



Contactgegevens

Excellent Klinieken

Lokatie Dordrecht
Spuiboulevard 334
3311 GR Dordrecht

Lokatie Zoetermeer
Europaweg 151
2711ER Zoetermeer

Postadres voor beide vestigingen

Spuiboulevard 334
3311 GR Dordrecht

T: 085 04 10 150

F: 085 04 10 152

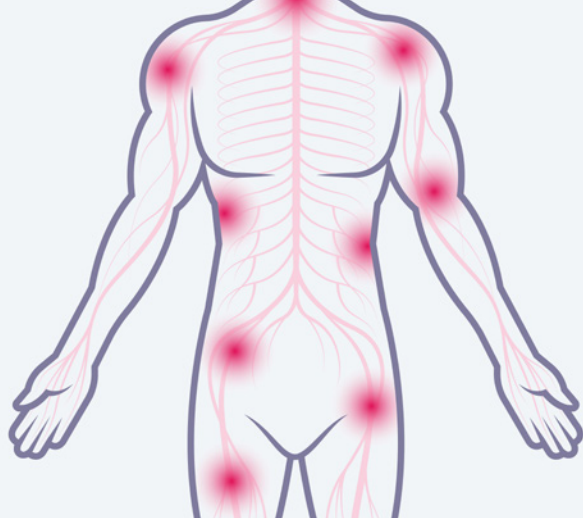
E: contact@excellentklinieken.nl

W: www.excellentklinieken.nl

 **excellent klinieken**
pijn- en neuromodulatiecentrum



 **excellent klinieken**
pijn- en neuromodulatiecentrum



Uw pijnspecialist heeft een pijnbestrijding met TENS voorgeschreven. De pijnverpleegkundige zorgt voor de uitvoering en begeleiding hiervan.

Wat is TENS?

TENS staat voor Transcutane Elektrische Neuro Stimulatie. Het TENS apparaat werkt met zwakke elektrische stroompjes die de pijn verminderen. TENS therapie kan samen gaan met andere therapiën, zoals pijnmedicatie.

Werking van het TENS apparaat

- De TENS blokkeert het pijnsignaal dat naar de hersenen gaat.
- Het lichaam wordt nu zelf aangezet tot het produceren van stoffen waarvan een pijnstillende werking uitgaat (endorfinen)
- Het heeft een spierontspannende werking.
- Het neemt niet de oorzaak van de pijn weg, maar vermindert deze. TENS therapie heeft geen bijwerkingen, soms is de huid overgevoelig voor de elektrodes. Langdurig gebruik is niet schadelijk.

Vorbereiding

U krijgt een TENS apparaat via de pijnverpleegkundige of fysiotherapeut. Dit apparaat laadt u op volgens de instructie. Het apparaat heeft u 4 - 6 weken op proef. Tijdens de proefperiode bent u aansprakelijk voor het zoekraken of niet terugbezorgen van het TENS apparaat.

Afspraak

De pijnverpleegkundige meet het apparaat aan. Na 1 - 2 weken belt de pijnconsulent u om te kijken of het apparaat werkt

Vermindert de therapie uw pijnklachten dan houdt u het TENS apparaat in bruikleen. Vaak vergoedt uw zorgverzekeraar de kosten van het TENS apparaat met het gebruik van elektrodes. Indien er geen pijnstillend effect is bespreekt de pijnspecialist de volgende stap in het behandelplan en stuurt u het apparaat terug.

Hoe gebruikt u het TENS apparaat?

De zelfklevende elektrodes plakt u op de huid. Daarop sluit u de snoertjes aan. Via de elektrodes worden zwakke elektrische stroompjes door de huid toegediend. De pijnverpleegkundige geeft aan waar de elektrodes vastgeplakt worden.

Waar let u op?

- De huid onder de elektrodes dient gaaf te zijn: geen pukkeltjes, wondjes en/of eczeem.
- Het is belangrijk dat de huid niet vet is, gebruik dus geen crème op dit gedeelte van de huid.
- Bij veel haargroei kunt u de huid scheren of de haartjes kort knippen.
- Na gebruik kunt u de elektrodes eraf halen. U mag ook de elektrodes de hele dag laten zitten en deze na de laatste behandeling eraf halen.
- Plak de elektrodes na gebruik weer terug op het plastic kaartje en bewaar deze in het zakje in de koelkast.
- Neemt de plakkracht af verdeel dan 1 à 2 druppels water over de elektrode en bewaar ze in het zakje een nacht in de koelkast. Zo blijven de elektrodes twee tot drie weken bruikbaar.

Koppel het apparaat af tijdens het autorijden, fietsen, scootmobiel rijden of het bedienen van machines. Dit ivm de verzekering.

Wanneer gebruikt u TENS niet?

- bij een pacemaker of ander elektronisch implantaat.
- bij zwangerschap
- bij epilepsie
- bij ernstige hartritmestoornissen

U mag na de behandeling niet actief aan het verkeer deelnemen.

Vragen?

Heeft u nog vragen, neem dan contact op met Excellent Klinieken, telefoonnummer: +31 (0)85 0410 150. emailadres: contact@excellentklinieken.nl.

Bij technische problemen neemt u contact op met de leverancier.

Eurocept
Loodsboot 7
3991 CJ HOUTEN
T 035 - 5288375

