

Nu lanseras www.pfizer.se/depression Ny webbplats ska hjälpa deprimerade att må bättre

Nästan varannan kvinna och var fjärde man i Sverige drabbas någon gång i livet av depression. Trots att depression är vanligt saknar många kunskap om sjukdomen, stöd och någon att prata med. En svensk studie visar att Pfizers utbildning om depression ger fler friska patienter¹. Därför lanseras nu en webbplats som fungerar som kunskapskälla, hjälpmedel och mötesplats för deprimerade.

Som komplement till läkemedelsbehandling lanserar Pfizer webbplatsen www.pfizer.se/depression. Syftet är att vara en hjälp i tillfrisknandet av depression.

– Depression behandlas bäst med en kombination av medicin och terapi. En viktig del i terapin kan vara att prata med andra, få kunskap och förståelse kring sjukdomen. På webbplatsen kan patienter skriva av sig och dela erfarenheter med andra, vilket är värdefullt. Sjukdomstiden kan bli lättare och återfallen minska, säger Sven Langworth, medicinskt ansvarig på Pfizer AB.

Sedan tidigare har Pfizer ett utbildnings- och uppföljningsprogram kallat "En hjälpande hand vid depression". Utbildningen av patienter leder till att fler svarar på behandlingen och blir friskare. "En hjälpande hand vid depression" finns nu i sin helhet på webbplatsen tillsammans med en rad andra funktioner.

Effektiv kognitiv beteendeterapi via webben

Webbplatsen är tänkt att inte bara vara ett uppslagsverk kring depression och ångest, utan framförallt ett verktyg i att hantera sjukdomen och bli friskare. Självhjälpsprogrammet är en viktig del. Programmet baserar sig på kognitiv beteendeterapi, KBT, och har visat sig ge effekter i samma storleksordning som att besöka terapeut. I KBT utgår man från sig själv för att förändra beteenden, vanor och tankemönster för att må bättre. Programmet, som har tagits fram av Uppsala universitet och internetkliniken Livanda, finns från 1 september på www.pfizer.se/depression.

Alla funktioner på webbplatsen är framtagna i nära samarbete med läkare och psykolog.

Läkemedelsindustriföreningen, LIF, har kvalitetsmärkt webbsidan vilket är en garanti för att informationen är saklig, balanserad och aktuell.

Webbplatsen www.pfizer.se/depression består dels av en öppen del, som riktar sig till allmänheten, och dels en medlemsdel för patienter som behandlas med Zoloft, en av de mest använda medicinerna vid depression och ångest.

Funktioner på www.pfizer.se/depression

Öppna delen för patienter och anhöriga har många användbara funktioner, till exempel:

- Tipsgenerator

Svårt att sova? Rädd för att gå ut? Ingen aptit? Trött hela tiden? Här finns tipsen som underlättar vardagen.

- Tänk i nya banor

"Du är inte värdelös, bara deprimerad." Här finns hjälp att tänka i nya banor.

- En hjälpare vän

Här är en mötesplats för människor som behöver och själv vill vara en hjälpare vän kring depression.

- Att söka hjälp

Hur går det till att söka hjälp? Vem ska man prata med? På webbplatsen finns svar om vård och behandlingsformer. Här kan man även följa berättelsen om Lotta som stegvis märker att hon inte mår bra och hur hon söker hjälp.

Medlemsdelen för patienter som använder Zoloft är en helt ny ingång. Den kräver att man första gången loggar in med varunumret på läkemedlets förpackning. Främsta funktioner är:

- Dagbok

Största fokus i medlemsdelen är egna dagböcker. Den som skriver kan själv välja om andra ska kunna läsa inläggen och lämna meddelanden.

- Humörkurva

Medlemmarna kan själva notera dagsformen utifrån skala 1-10 som genererar en kurva, kopplad till eventuella inlägg i dagboken. På så sätt kan användaren enkelt få en bra översikt över hur han eller hon mår och varför, kopplat till givna tillfällen.

- En hjälpare hand vid depression

Medlemmarna kan ladda hem utbildnings- och uppföljningsmaterialet "En hjälpare hand vid depression", som bland annat består av fem häften som tar upp vad som är viktigt att veta om depression, medicinen, andra behandlingsmetoder med mera. Här finns även ett självskattningsformulär som kan fyllas i och tas med vid nästa läkarbesök.

- Självhjälpsprogram

Medlemmarna kan ta del av kognitiv beteendeterapi, KBT, via webbplatsen. I terapin utgår man från sig själv och analyserar vad man behöver förändra för att må bättre, självhjälpsprogrammet fungerar på samma sätt. Programmet kommer att finnas på www.pfizer.se/depression från och med 1 september.

Du som är journalist kan besöka www.pfizer.se/depression och få tillgång till medlemsdelen genom följande inloggningsuppgifter: Användarnamn: press
Lösenord: presskonto

Pressbild finns att hämta under www.pfizer.se/pressrum

1. Åkerblad AC, Bengtsson F, Ekselius L och von Knorring L. Effects of an educational compliance enhancement programme and therapeutic drug monitoring on treatment adherence in depressed patients managed by general practitioners. *Int Clin Psychopharmacol* 2003; 18: 347-54.

För mer information kontakta:

Sven Langworth, medicinsk rådgivare, Pfizer AB, tel: 08-695 75 70 eller 0706-29 75 70

Susanne E Andersson, informationschef, Pfizer AB, tel: 08-519 06 367 eller 0708-506 367,

e-mail: susanne.andersson@pfizer.com

Pfizer är världens ledande läkemedelsföretag. Tillsammans med hälso- och

sjukvården arbetar vi för att erbjuda patienterna bästa möjliga behandling. Målet är ett längre och friskare liv. Pfizers omfattande forskning leder fram till effektiva läkemedel inom hjärta-kärl, centrala nervsystemet, smärta, urologi, infektion, onkologi, endokrinologi, oftalmologi, rökavvänjning och respiration. I Sverige bedriver Pfizer forskning, produktion, marknadsföring och försäljning. För ytterligare information, se www.pfizer.se och www.pfizer.com.