

Pijnbestrijding met TENS-therapie





Patiëntenvoorlichting: patienten.voorlichting@catharinaziekenhuis.nl

ANE007 / Pijnbestrijding met TENS-therapie / 20-01-2017

Pijnbestrijding met TENS-therapie

Voor de behandeling van uw aandoening bent u doorverwezen naar de polikliniek Pijngeneeskunde van het Catharina Ziekenhuis. De anesthesioloog heeft u een behandeling met TENS voorgesteld. In deze folder vindt u algemene aanvullende informatie over deze behandeling.

Voor u persoonlijk kan de situatie anders zijn dan hier is beschreven. Als dit het geval is, legt uw behandelend arts dit aan u uit.

Wat is TENS?

TENS is de afkorting van Transcutane Elektrische Neuro Stimulatie. In het kort betekent dit dat we u zwakke elektrische stroompjes toedienen door de huid.

Deze therapie heeft de volgende effecten:

- Vermindering van de zenuwgeleiding zorgt ervoor dat u de pijnprikkels minder ervaart.
- Het lichaam zal zelf meer pijnstillende stoffen af gaan geven.
- Uw spieren ontspannen.

TENS neemt de oorzaak van uw pijn dus niet weg, maar is erop gericht uw pijn te verminderen.

Verder is het van belang te weten dat het gebruik van TENS geduld en motivatie kost. Dit in verband met het individueel instellen van de TENS. De specialist kan TENS-therapie voorschrijven in combinatie met andere therapieën, bijvoorbeeld met medicijnen.

Aandachtspunten

De volgende zaken moet u van tevoren melden bij uw behandelende anesthesioloog-pijngeneeskundige en de fysiotherapeut.

- Zwangerschap.
- Als u een pacemaker/ICD hebt.
- Overgevoeligheid voor zelfklevende elektrodes.
- Als u een ernstige huidziekte of huidafwijking hebt.

De behandeling

Voor de behandeling maakt u een afspraak via het secretariaat van de afdeling Fysiotherapie. Op dat moment wordt u op de hoogte gebracht van de behandellocatie.

Op de afgesproken dag en tijd meldt u zich op de polikliniek Pijngeneeskunde of de afdeling Fysiotherapie van het Catharina Ziekenhuis. Eerst krijgt u een TENS-apparaat op proef van uw ziektekostenverzekeraar. De fysiotherapeut stelt op dit proefapparaat de juiste programma's in en legt uit hoe u het apparaat moet gebruiken. Daarna kunt u de ingestelde programma's thuis testen om te kijken of uw pijnklachten verminderen. Na deze behandeling kunt u in principe zelfstandig naar huis rijden. Als u later nog vragen heeft, belt u dan met uw behandelend fysiotherapeut.

Na enige tijd komt u weer op controle bij de fysiotherapeut. Als blijkt dat de TENS-therapie een positief effect op uw pijnklachten heeft, vragen wij voor u een eigen TENS-apparaat aan bij uw ziektekostenverzekeraar. U behoudt uw proefapparaat.

Als de TENS-therapie helemaal is afgerond, komt u weer terug bij uw behandelende pijnspecialist.

Het gebruik van TENS

U kunt de therapie toepassen als u in een stoel zit, maar ook als u bezig bent. U hoeft er niet speciaal voor thuis te blijven. Na de toepassing van TENS haalt u de elektrodes van uw huid. U maakt de plakkers met enkele druppels kraanwater nat op de plakzijde en plakt ze op het bijgeleverde plastic kaartje en stopt ze in de plastic envelop. U kunt de elektrodes het beste in de koelkast bewaren. Dit zorgt voor een goed contact met de huid en een betere stroomgeleiding. Als u veel haargroei heeft op de plaatsen waar u de elektrodes moet plakken, kunt u deze haartjes het beste afscheren.

Mogelijke complicaties en bijwerkingen

TENS heeft geen bijwerkingen. Ook langdurig gebruik van TENS is niet schadelijk.

Leefregels

- Wij raden u aan het programma te gebruiken dat de fysiotherapeut op het TENS-apparaat heeft ingesteld. U moet altijd eerst met uw fysiotherapeut overleggen als u:
 - een ander programma wil gebruiken,
 - de elektrodes op een andere plek wil plaatsen,
 - het apparaat vaker wilt gebruiken.
- U mag de elektrodes nooit op de halsslagader plakken.
- In verband met uw veiligheid mag u het TENS-apparaat 's nachts niet gebruiken.
- Het is niet toegestaan TENS te gebruiken tijdens het besturen van een gemotoriseerd voertuig (bijvoorbeeld de auto, motor, brommer)

Vergoeding TENS

Een TENS-behandeling wordt als een zitting fysiotherapie gedeclareerd. Een telefonisch consult wordt ook gedeclareerd (ander tarief), maar wordt niet door alle zorgverzekeraars vergoed. Deze kosten worden in dat geval bij u in rekening gebracht. Wilt u weten of een telefonisch consult wordt vergoed? Neem dan voor informatie over uw polis contact op met uw verzekeraar.

Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Bespreek deze dan met u behandelend anesthesioloog-pijn geneeskundige of behandelend fysiotherapeut.

Contactgegevens

Catharina Ziekenhuis

040 - 239 91 11

www.catharinaziekenhuis.nl

Polikliniek Pijn geneeskunde

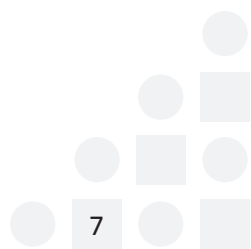
040 - 239 85 00

Afdeling Fysiotherapie

040 - 239 84 20

Uw afspraak wordt gepland op de polikliniek Pijn geneeskunde of de afdeling Fysiotherapie.

Routenummer(s) en overige informatie over de polikliniek Pijn geneeskunde en de afdeling Fysiotherapie vindt u op www.catharinaziekenhuis.nl





Altijd als eerste op de hoogte?

Meld u dan aan voor onze nieuwsbrief:

www.catharinaziekenhuis.nl/nieuwsbrief

Michelangelolaan 2 – 5623 EJ Eindhoven
Postbus 1350 – 5602 ZA Eindhoven