



Har du astma och oro?



**Karolinska
Institutet**

MANTRA-studierna: Internetförmiddlad kognitiv beteendeterapi för astma och oro

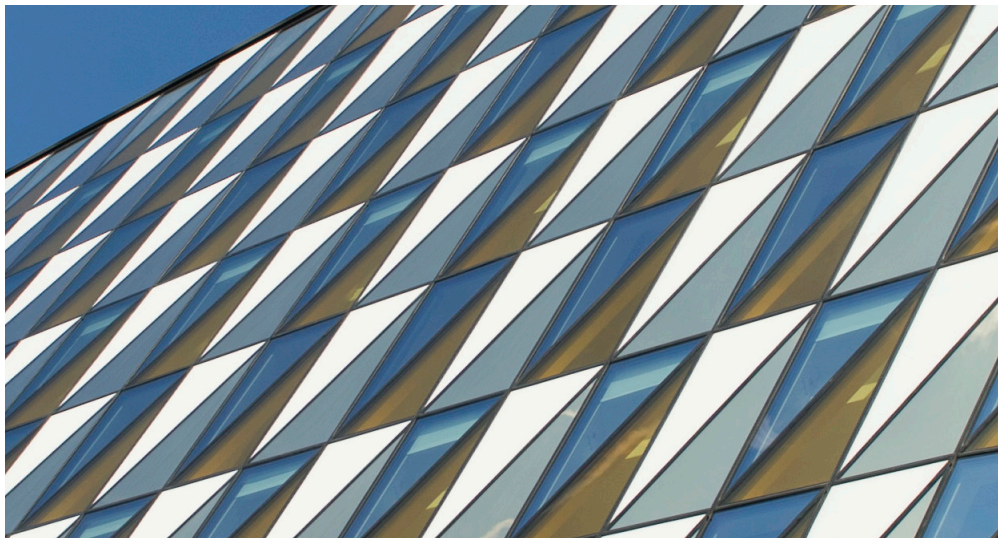
I Mantra-studierna undersöker vi om kognitiv beteendeterapi (KBT) kan vara hjälpsamt för att minska undvikande och oro relaterat till astma. Målet är att utveckla en effektiv internetförmiddlad KBT (Internet-KBT) som kan ge många med astma och oro tillgång till god behandling.

Behandlingsstudie

Astma är en obstruktiv inflammatorisk sjukdom i luftvägarna och är en av de vanligaste kroniska sjukdomarna. Många som drabbas av astma oroar sig mycket för symtom. Oro relaterat till astma kan bland annat leda till undvikande av sociala sammanhang och aktiviteter. Dessutom kan oro och stress bidra till ökade besvär med astma. Nu pågår forskning vid Karolinska Institutet för att pröva om internetförmiddlad KBT-behandling kan hjälpa personer med astma att minska sin oro.

Studiedeltagare

Vi söker vuxna personer som upplever oro eller stress relaterat till sin astma och som vill delta i en behandlingsstudie. Deltagarna i studien får KBT-behandling över internet av legitimerad psykolog. Behandlingen omfattar 8 behandlingstillfällen och pågår under ca 2 månaders tid.



För mer information kontakta

Kontaktperson:

Jessica Sjövall, leg. Psykolog

Mail: jessica.sjovall@ki.se

Telefon: 08-524 822 19 / 070-223 75 16

Huvudansvarig behandlare:

Marianne Bonnert. Med. dr, leg. Psykolog

Mail: marianne.bonnert@ki.se

Telefon: 073-748 28 64

Forskare ansvarig för studiens genomförande

Catarina Almqvist Malmros. Professor, överläkare. Institutionen för medicinsk epidemiologi och biostatistik (MEB), Box 281, Karolinska Institutet, 171 77 Stockholm

Mail: catarina.almqvist@ki.se

Vill du först läsa mer om studien?

Mer information finns på: <http://ki.se/meb/mantra>

ki.se



**Karolinska
Institutet**