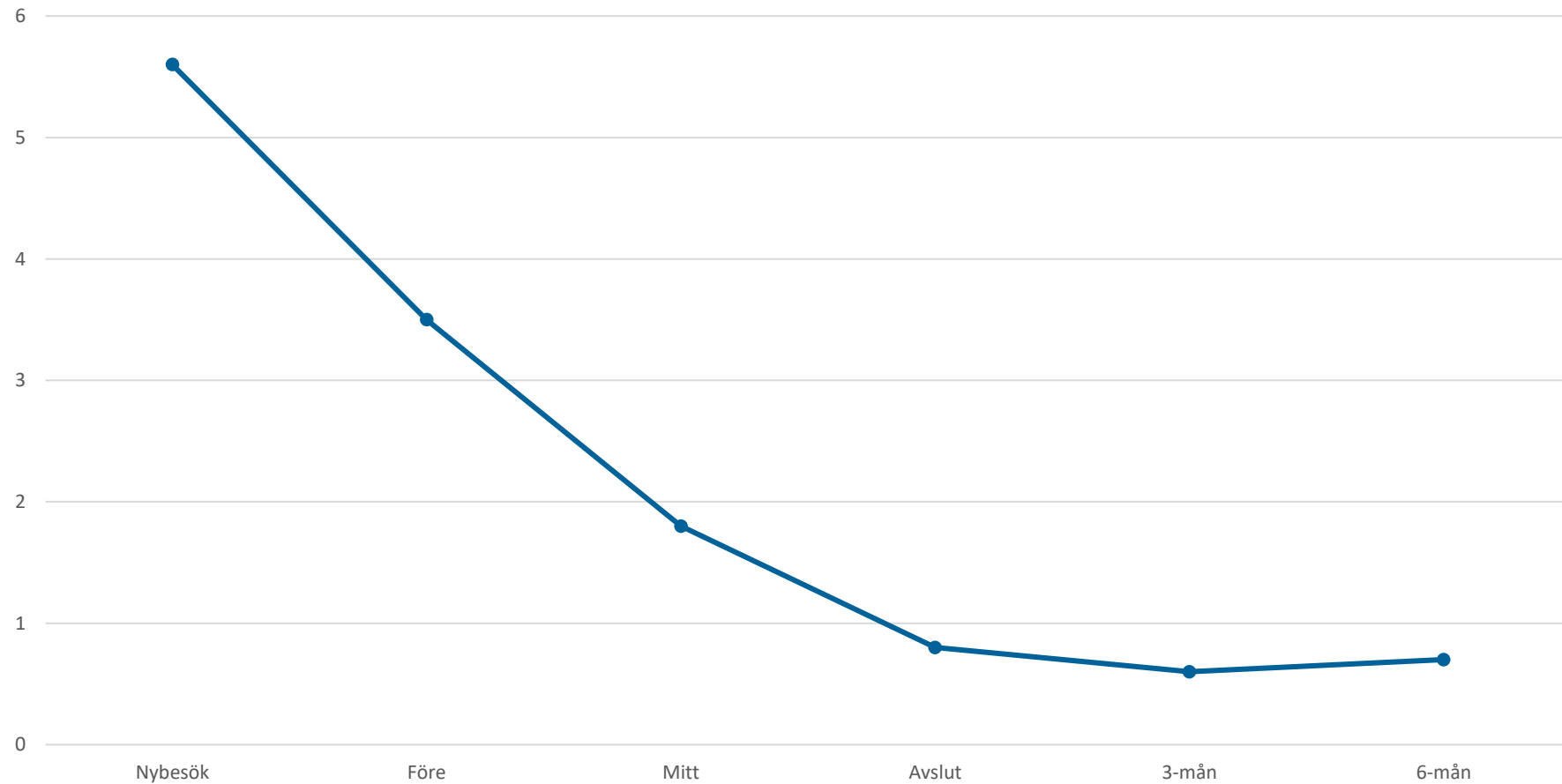




Behandlingsutfall



Minskade symptom på spelberoende



Jag har lärt mig att analysera mitt mående, att stanna upp och tänka efter och sätta fingret på problemet och komma fram till tänkbara lösningar på problemet.

Patient efter behandling för spelberoende

Behandlingen har hjälpt mig att hantera spelsug och gett mig bra verktyg för att hålla mig spelfri. Jag mår mycket bättre och känner mig gladare.

Patient efter behandling för spelberoende



Datorspelsberoende



Fördelar med datorspel

Kontakt med vänner

Möjlighet att tävla

Engelska – bättre i skrift och tal (Sundqvist & Wikström, 2015)

Förbättrad social samarbetsförmåga (Ewoldsen et al., 2012)

Förbättrad uppmärksamhet och kognitiv flexibilitet (Nuyens et al, 2019)

Förbättrad problemlösningsförmåga (Granic, 2014)



Om diagnosen



En diagnos under utveckling

Omdebatterad ny diagnos

Beroende eller något annat?

"Adding video gaming to the list of recognized behavioral addictions could help millions in need. It could also pathologize a normal behavior and create a new stigma." - Zastrow M. (2017)



Bildkälla: Markus Spiske/unsplash.com

ICD-11: Gaming Disorder

(klassat som diagnos enligt WHO sedan 2018)

- Kontrollförlust över datorspelade.
- Prioritering av spelandet framför andra intressen eller dagliga aktiviteter.
- Fortsatt spelade trots negativa konsekvenser.
- *Tre kriterier under senaste året.*

DSM 5: Internet Gaming Disorder

(tillstånd som kräver ytterligare forskning, 2013)

- Upptagenhet.
- Abstinens.
- Tolerans.
- Kontrollförlust.
- Flykt.
- Fortsatt användande trots negativa konsekvenser.
- Lögner.
- Sociala konsekvenser.
- Förlorade chanser eller relationer.
- *Fem av nio kriterier under senaste året.*



Demografi



Vem söker till oss?

Hur gammal?

Kön?

Boendestatus?

Sysselsättning?

Levnadsvanor?

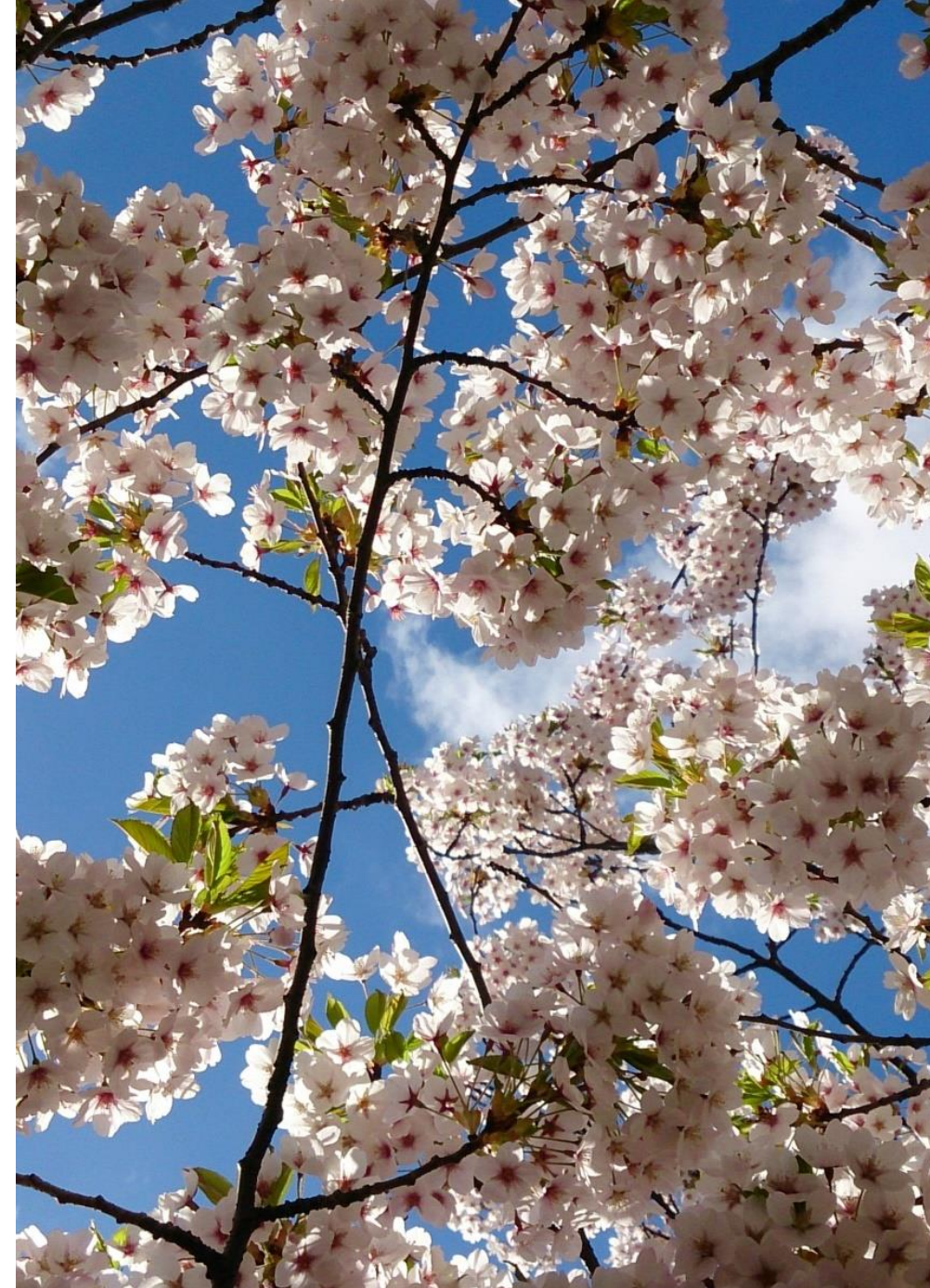
Spelat hur
länge?

Hur ser
spelandet ut?

Samsjuklighet

- Depression
- Ångest
- ADHD
- Autism
- Prokrastinering
- Alkohol och drogberoende

Hofstedt et al., 2023





Behandlingsutveckling



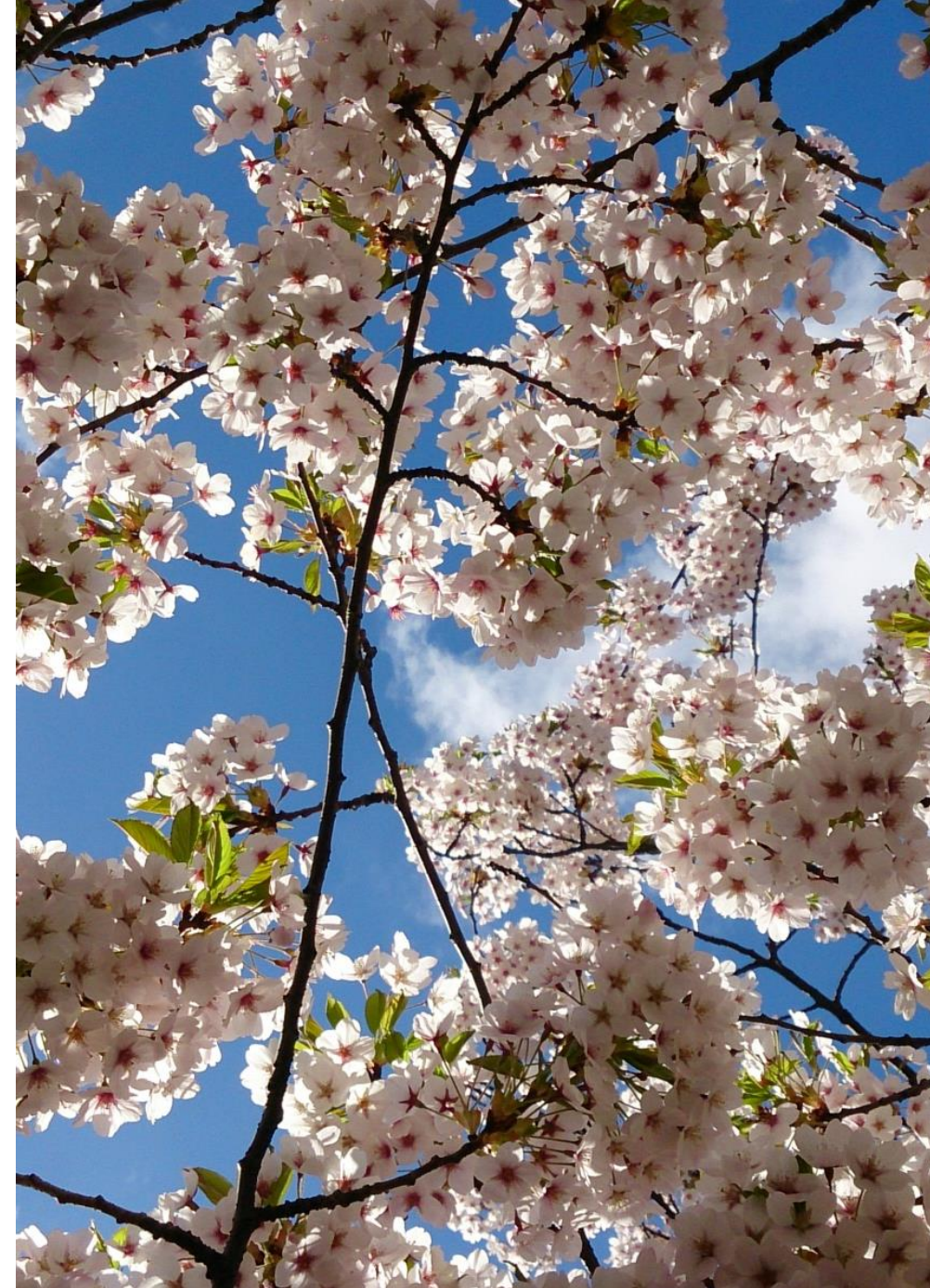
Kunskapsöversikt

- Finns ingen från Socialstyrelsen.
- Länsstyrelsen i Västra Götaland publicerade en 2019
- Finns inga rekommendationer för svensk sjukvård
- Internationell forskning avseende KBT

Behandlingsforskning

- Främst KBT
- Få studier
- Blandade målgrupper
- Bristande långtidsuppföljning

Referenser: King et al 2017; Stevens et al 2019; Zajac et al 2017



Översikt behandlingsinnehåll



Målsättning



Beteendeaktivering



Motivation



Speldagbok



Begränsa möjlighet till spelande



Hantera känslor och tankar



Tidsplanering och problemlösning



Återfallsprevention och vidmakthållande



Behandlingsutfall



Pilotdata

- Minskad speltid
- Ökad andel fritidsaktiviteter utan skärm
- Minskade ångest- och depressionssymtom
- Fortsatta svårigheter med prokrastinering
- Få negativa effekter av behandling

Pilot data findings from the Gothenburg treatment for gaming disorder: a cognitive behavioral treatment manual

Annika Hofstedt^{1,2*}, Mikael Mide^{1,2}, Elin Arvidson², Sofia Ljung², Jessica Mattiasson², Amanda Lindskog² and Anna Söderpalm-Gordh^{1,2}

¹Institute of Neuroscience and Physiology, Sahlgrenska Academy, University of Gothenburg, Gothenburg, Sweden. ²Department of Addiction and Dependency, Sahlgrenska University Hospital, Gothenburg, Sweden.

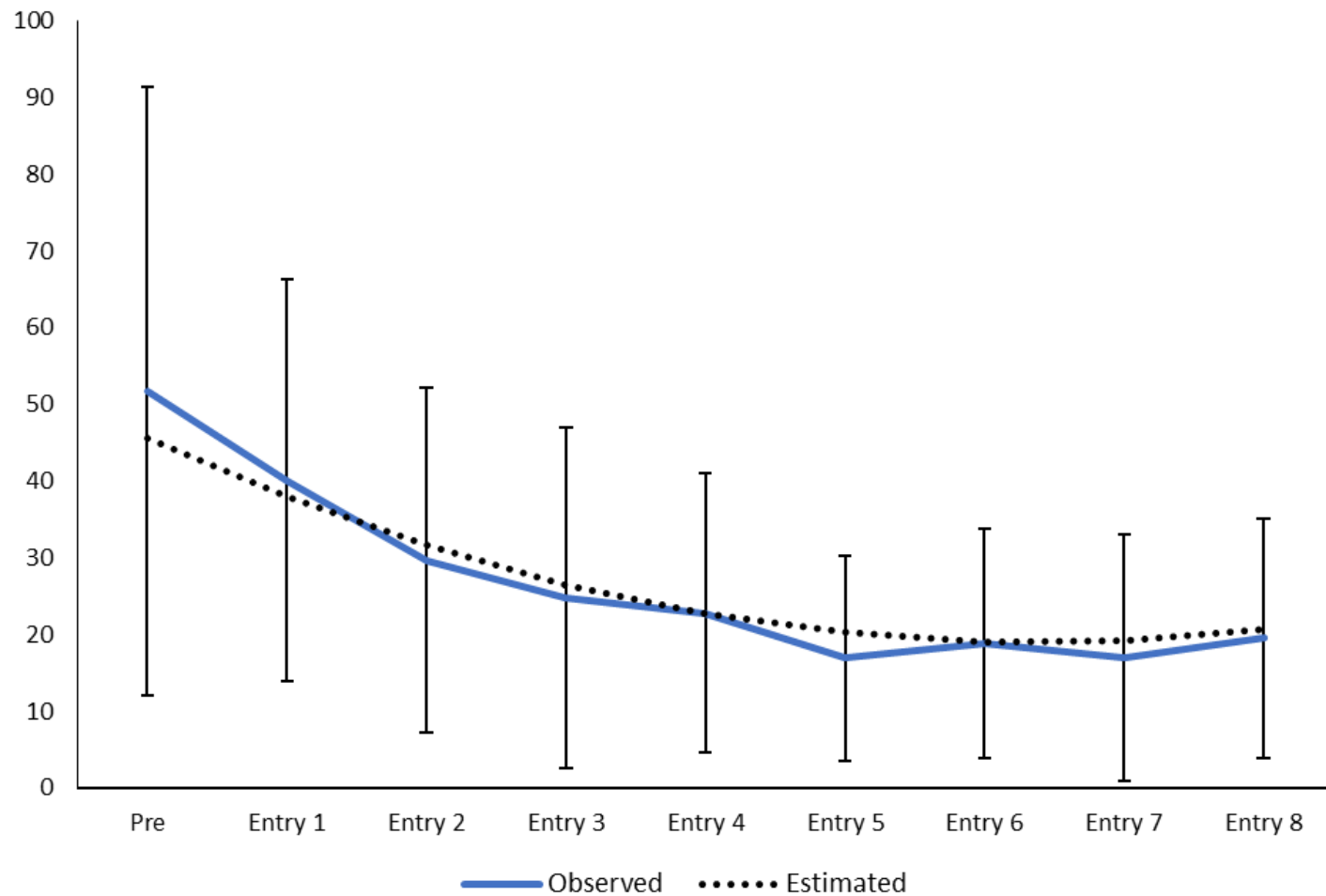
Background: Gaming disorder (GD) is a new diagnosis included in the latest edition of the International Classification of Disease –11. Recently conducted international studies suggest a prevalence rate close to 2% for GD, highlighting the need for effective treatments for this patient population. Internationally there are few studies investigating effective treatments specifically designed for this condition. In this pilot study, we wanted to test a newly developed method, the Gothenburg Treatment for Gaming Disorder (GOT-TO-GO) manual; a 15-week cognitive behavioral therapy treatment for GD.

Method: This study utilized a single group design with pretest, post-test and a three- and six-month follow-up, with measures of severity of GD and mood. The participants ($n=28$) were treatment-seeking adults with GD, aged 17 to 49 years.

Results: The results show a statistically significant decrease in symptoms of GD after treatment. Hours of gaming per week also decreased concomitantly with a 100% increase in non-gaming leisure hours. The decrease in symptoms of GD was maintained at the 3-months follow-up after treatment. Correspondingly we saw a decrease in both depression and anxiety that also was upheld 3 months after treatment.

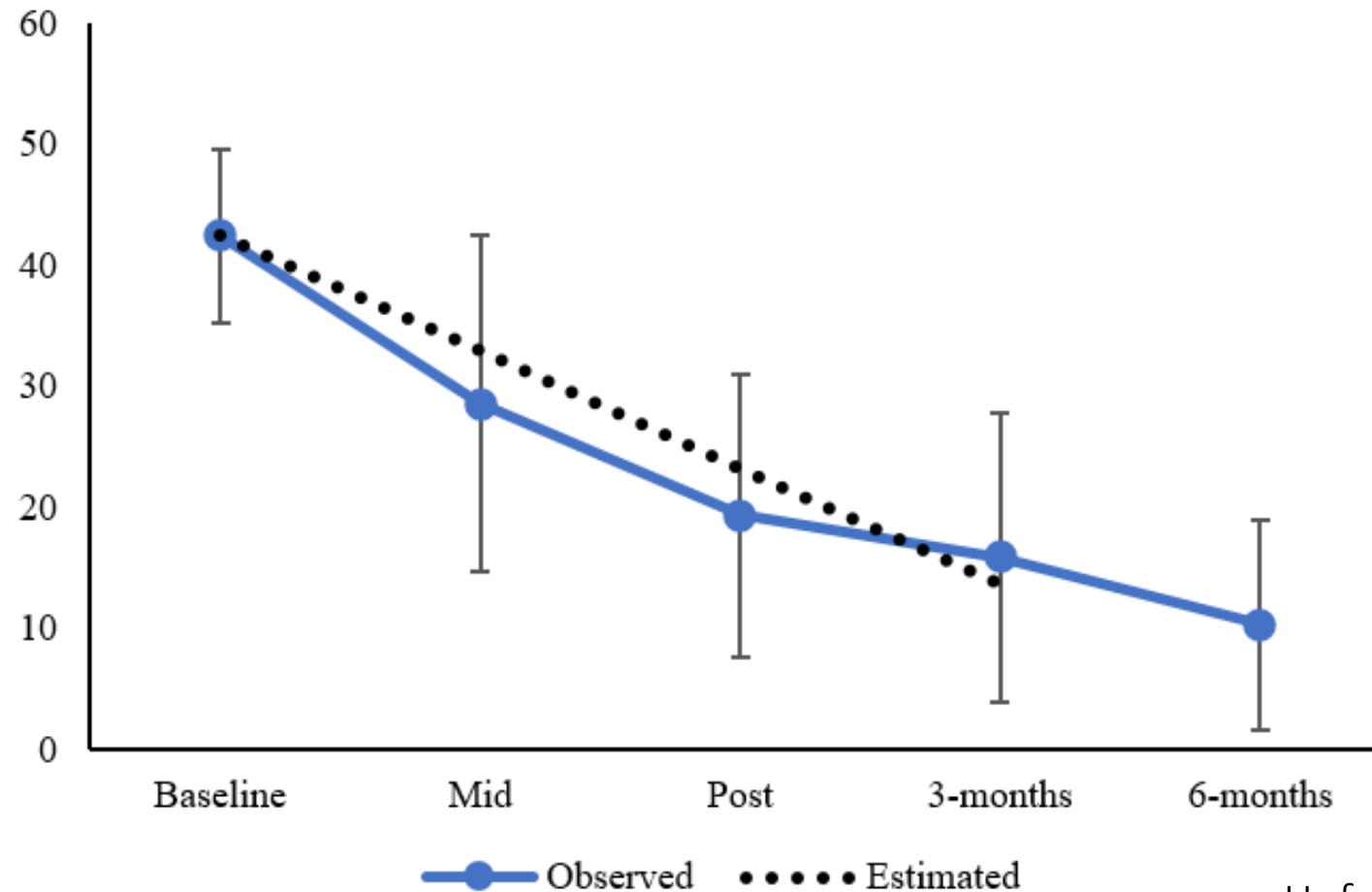
Conclusion: As GD is a new diagnostic concept more research is needed, also taking psychiatric comorbidity into consideration, to arrive at evidence-based conclusions regarding effective treatments. Considering the promising results in this small pilot study with large behavioral changes and reduced symptoms of GD, upheld at least 3 months after treatment, a larger randomized controlled study is warranted.

Minskat antal speltimmar per vecka



Hofstedt et al., 2023, n = 28

Minskade symptom på datorspelberoende



Hofstedt et al., 2023, n = 28

Den hjälpen som jag fick att hantera mitt problem gick att använda i andra syften än enbart datorspel.

Patient efter behandling för datorspelberoende

Jag har fått perspektiv på hur mycket tid
spelandet har tagit upp.

Jag har fått lärdom och verktyg till att
minska och få kontroll över mitt
spelande.

Patient efter behandling för datorspelberoende



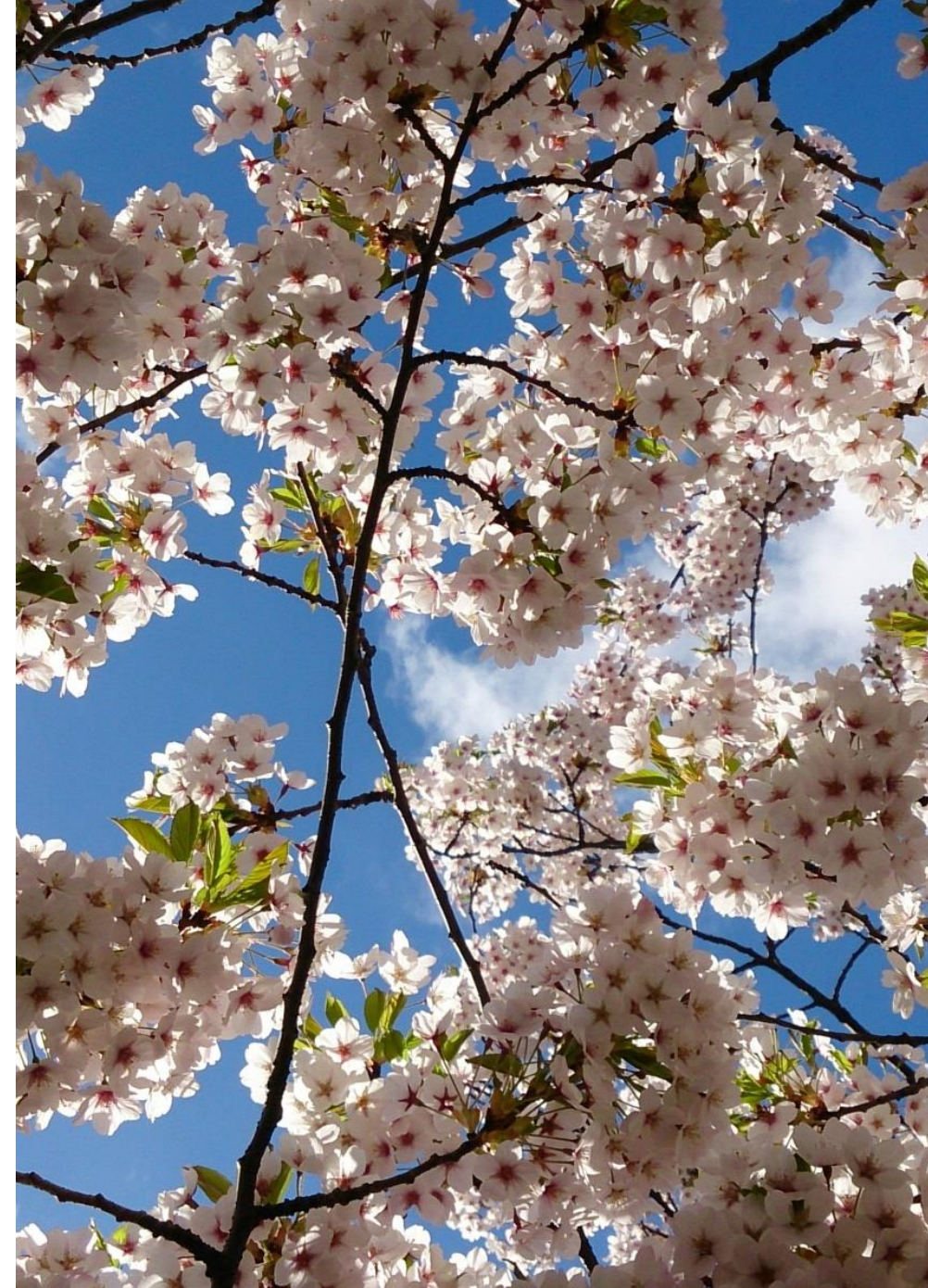
Kliniska lärdomar



I behandling

- Kontrollerat spelande före avhållsamhet
- Högt värderad speltid
- Typ av spel
- Funktion av spelandet

- Spel om pengar i datorspel



I behandling

Vad är det som funkar för mig i spelen?

Går det att applicera i verkligheten?

Exempelvis:

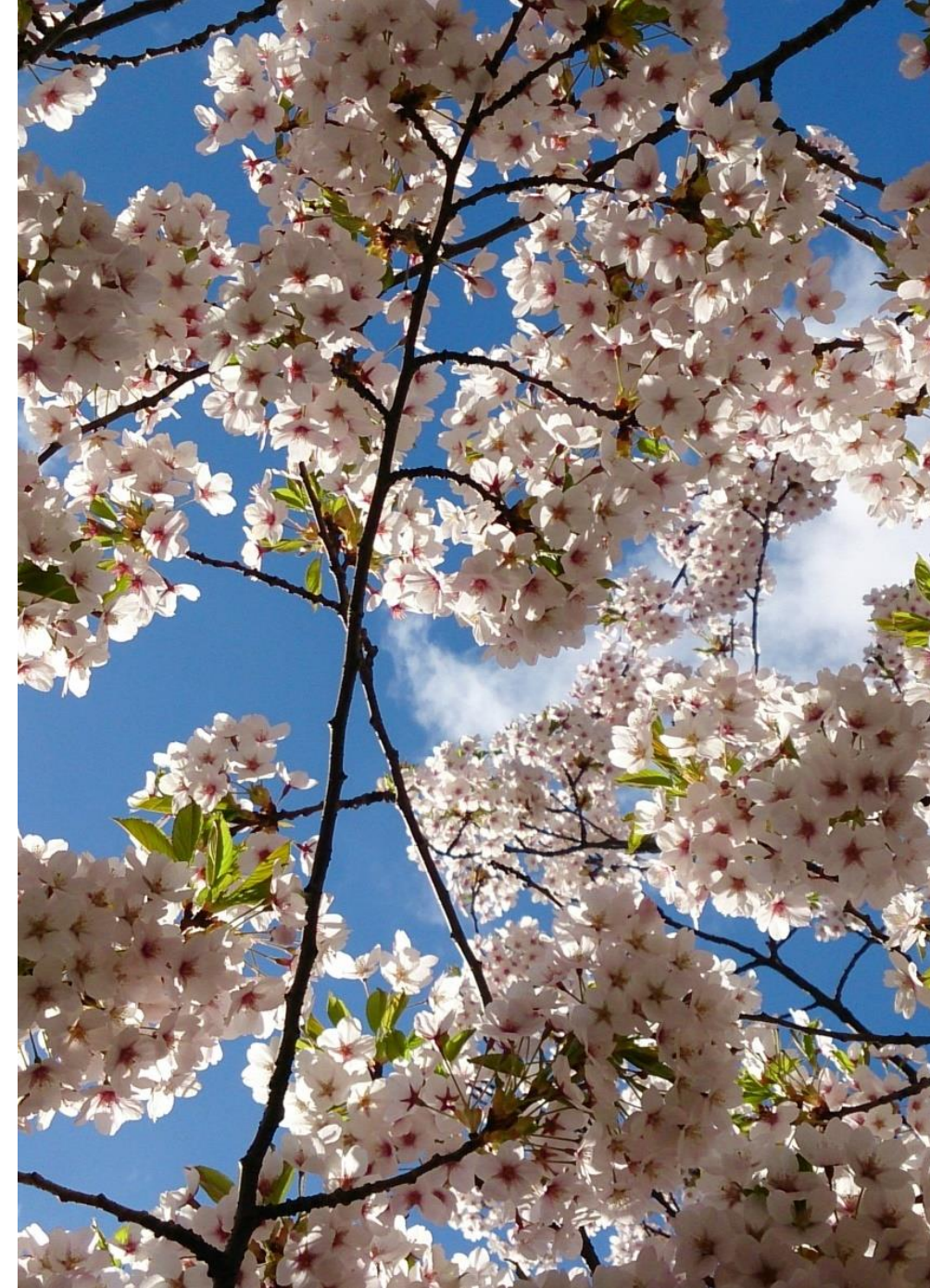
- Visuellt och skriftligt stöd
- Mål och delmål
- Stöd från andra
- Belöningar



Patientens förutsättningar

- Nätverket
- Sysselsättning
- Anhörigas förhållningssätt

- Andra vårdgivare





Tack för uppmärksamheten!

Kontakt:

jessica.mattiasson@vgregion.se

jonna.petersson@vgregion.se



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN
SAHLGRENKA UNIVERSITETSSJUKHUSET





Frågor!



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN
SAHLGRENKA UNIVERSITETSSJUKHUSET

