

Information vid hemlån av TENS-apparat

TENS: funktion och verkan

Genom TENS-stimulering utnyttjas nervsystemets egna smärtstillande mekanismer. Detta kan ske på två sätt, genom att grova beröringsnerver stimuleras (HI/högfrekvent TENS) vilket blockerar smärtsignalerna eller genom att muskelnerv aktiveras (LO/lågfrekvent TENS) och frisätter kroppens egna morfinliknande ämnen, endorfiner.

Goda resultat ses både vid akuta och kroniska smärttillstånd framför allt när smärtan har sitt ursprung i leder, skelett, muskler eller nervsystem. TENS(transkutan elektrisk nervstimulering) har i stort sett inga biverkningar. Ibland kan en hudirritation uppstå där elektroderna suttit.

Liksom smärtstillande läkemedel ger TENS en tillfällig smärtlindring som varar i 2-4 timmar (ibland längre) efter behandling.

Vanliga fel när apparaten inte fungerar

- Elektroder är för gamla (stimuleringen känns obehaglig)
- Batteriet är ej laddat eller för gammalt (svag stimulering eller tar slut under behandlingen)
- Kabelbrott kan uppstå vilket medför att stötarna kommer ojämnt eller inte alls

Vid problem med din TENS-apparat hör av dig till din sjukgymnast/förskrivare.

Lånetid

Du får låna TENS-apparaten under en utprovningsperiod. Beroende på vilken effekt och vilka behov du har av apparaten finns möjlighet att få lånet förlängt. Under lånetiden kommer kontinuerlig uppföljning av behandlingsresultatet att ske.

OBS!

Om du har pacemaker måste du ha klartecken från ansvarig läkare. TENS ska heller inte användas under graviditet utan klartecken från läkare. Vid TENS-användning i samband med förlossning skall barnmorska på mödrahälsovården kontaktas. Lånet av TENS-apparaten är personligt; apparaten får inte lånas ut till någon annan, då detta kan vara förenat med fara.