

NATIONAL KLINISK RETNINGSLINJE FOR NON-FARMAKOLOGISK BEHANDLING AF UNIPOLAR DEPRESSION

Quick guide

Tidlig opsporing	
√	Det er ikke god praksis at gennemføre systematisk tidlig opsporing af recidiv hos patienter med tidligere depression.
Supplerende behandling	
↑	Overvej at tilbyde fysisk træning til patienter med let til moderat depression i kombination med vanlig behandling (⊕⊕○○).
↑↑	Tilbyd psykoterapi i kombination med farmakologisk behandling til patienter med depression af moderat til svær grad (⊕⊕⊕○).
Valg af terapeutisk metode	
↑	Korttids psykodynamisk psykoterapi og kognitiv adfærdsterapi kan begge tilbydes i behandlingen af moderat til svær depression, da der ikke er fundet grundlag for forskel i effekt i en direkte sammenligning (⊕○○○).
↑	Interpersonel psykoterapi og kognitiv adfærdsterapi kan begge tilbydes i behandlingen af moderat til svær depression, da der ikke er fundet grundlag for forskel i effekt i en direkte sammenligning (⊕⊕○○).
Kronisk depression og tilbagefaldsforebyggelse	
↑	Overvej at tilbyde patienter med kronisk og medicinsk svært behandlelig depression at overgå til psykoterapeutisk forløb (⊕○○○).
↑	Overvej at tilbyde patienter med moderat til svær depression, som er remitteret, mindfulness-træning som en tilbagefaldsforebyggende intervention (⊕○○○).
Behandling i primær sektor	
√	Det er god praksis at overveje at tilbyde støttende samtaler/ samtalerterapi ved praktiserende læge til patienter med depression.
↑	Overvej at tilbyde collaborative care til patienter med depression frem for vanlig behandling (⊕○○○).

Om quick guiden

Quick guiden indeholder de centrale anbefalinger i den nationale kliniske retningslinje for non-farmakologisk behandling af unipolar depression. Retningslinjen er udarbejdet i regi af Sundhedsstyrelsen.

Fokus for den nationale kliniske retningslinje er udvalgte dele af udrednings- og behandlingsforløbet hos voksne med unipolar depression fra let til svær grad. Retningslinjen vil ikke belyse farmakologiske interventioner over for unipolar depression, men omhandler i stedet primært psykoterapeutiske interventioner.

Den nationale kliniske retningslinje indeholder således anbefalinger for udvalgte dele af området, og kan ikke stå alene men skal ses i sammenhæng med øvrige retningslinjer, vejledninger, forløbsbeskrivelser mv. på området.

Foran anbefalingerne er angivet følgende, som indikerer styrken af anbefalingerne:

- ↑↑ = en stærk anbefaling for
- ↓↓ = en stærk anbefaling imod
- ↑ = en svag/betinget anbefaling for
- ↓ = en svag/betinget anbefaling imod

Symbolet (√) står for god praksis. Symbolet bliver brugt i tilfælde, hvor der ikke er evidens på området, men hvor arbejdsgruppen ønsker at fremhæve særlige aspekter af anerkendt klinisk praksis.

Efter anbefalingerne er angivet følgende symboler, som indikerer styrken af den bagvedliggende evidens – fra høj til meget lav:

- (⊕⊕⊕⊕) = høj
- (⊕⊕⊕○) = moderat
- (⊕⊕○○) = lav
- (⊕○○○) = meget lav

Hvor der ingen evidens er, er der ikke angivet noget symbol efter anbefalingen. Dette gælder anbefalinger om god praksis.

Uddybende materiale på sundhedsstyrelsen.dk

På sst.dk/nkr kan man tilgå den fulde version af den nationale kliniske retningslinje inklusiv en detaljeret gennemgang af den bagvedliggende evidens for anbefalingerne.

Om de nationale kliniske retningslinjer

Den nationale kliniske retningslinje er én af 47 nationale kliniske retningslinjer (NKR), der bliver udarbejdet i regi af Sundhedsstyrelsen i perioden 2013-2016.

Yderligere materiale om emnevalg, metode og proces ligger på sundhedsstyrelsen.dk.
