

KBT vid astma för barn, ungdomar och föräldrar

Är du tonåring och känner oro över din astma eller tycker att astman hindrar i din vardag? Är du förälder till ett barn eller ungdom (8–17 år) vars astma skapar oro eller hinder?

Delta i en behandlingsstudie med KBT över internet!

Astma kan leda till oro, stress och begränsningar i vardagen. Vid Karolinska Institutet undersöker vi om kognitiv beteendeterapi (KBT) över internet kan hjälpa vid astma och oro. Vi söker nu deltagare till en studie där vi utvärderar om behandlingen är hjälpsam för att **minska oro** och **öka livskvalitet**.

Behandlingen har prövats på vuxna med goda resultat. Nu provar vi om behandlingen kan fungera för barn, ungdomar och deras föräldrar.

Hur går det till?

- Både barn/ungdom och förälder deltar i studien.
- Behandlingen pågår i 8 veckor och sker helt via internet. Varje vecka kommer ni få texter att läsa och övningar att göra i vardagen.
- Ni får skriftlig kontakt med en psykolog varje vecka.
- Innan start behöver ni svara på frågor över internet för att se om behandlingen passar er. Därefter kontaktar vi er.

Vem kan anmäla sig?

- Vi söker barn 8–17 år och deras föräldrar som känner oro, stress, frustration eller hinder i vardagen på grund av barnets astma.
- Ungdomar över 15 år kan själva göra en anmälan. Förälders medverkan behövs i studien.
- Ni kan bo var som helst i Sverige. Behandlingen är helt digital.



Kontakt: Ulrika Ehrén, doktorand, leg. psykolog, specialist i klinisk barn- och ungdomspsykologi

Epost: ulrika.ehren@ki.se

Ansvarig forskare: Marianne Bonnert, Medicine Doktor, leg. Psykolog. Epost: marianne.bonnert@ki.se



Skanna QR-koden för att komma till hemsidan där ni kan läsa mer om studien.



**Karolinska
Institutet**