



Sint Maartenskliniek

## TENS-behandeling

In overleg met uw behandelend arts is besloten dat u met de TENS-behandeling gaat starten. Op deze pagina kunt u lezen wat deze behandeling inhoudt en hoe de procedure in zijn werk gaat.

### Wat betekent TENS?

Het woord TENS staat voor Transcutane Elektrische Neuro Stimulatie. Dit betekent dat een TENS-behandeling ervoor zorgt dat uw huid en spieren door middel van stroom worden geprikkeld. Dit kan een pijn dempend effect hebben. TENS kent een ruim toepassingsgebied. De eerste instructie krijgt u van uw fysiotherapeut. Daarna kunt u, gedurende een proefperiode, uitproberen of de TENS-behandeling bij u het gewenste resultaat oplevert.

## Onze behandeling

### Het TENS-apparaat

---

Het TENS-apparaat is een klein apparaatje dat werkt op batterijen. Aan het apparaat kunt u 1 of 2 kabeltjes aansluiten, met aan elk kabeltje 2 elektroden. Deze elektroden plakt u op specifieke huidgebieden. Waar precies, bepaalt u samen met uw fysiotherapeut.

De bediening is eenvoudig. Het TENS-apparaat beschikt over verschillende programma's. Samen met uw fysiotherapeut bepaalt u het juiste programma. De intensiteit van de stroomsterkte stelt u zelf in met een knop op het apparaatje. Door middel van een clip bevestigt u het apparaat gemakkelijk aan uw kleding. Hierdoor blijft u mobiel tijdens het gebruik van het apparaatje.

### Het effect

---

Het TENS-apparaat kan huidzenuwen en/of spiervezels prikkelen. Dit is afhankelijk van het programma dat u kiest met uw fysiotherapeut. In beide gevallen kan dit zorgen voor vermindering van de pijn. Tijdens uw eerste afspraak bij de fysiotherapeut bepaalt hij, samen met u, het juiste programma. Hij legt

u dan ook uit wat de behandeling precies voor u doet.

## De procedure

---

Uw behandeling begint met een eerste afspraak bij de fysiotherapeut. Deze afspraak duurt ongeveer een uur. Voor deze afspraak krijgt u 7 formulieren opgestuurd. Hierop vult u uw pijnscore in. Gedurende één week, dagelijks op een vast tijdstip. Als u een duidelijk verschil ervaart tussen bepaalde plaatsen in uw lijf (bijvoorbeeld in de rug en het been), dan deze graag apart scoren en de locatie aangeven. U hoeft maar 1 keer uw naam en geboortedatum in te vullen. Aan de hand van uw klachten bepaalt de fysiotherapeut welk programma voor u het meest geschikt is. Hij vertelt u dan ook meer over de plaatsing van de elektroden. Alle benodigde informatie ontvangt u tijdens een gesprek en op papier, zodat u het TENS-apparaat thuis kunt gaan gebruiken.

### Proefperiode

We hanteren een proefperiode van 2 weken. Tijdens deze periode gaat u het TENS-apparaat thuis uitproberen om te beoordelen of de behandeling het gewenste resultaat oplevert. Het resultaat van de proefbehandeling bespreken wij na deze 2 weken telefonisch met u. Op basis van de resultaten kiezen wij samen met u wat de vervolgstap is: doorgaan met de behandeling of stoppen, wanneer de behandeling onvoldoende resultaat heeft.

Wanneer we de behandeling doorzetten, vraagt uw specialist bij uw zorgverzekeraar een TENS-apparaat aan. U krijgt dit apparaat van uw verzekeraar in bruikleen. De behandeling valt namelijk onder de basisvergoeding van de zorgverzekering. Hoelang u met de TENS-behandeling doorgaat, bespreekt u met uw fysiotherapeut tijdens het telefonisch consult dat na de proefperiode plaatsvindt. Mocht u ondanks de uitleg en informatie toch nog vragen hebben, dan kunt u altijd contact opnemen met uw behandelend fysiotherapeut of medisch specialist.

## Belangrijke contactinformatie

---

Als u na het lezen van deze informatie of na ontslag vragen of klachten heeft, kunt u op doordeweekse dagen contact opnemen via ons contactcentrum op telefoonnummer (024) 365 99 11 of u gebruikt [het algemene contactformulier](#).