

TENS behandeling

Uw anesthesioloog heeft u een TENS pijnbehandeling voorgesteld. In deze folder leggen wij u uit welke behandeling dit is.

Wat is een TENS behandeling?

TENS staat voor Transcutane Electro Neuro Stimulatie. Het is een behandeling waarbij via de huid de pijn die u voelt wordt beïnvloed. Dit gebeurt met 2 of meer pleisters (elektrodes) en zwakke elektrische stroom. De pijn prikkel wordt dan niet doorgegeven naar de hersenen. De elektrische stroompjes zijn afkomstig van een speciaal apparaat, het TENS apparaat.

U start met een proefperiode van 3 tot 4 weken. U krijgt een TENS apparaat van ons te leen. Heeft u na deze periode duidelijk minder pijn, dan vragen wij voor u een TENS apparaat aan. Er wordt een definitieve machtiging gestuurd naar het bedrijf en daarna is het apparaat van u.

Heeft de behandeling na de proefperiode geen invloed op de pijn, dan wordt de behandeling gestopt. U brengt het TENS apparaat terug naar de pijnpoli.

Eens in de 5 jaar wordt TENS vergoed door de zorgverzekeraar.

Vorbereiding

- Op de dag van de behandeling kunt u gewoon eten en drinken.
- U kunt uw medicijnen innemen zoals u gewend bent.

Belangrijk!

Kunt u 1 of meer van onderstaande vragen met 'ja' beantwoorden?

- Bent u (mogelijk) zwanger?
- Bent u overgevoelig voor pleisters?
- Heeft u hartklachten door hoge bloeddruk of hartritmestoornissen?
- Heeft u epilepsie?
- Heeft u een pacemaker of ICD?
- Heeft u een neurostimulator? (blaasstimulator of ruggenmergstimulator)?
- Heeft u wondjes in het pijnlijke gebied?

Meld dit vóór de behandeling aan de pijnverpleegkundige. In overleg met de anesthesioloog wordt beslist of de behandeling kan doorgaan.

De dag van de behandeling

U meldt zich in de centrale hal van het ziekenhuis aan bij de aanmeldzuil met uw identiteitsbewijs. U krijgt een afspraakticket. Daarop vindt u het tijdstip van uw afspraak en het routenummer naar de Pijnpoli. Op het afgesproken tijdstip meldt u zich bij de poli pijngeneeskunde. Het afspraakticket scant u bij de aanmeldzuil op de poli.

De TENS behandeling

De pijnverpleegkundige neemt samen met u het gebruik van het TENS apparaat door. Er worden elektrodes geplakt op het niveau van de pijn of in het pijnlijke gebied. Aan beide elektrodes worden snoertjes vastgemaakt die zijn verbonden met het TENS apparaat. Daarna wordt het apparaat ingesteld en begint de behandeling. Door zwakke stroom worden de pijnsignalen beïnvloed. De werking voelt u meteen, maar het resultaat is soms pas na een paar weken te merken. De instructie duurt ongeveer 45 minuten.

We werken met verschillende soorten TENS apparaten. Welk model voor u van toepassing is, wordt door de pijnverpleegkundige bepaald.

Mogelijke bijwerkingen

De TENS behandeling kan, ondanks de goede medische behandeling, een aantal bijwerkingen met zich meebrengen:

- Huiduitslag
- Prikkend of brandend gevoel
- Brandwondjes of blaarvorming

Krijgt u last van 1 of meer van deze klachten meldt dit dan bij pijnverpleegkundige.

Direct na de behandeling kan het zijn dat de huid onder of bij de elektroden rood is. Dit is normaal. Het komt omdat de doorbloeding door de stimulatie is verbeterd.

Ook kunt u wat spierpijn hebben na de behandeling kan optreden. Dit is ongevaarlijk.

Regels en adviezen bij het gebruik van TENS

U mag het TENS apparaat **NIET** gebruiken als:

- U slaapt.
- U zwemt of doucht. Vermijd contact met water.
- U deelneemt aan het verkeer (zoals autorijden, elektrische fiets, scooter, scootmobiel)
- U machines bedient of activiteiten doet waarbij u alert moet zijn.

De elektrodes

- TENS elektrodes gaan ongeveer 2 tot 3 weken mee. Als de elektrodes niet goed meer plakken, kunt u op de electrode een druppel water doen. Door het druppeltje water wordt de gel van de elektrode weer plakkerig.
- Als u veel zweet of het is warm weer, dan kan het zijn dat de elektrodes niet goed plakken. Leg de elektrodes na de behandeling in het gesloten zakje steeds terug in de koelkast. Hierdoor blijft de gel stevig en plakken de elektrodes beter.
- Geen bodylotion gebruiken. Bodylotion is meestal op oliebasis en de gel van de elektrodes is op waterbasis.
- Plak de TENS elektrodes na gebruik steeds terug op de folie, stop ze in het zakje en sluit dit met de strip goed af. De elektrodes kunnen anders namelijk uitdrogen.
- Als het niet mogelijk is om de TENS elektrodes na elke behandeling te verwijderen, plak dan de elektrodes 's ochtends op en haal ze's avonds voor het slapen gaan eraf.
- Bij het ontstaan van irritatie of beschadiging van de huid stoppen met TENS en overleggen met uw pijnverpleegkundige.

Heeft u nog vragen?

Stel deze gerust aan uw pijnverpleegkundige of neem contact op met de poli Pijnbestrijding: (0475) 38 2128.

Laurentius Ziekenhuis
Mgr. Driessenstraat 6
(hoofdingang bereikbaar via de Oranjelaan)
6043 CV Roermond
www.lzr.nl

Patiëntencommunicatie Laurentius Ziekenhuis
34292330 - Pijnpoli - augustus 2023