



Detta är ett svar från SBU:s Upplysningstjänst 18 december 2014. SBU:s Upplysningstjänst svarar på avgränsade medicinska frågor. Svaret bygger inte på en systematisk litteraturoversikt, varför resultaten av litteratursökningen kan vara ofullständiga. Kvaliteten på den ingående studien har inte bedömts. Detta svar har tagits fram av SBU:s kansli. Svaret har granskats av professor Gerhard Andersson, men inte av SBU:s råd eller nämnd.

Fokuserad Acceptance and Commitment Therapy (FACT) vid depression eller ångest

Fokuserad Acceptance and Commitment Therapy (FACT) är en korttidsvariant av Acceptance and Commitment Therapy (ACT) som är en form av kognitiv beteendeterapi.

Fråga:

Finns det evidens för om behandling med FACT är effektiv vid depression eller ångest?

Sammanfattning

Upplysningstjänsten har identifierat en randomiserad kontrollerad studie i vilken författarna undersöker effekterna av en förkortad variant av Acceptance and Comittment Therapy (ACT) vid depression. Vi har inte identifierat någon publikation som undersöker om det finns evidens för FACT vid ångest.

Författarna drar slutsatsen att den förkortade varianten av ACT, en individuell och fem gruppbehandlingar, hade effekt vid depression. Studien var dock mycket liten, oblindad, och deltagarna i kontrollgruppen kan ha fått varierande behandling, vilket sammantaget gör slutsatsen mycket osäker.

Behandlingar bestående av sammansatta och närbesläktade metoder har exkluderats från svaret.

SBU har inte tagit ställning i sakfrågan eftersom studiens kvalitet inte har bedömts. Här redovisas endast författarnas slutsatser.



Bakgrund

Fokuserad Acceptance and Commitment Therapy (FACT) är korttidsterapi som bygger på Acceptance and Commitment Therapy (ACT) [1]. ACT skiljer sig från klassisk kognitiv beteendeterapi genom sin målsättning som syftar till att öka livskvaliteten genom att låta individen acceptera och omforma förhållningsätt gentemot oönskade och plågsamma upplevelser. Metoden försöker inte ändra individens upplevelser, utan låter personen observera och acceptera dessa upplevelser. Målsättningen är att patienten ska lägga sin energi på att ändra det omedelbara beteendet och inte på det som inte går att kontrollera såsom känslor, tankar, minnen och fysiska symtom [2]. För den längre metoden ACT finns det ännu inte något starkt forskningsstöd för psykologiska behandlingar vid depression och nedstämdhet [3].

Avgränsningar

Vi har gjort sökningar efter relevant litteratur (se avsnittet ”Litteratursökning”) i databaserna Embase, Medline, Cochrane Library, CRD, PsycINFO, PsycARTICLES, Psychology and Behavioral Sciences Collection and CINAHL, i olika HTA-organisationers databaser, samt på andra svenska myndigheters hemsidor. För att artiklarna skulle inkluderas i svaret krävdes att författarna undersökt om det finns evidens för behandling med FACT vid depression eller ångestsyndrom. Vi har begränsat sammanställningen till kontrollerade studier. Studier med fler än fem behandlingar och som inte enbart bygger på ACT har exkluderats. Behandlingar som var sammansatta av flera metoder och närbesläktade har exkluderats.

Resultat från sökningen

Upplysningstjänstens litteratursökning har totalt genererat 336 träffar. Av dessa har 12 artiklar bedömts kunna vara relevanta och lästs i fulltext. En artikel har inkluderats i svaret. De artiklar som inte ingår i svaret har exkluderats på grund av att de inte var relevanta för frågeställningen. Observera att vi inte har bedömt kvaliteten på studien. Det är möjligt att studien kan ha lägre kvalitet än vad SBU inkluderar i sina kvalitetsgranskade utvärderingar.

Randomiserade kontrollerade studier

Folke och medarbetare [4] undersökte möjligheterna att använda en kombination av individ- och gruppvariant av förkortad ACT på arbetslösa personer med depression som varit sjukskrivna i 60 dagar eller längre (långtidssjukskrivna). Man utredde bland annat om ACT kunde minska depressionssymtom och öka livskvalitet jämfört med en kontrollgrupp som fått annan behandling. Kontrollgruppens varierande behandling innefattar exempelvis att deltagarna själva kunnat söka annan form av behandling eller kanske fått mycket begränsad behandling. Alla i kontrollgruppen fick dock träffa läkare minst en gång. Totalt randomiserades 35 individer, 18 deltagare



fick förkortad ACT. I kontrollgruppen ingick 17 individer. Den första behandlingen med ACT var individuell. Den följdes av fem behandlingstillfällen i grupp. Utfallet för depression skattades med skalan Beck Depression Inventory (BDI) och livskvalitet skattades med en förkortad variant av Word Health Organization Quality of Life (WHOQOL-brief). Mätningar skedde före och efter behandling och efter 18 månader vid en uppföljning. Författarna drar slutsatsen att det fanns signifikanta förbättringar i utfallet för depression och livskvalitet jämfört med kontrollgruppen.

Tabell 1. Randomiserade kontrollerade studier

Population	Intervention/kontroll	Utfallsmått
Folke (2012) Sverige [4]		
Vuxna, 18 och 65 år, arbetslösa, diagnostiserade med egentlig depression och sjukskrivna 60 dagar eller längre. n=35	Förkortad ACT bestående av en individuell behandling (60 till 90 minuter) och fem behandlingstillfällen i grupp (120 till 180 minuter). n=18 Icke standardiserad kontrollgrupp. n=17	Depression (BDI) Livskvalitet (WHOQOL-brief)
Författarens slutsatser: "From pretreatment to 18-month follow-up the ACT participants improved significantly on measures of depression, general health and quality of life compared to participants in the control condition." "The result indicate that ACT is a promising treatment for depression."		

BDI= Beck Depression Inventory; WHOQOL-brief = förkortad variant av Word Health Organization Quality of Life

Projektgrupp

Detta svar är sammanställt av Göran Bertilsson, Jessica Dagerhamn och Jan Liliemark vid SBU. Svaret har granskats av professor Gerhard Andersson, Linköping.



Litteratursökning

Cochrane Library via Wiley 1 oktober 2014		
Focused Acceptance and Commitment Therapy (FACT) for depression or anxiety disorder		
	Search terms	Items found
Population:		
1.	MeSH descriptor: [Depression] explode all trees	5444
2.	"depression":ti,ab,kw (Word variations have been searched)	30826
3.	MeSH descriptor: [Anxiety] explode all trees	5174
4.	"anxiety":ti,ab,kw (Word variations have been searched)	19599
Intervention:		
5.	MeSH descriptor: [Acceptance and Commitment Therapy] explode all trees	3
6.	"acceptance":ti,ab,kw (Word variations have been searched)	5143
7.	"commitment":ti,ab,kw (Word variations have been searched)	269
9.	"therapy":ti,ab,kw (Word variations have been searched)	216923
11.	focused:ti,ab,kw (Word variations have been searched)	12452
12.	"brief":ti,ab,kw (Word variations have been searched)	8243
Final	(#1 OR #2 OR #3 OR #4) AND (#5 OR (#6 AND #7 AND #8 AND #9) AND (#11 OR #12)	13 (2 CDSR, 11 CENTRAL)

The search result, usually found at the end of the documentation, forms the list of abstracts

[MeSH] = Term from the Medline controlled vocabulary, including terms found below this term in the MeSH hierarchy

[TI,AB] = Title or abstract

[KW] = key Word

“ “ = Citation Marks; searches for an exact phrase

CDSR = Cochrane Database of Systematic Review

CENTRAL = Cochrane Central Register of Controlled Trials, “trials”

Embase via embase.com 1 oktober 2014		
Focused Acceptance and Commitment Therapy (FACT) for depression or anxiety disorder		
	Search terms	Items found
Population:		
1.	'depression'/exp OR depression:ab,ti	447985
2.	'anxiety'/exp OR anxiety:ab,ti	196154
Intervention:		
3.	(brief:ab,ti OR focused:ab,ti) AND 'acceptance and commitment therapy'/exp	50
4.	'focused therapy' OR ('brief version' OR 'short version' OR 'brief intervention' AND therapy)	1714



Embase via embase.com 1 oktober 2014		
Focused Acceptance and Commitment Therapy (FACT) for depression or anxiety disorder		
Study types:		
5.	'controlled clinical trial'/exp OR controlled:ab,ti OR randomized:ab,ti OR randomised:ab,ti	1117490
Final	(#1 OR #2) AND (#3 OR #4) AND #5	166

/exp= Includes terms found below this term in the EMTREE hierarchy

:ti:ab = Title or abstract

'' = Citation Marks; searches for an exact phrase

CRD 1 oktober 2014		
Focused Acceptance and Commitment Therapy (FACT) for depression or anxiety disorder		
	Search terms	Items found
Intervention:		
14.	(Acceptance) AND (Commitment) AND (Therapy)	11
15.	(focused)	2465
Final	#4 AND #5	1

The search result, usually found at the end of the documentation, forms the list of abstracts

PsycINFO, PsycARTICLES AND Psychology and Behavioral Sciences Collection and CINAHL via EBSCO 1 oktober 2014		
Focused Acceptance and Commitment Therapy (FACT) for depression or anxiety disorder		
	Search terms	Items found
Population:		
1.	TX depression	518040
2.	TX anxiety	462581
Intervention:		
3.	TX (acceptance and commitment therapy) AND (focused OR brief)	333
Final	(#1 OR #2) AND (#3 OR #4) AND #5	255

TX = All Text. Performs a keyword search of all the database's searchable fields



Referenser

1. Hayes SC, Strosahl KD, Wilson KG. Acceptance and commitment therapy: An experimental approach to behavior change New York: Guilford Press 1999.
2. Strosahl K, Robinson P, Gutavsson T. Fokuserad ACT.
<http://www.nok.se/Laromedel/Hogskola-Fortbildning/Hogskola/Psykoterapi-Hogskolan/Fokuserad-ACT/?c=21>, Natur och kultur; 2013.
3. Andersson G. Psykologisk behandling vid depression – Teorier, terapimetoder och forskning. Stockholm, Natur och Kultur. 2012.
4. Folke F, Parling T, Melin L. Acceptance and commitment therapy for depression: A preliminary randomized clinical trial for unemployed on long-term sick leave. In: Cognitive and behavioral practice; 2012. p 583-94.