



TENS-therapie

U heeft binnenkort een afspraak voor de TENS-therapie. TENS staat voor Transcutane Elektrische Neuro Stimulatie. De therapie wordt gebruikt voor de behandeling van pijn. Door middel van elektrodes die op de huid geplaatst worden, geeft het TENS apparaat elektrische impulsen door aan de zenuwen. De impulsen stimuleren de zenuwen zo dat de pijn prikkel minder doorkomt. Ook zorgen de impulsen ervoor dat uw lichaam stoffen, die de pijn kunnen verminderen, produceert.

Vorbereiding

- Draag gemakkelijke kleding.
- Smeer de plaats waar u het meeste pijn heeft **niet** in met bodylotion e.d. De elektrodes blijven dan niet goed plakken.

De behandeling

De verpleegkundige of doktersassistente vraagt u naar het soort pijn en op welke plek de pijn het hevigst is. Dit is belangrijk voor het toe te passen programma en de plaatsing van de elektrodes. Vervolgens plaatst de verpleegkundige de elektrodes en sluit het TENS apparaat aan. U krijgt informatie over het apparaat en de bediening ervan.

U leent het TENS apparaat voor een aantal weken. In deze weken gaat u het apparaat zelf thuis gebruiken. Na deze periode komt u terug bij de verpleegkundige of doktersassistente. Zij evalueert met u de behandeling. Indien nodig past zij de behandeling aan. Zijn uw pijnklachten verminderd en bent u tevreden over het resultaat, dan regelt de verpleegkundige of doktersassistente de aanvraag bij uw ziektekostenverzekering.

U kunt het TENS apparaat blijven gebruiken zolang u het apparaat nodig heeft. Nieuwe elektrodes bestelt u bij de firma van het apparaat. Ook eventuele problemen meldt u bij de firma.

Bent u niet tevreden over de behandeling, dan krijgt u een afspraak met de anesthesioloog van het pijncentrum.

Bijwerkingen en complicaties

Het kan voorkomen dat u door de behandeling met het TENS apparaat last krijgt van hoofdpijn, spierpijn, vermoeidheid. Ook kan de pijn toenemen. Komt dit in ernstige mate voor, neemt u dan contact op met het pijncentrum. Sommige mensen zijn overgevoelig voor de gel of het rubber in de elektrodes. Zij krijgen bijvoorbeeld een huidirritatie. Bestelt u in dat geval antiallergische elektrodes bij de firma.

Contra-indicaties

Soms is het beter om het TENS apparaat niet of met grote voorzichtigheid te gebruiken. Neem daarom contact op met het pijncentrum voordat u uw afspraak heeft:

- wanneer u zwanger bent of zou kunnen zijn;
- u hartritmestoornissen heeft;
- u een pacemaker of ICD (interne defibrillator) draagt.

Contact

Heeft u vragen, neem dan contact op met het pijncentrum. Het centrum is bereikbaar van maandag t/m vrijdag tussen 8.00 - 12.00 en 13.00 - 16.00 uur op telefoonnummer (023) 224 0190.

Waar zijn we te vinden?

Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

Haarlem Noord

Vondelweg 999
2026 BW Haarlem

www.spaarnegasthuis.nl

Hoofddorp

Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

info@spaarnegasthuis.nl